

Marco Monge Madro, uno stato di grazia

Il campione italiano nello stile libero illimitato ha voluto fortemente arrivare all'oro. Un lungo percorso fatto di continue verifiche, "senza mai pensare agli avversari".

Di nuovo in viaggio nel mondo dell'arco tecnologico. E così incontriamo oggi il neo campione italiano dello stile libero illimitato...

Marco Monge Madro, che nel Cilento ha conquistato l'oro vincendo alla grande tutte e quattro le gare e chiudendo con un punteggio di 2101. Una media di 525 punti a prova, su terreni difficili accompagnati da tiri tecnici, caldo e polvere.

Marco, quarant'anni, nato a Cuneo, sotto il segno dei Gemelli, dimostra tutta l'ecletticità del suo cielo di nascita... artigiano, realizza pavimentazioni in pietra lavorando anche all'estero, da sempre appassionato di mira, tiratore scelto nell'esercito, pilota di rally, motocross e kart, sposato, con un figlio (Matteo) già dotato di arco e frecce.

A parte le solite esperienze formative che condividiamo in molti (fionda, archi con stecche d'ombrello e vetri rotti) Marco tira la sua prima freccia dignitosa in un villaggio vacanze e al ritorno a casa compra subito una balestra.

Cerca anche una Compagnia dove condividere la sua nuova passione ed incontra il Gruppo sportivo Astrolabio poco distante da casa sua. In breve tempo, sostituisce la balestra con un compound mirato e poco dopo si iscrive anche ad una Compagnia affiliata alla Fiarc per lanciarsi nella sua prima gara. Si trattava di un'amichevole, alla quale Marco si piazzò subito secondo, dimostrando la validità del detto che vuole che il buongiorno lo si veda dal mattino.

Rinfrancato dall'esordio, si butta a capofitto in un lungo cammino di perfezionamento. Appassionato di meccanica da sempre, cura prima l'aspetto tecnico, immagazzinando nozioni, consigli ed imparando a smontare e rimontare il suo arco ad occhi chiusi. Diventa anche Capocaccia ed Istruttore, dedicando sempre più tempo ed energie alla nuova passione che si è fatta largo nella sua vita, ben consapevole che per raggiungere i risultati importanti ai quali ambire, avrebbe dovuto impegnarsi.



Marco Monge Madro: "Dietro casa ho una specie di practical range, dove tiro inizialmente una trentina di frecce a trenta metri, poi mi sposto a caso e tiro da dove mi trovo a varie distanze. Quando posso vado sul campo il sabato e soprattutto cerco di fare molte gare, almeno una quarantina l'anno, anche a spasso per l'Italia, dove posso incontrare i più forti. Nell'allenamento in piano, curo molto la percezione fisica, tirando spesso anche ad occhi chiusi per aumentare la percezione corporea".

Intanto affronta le sue prime prove di livello: i Campionati italiani, gli Europei e i Mondiali. Prende così coscienza dell'altro problema legato alle gare... il risvolto emotivo, il confronto diretto con gli avversari. Quando raccoglie le sue prime esperienze con i grandi campioni, nella squadra di testa, soccombe caratterialmente, dando il peggio di sé, dubitando delle proprie capacità, mentre gli altri lo sorpassano lasciando leggere la determinazione nei loro occhi, uno "sguardo da tigre", come Marco lo definisce, che da lì in poi andrà cercando dentro di sé.

Si aiuta osservando i "mostri sacri" che gli

ruotano oramai sempre più vicino, cercando di carpirne i segreti, non tanto a livello tecnico dove ha già raggiunto un ottimo standard, quanto a livello caratteriale. Lo stile libero illimitato è la categoria più condizionata dalla ricerca della precisione e non sempre se fai un errore, puoi contare su uno sbaglio dell'avversario. Marco sviluppa così una feroce autocritica, si "fustiga" anche dopo gare vinte, se non ottiene il meglio da sé stesso e va in cerca di quel necessario distacco emotivo che sente mancare. A qualche campionato incontra anche problemi tecnici, relativi all'attrezzatura, così si dota di un "muletto", un secondo compound identico al primo, che escluderà i problemi del passato.

Essendo ormai un tiratore di buon livello, lo scorso anno diventa testimonial della Srt, aiutato dal fedele amico di sempre, Sandro Ruggiu, che sicuramente ha contribuito al successo di Marco, seguendolo nell'attrezzatura ed elargendogli preziosi consigli.

Quindi un lavoro di limatura continuo, alla ricerca della perfezione, sia sotto il profilo tecnico che quello emotivo.

Ogni brutta esperienza mostrava il fianco di un difetto sul quale porre l'attenzione, ogni gara non vinta consentiva una riesamina attenta dell'accaduto mettendo via via in luce tutte le sfaccettature di un complesso lavoro su sé stessi.

Ma quest'anno si sentiva pronto. Verso febbraio decide che sarà lui a vincere i Campionati italiani nel Cilento.

Tanti anni di dedizione, energia, passione, di tempo sottratto al lavoro e agli affetti, doveva produrre un risultato tangibile e Madro comincia a sviluppare il suo personale "sguardo da tigre" per sfoggiarlo scintillante nei boschi del Cilento.

Cura molto l'allenamento, tirando ogni mattina presto e recandosi al campo due volte a settimana, oltre a quello fisico, facendo lunghe sgambate in montagna.

