

PERANTONI: "Mi piacciono i tiri lunghi"

Liana è la campionessa italiana in carica del ricurvo. Semplice ma determinata ha affrontato da sola il fattore emotivo e l'ha superato! Storia di una cinquantenne che ha scelto di salire sul podio.



22

Anche in questo numero una donna da conoscere, la campionessa italiana di ricurvo Liana Perantoni, con la sua storia, un percorso al femminile verso i vertici delle classifiche, passato attraverso il controllo dell'emotività. Sembra che intorno ai cinquant'anni le donne vivano un momento magico, quasi una riconquista di sé. Proprio quando comincia a "diminuire" la forma fisica sembra che le donne spingano sull'acceleratore dei loro desideri. Anni di energie convogliate nella famiglia che trovano sbocco in una realizzazione personale, una voglia di vincere l'eterna battaglia con l'autostima, condita con un po' di spirito di rivalsa. Questo pensiero sorge spontaneo alla fine di questa intervista che ne ha evocato altri alla mia mente, parole condivise con queste donne che hanno qualcosa in più, una determinazione che le porta verso la meta. E così mi convinco che la componente menta-

le nel tiro con l'arco è quanto mai fondamentale. Le nostre campionesse hanno nella maggioranza dei casi un'età compresa fra i 45 ed i 55 anni e l'estero non fa eccezione. È una cinquantenne tedesca a detenere il titolo europeo e sempre intorno a quella boa si trovano le migliori campionesse italiane e straniere nel tiro tradizionale. La saggezza e la caparbia in sorpasso sulla passione e la forza, questo sembrano dimostrare le nostre cinquantenni alla riscossa. E Liana non fa eccezione. Sicuramente una grande donna, molto prima dal primato sportivo. Madre di quattro figli maschi, al mondo d'oggi, meriterebbe una medaglia solo per questo!

Come si può conciliare una famiglia con lo sport così impegnativo?

"Beh, i primi due figli, Alessandro e Francesco, sono già grandi, mentre Davide e Federico, di 16 e 11 anni, sono arcieri anche loro. Anche mio marito condivide la stessa

Liana: "Per imparare bisogna osservare gli altri. È molto importante seguire attentamente i campioni. Ma si capiscono tante cose anche da quelli che sbagliano perché l'errore altrui salta subito agli occhi".

passione... e così, insieme, diventa possibile".

Chi è stato il primo a cominciare?

"In effetti proprio Davide. Io e mio marito avevamo assistito ad una rievocazione di arcieria storica e ci era piaciuto molto, così iscrivemmo Davide alla Compagnia ed a turno lo accompagnavamo agli allenamenti. Poi, dopo poco, cominciammo anche noi. Mio marito si appassionò molto e divenne il teorico del gruppo! Lui e Davide mi correggevano e dispensavano buoni consigli ed io sono venuta su così, da autodidatta, in mezzo a tanta passione e a molta improvvisazione".

Quando hai deciso di impegnarti a fondo?

"Per il cinquantesimo compleanno mio marito mi ha regalato un Black Tail, il mio primo vero arco. Fino ad allora avevo tirato con un arco da principiante, pur ottenendo buoni risultati a livello regionale. Così, un po' con lo stimolo dell'arco nuovo, decisi di dedicarmi con maggiore impegno al raggiungimento di un risultato. Con l'agonismo di vertice arrivarono anche i problemi. Ai Campionati del Corno alle Scale mi ritrovai in testa il primo giorno, con campionesse del calibro di Francesca Rossignoli ed iniziai subito a panicare, avevo persino il mal di stomaco. Così incontrai chiaro e visibile il mio grande ostacolo, l'emotività. Da allora ho ingaggiato una lotta tenace con me stessa, per vincere l'agitazione ed avere il controllo sul gesto e sugli stati d'animo".

Cosa ti ha aiutato maggiormente nel migliorare la tua tecnica?

"Osservare quelli che tiravano bene. Capire l'importanza dell'apertura delle spalle, della ripetitività del gesto".

E l'aspetto emotivo?

"Quello è stato un cammino e una magia al tempo stesso. Un cammino, perché è molto che ci lavoro e una magia perché a questi ultimi campionati sono riuscita a stare serena e tranquilla tutto il tempo, sicuramente al di là delle mie più rosee aspettative. La notte dormivo tranquillamente e non stavo troppo col pensiero sulla gara. Gli amici da casa mi telefonavano per congratularsi alla sera, dopo aver letto le classifiche su internet ed erano loro a comunicarmi il piazzamento".

Sei stata degnamente festeggiata al tuo rientro a casa?