Arriva così tonico e convinto all'alba della sua grande prova, della sua verifica.

Sei entrato subito in carburazione, fin dalla prima freccia?

"No. Mi sono concesso un esordio da panico, tirando male le prime piazzole, poi mi sono preso da parte, facendomi un discorso serio e ho cominciato a tirare veramente bene".

Niente più momenti bui, durante le quattro giornate di gara?

"No, direi di no a parte il fatto che il terzo giorno di gara ho accusato un leggero malessere, dovuto al caldo eccessivo e forse un principio di congestione. Non ho mai ceduto emotivamente, ho tenuto fino all'ultima freccia, quella che mi ha consentito di vincere anche l'ultima gara".

Questa volta, dopo tanta autocritica, ti sei dato finalmente anche una pacca sulla spalla?

"Assolutamente sì. Sono stato soddisfatto, ho vinto con determinazione senza cadere nella trappola della guerra all'avversario. Per me è molto importante mantenere alta la sportività, molti usano la tecnica di infastidire o destabilizzare l'avversario sotto il profilo psicologico, stando giornate intere insieme è facile farlo, io stesso l'ho subito in passato, mentre sono contento di aver vinto pulito, contento delle giornate che ho trascorso con i miei compagni di squadra".

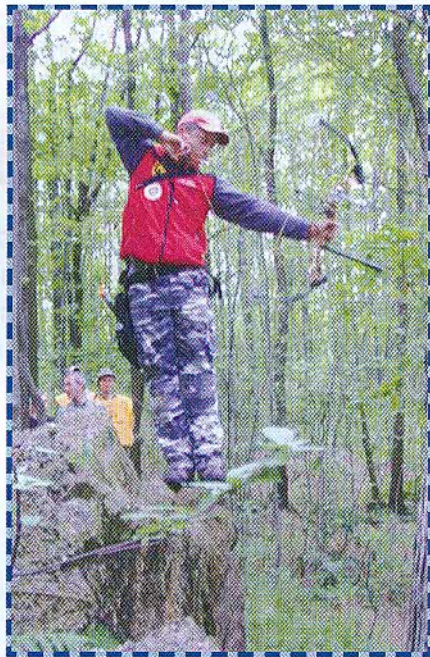
Quali sono i tuoi moti?

"Ottimisti: 'se vuoi, puoi!' e 'se può farlo un altro, posso farlo anch'io!'".

Come si allena abitualmente un campione come te?

"L'allenamento abituale, quello lontano dai campionati, si svolge di media due volte a settimana.

Dietro casa ho una specie di practical range dove tiro inizialmente una trentina di frecce a trenta metri, poi mi sposto a caso e tiro da dove mi trovo a varie distanze. Quando posso vado sul campo il sabato e soprattutto cerco di fare molte gare, almeno una quarantina l'anno, anche a spasso per l'Italia, dove di solito tendo ad incontrare i più forti. Nell'allenamento in piano curo molto la percezione fisica, tirando spesso anche ad occhi



chiusi per aumentare la percezione corporea".

Progetti per il futuro?

"Nella prossima stagione vorrei approfondire il tiro 3D in Fitarco. Ho già preso parte a diverse gare, conquistando anche l'oro a squadre ai primi Italiani a Cerreto Laghi e oggi vorrei dedicarmi all'approfondimento di quel tipo di tiro con la relativa attrezzatura".

Visto che siamo in tema, per gli appassionati e i curiosi, svelaci i segreti della tua attrezzatura.

"Attualmente tiro con un arco della Hoyt, l'Ultra Elite Xt 2000, munito di un rest a caduta, che aziono tramite uno sgancio a rotazione della Stanislavsky, uno dei più semplici e resistenti. Come frecce utilizzo delle Ace 520 della Easton con punte da 75 grani e alette da 5 centimetri della Sitar, tipo spin wing per intenderci. Sono sceso un po' dalle mie abituali 60 libbre per non superare i limiti imposti sulla velocità".

Sul Monte Stella tu sei riuscito nell'impresa di superare i tuoi limiti personali. Com'è la vittoria, quando arriva?

"Per me la vittoria è arrivata cogliendomi in uno stato di apatia, quasi di stupore. Quando arriva non te ne rendi conto e quando la cerchi non la trovi! Possiamo applicare questo detto a tante cose nella vita, ma così è stata questa medaglia d'oro. Tanto voluta in precedenza, quanto conquistata in trance. Quel famoso stato di grazia che, quando c'è, ti consente di esprimerti al meglio in tutta serenità".

Francesca Capretta

**NO COMPARISONS
NO COMPROMISES**



AURORA PROline

Anni di esperienza sui campi di gara e lunghi viaggi con ogni mezzo di trasporto ci hanno portato a sviluppare la linea di borse più evoluta mai prodotta. La nuova gamma **Proline HD** (Heavy Duty) è realizzata in Cordura ed offre il miglior sistema possibile di organizzazione del vostro materiale. Arco ricurvo o compound troverete nella linea **HD** quanto di meglio abbiate desiderato in una borsa per il trasporto del vostro materiale. **Proline HD**, senza compromessi e senza paragoni.

the best archery products



AURORA è distribuito in esclusiva da Big Archery - Bignami S.p.A. via Lahn, 1 - 39040 ORA (BZ) Tel. 0471 803000 - Fax 0471 810899 www.AuroraArchery.com