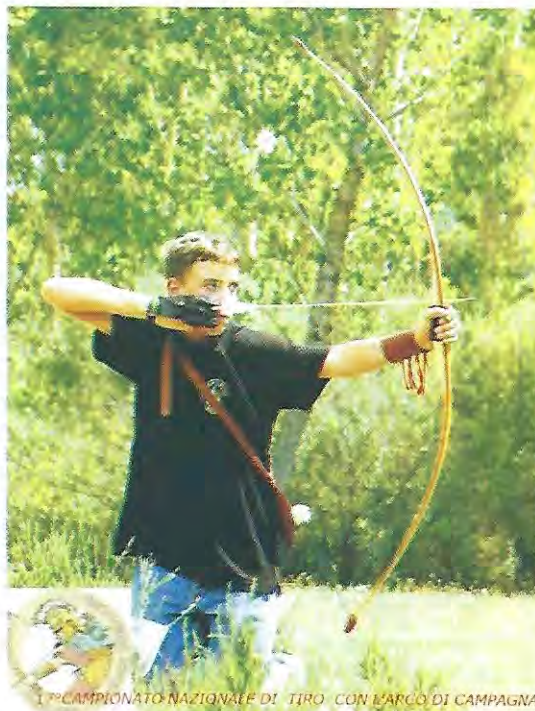
"Assolutamente! Sono stata intervistata dal quotidiano locale, festeggiata e coccolata da tutti. La mia Compagnia, la 06 Sabe, pur non essendo molto grande, quest'anno ha festeggiato due campioni italiani... io e Giacomo Brusco, un nostro scout di 14 anni, al suo esordio ai campionati italiani, dove ha vinto la medaglia d'oro nel long bow. Così è stata davvero festa grande".

Con che attrezzatura hai vinto il titolo?

"L'arco era il famoso Black Tail regalatomi da mio marito. Per festeggiare la vittoria me ne ha regalato un altro che deve arrivare dall'America. Al mio allungo sviluppa circa 30 libbre. Come aste utilizzo delle Beman 900 in carbonio con 70 grani in punta e pen-



Sopra: la Perantoni (sulla destra) con alcune arcieri della Fiarc. Sotto: Giacomo Brusco, lo scout della 06 Sabe che ha vinto l'oro insieme a Liana.



1° CAMPIONATO NAZIONALE DI TIRO CON L'ARCO DI CAMPAGNA

ne da 3 pollici. Sono una di quelle fortunate che deve pensare solo a tirare, perché di tutta l'attrezzatura si occupa mio marito".

Hai possibilità di allenarti spesso?

"Purtroppo no. Il campo della Compagnia è piuttosto lontano e quindi cerco di fare molte gare e allenarmi nei week end. Inoltre ho un paglione in terrazzo a una decina di metri...".

Quali appuntamenti importanti ti attendono?

"Non ho le idee chiare in questo momento. Avrei voluto fare i Mondiali in Svizzera, ma

non so se riesco ad avere il posto. Vedremo".

Che tipo di gara preferisci e quali tiri ti danno maggiore soddisfazione?

"Mi piacciono i tiri lunghi dai 30 ai 45 metri, quelli nei quali puoi seguire il volo della freccia. Quanto alle gare, essendo emotiva, ho poca simpatia per la battuta e prediligo il tracciato. Il fatto di poter tirare tre frecce, mi toglie una buona componente d'ansia".

Il bello del tuo sport?

"Sono tante cose insieme. Lo stare all'aria aperta a contatto con la natura, trovare nuove

amicizie, misurarsi con se stessi, grazie a un metro infallibile. Inoltre puoi riuscire a coinvolgere la famiglia con soddisfazione di tutti e non sono molti gli sport adatti a tutte le fasce d'età. Come vedi, è anche una disciplina dove puoi permetterti di cominciare già avanti con gli anni e di ottenere ugualmente buoni risultati. Anche questo è molto raro!".

Un consiglio per tutti?

"Osservare gli altri, quelli che tirano bene. È molto importante e si imparano tante cose. Del resto si impara anche guardando quelli che sbagliano, perché l'errore altrui salta subito agli occhi".

Il tuo sbaglio ricorrente?

"Non apro a sufficienza le spalle, a volte non tendo l'arco come dovrei. Magari arrivo correttamente al punto di rilascio, ma resto chiusa. Ci sto lavorando da tanto tempo, ma è un errore che si ripresenta quando sono stanca o nervosa".

Obiettivi o ambizioni?

"Al momento sono contenta così, non ambisco a niente di particolare se non a continuare a tirare divertendomi e cercando di migliorare costantemente".

Ecco Liana, la nostra campionessa di oggi...con lei abbiamo condiviso la squadra agli ultimi due campionati italiani e siamo felici che abbia vinto. In tanti giorni di gare abbiamo avuto modo di apprezzarla per la correttezza, la simpatia, la semplicità e l'ultimo giorno a Fiuggi abbiamo ammirato anche la sua grande determinazione. Una donna positiva, solare, un'avversaria da augurarsi sempre in squadra per equilibrio e umanità. Complimenti Liana, per l'oro e tutto il resto!

Francesca Capretta