

Fabio Ruggeri, re compound

Il campione italiano Fiarco nello stile libero illimitato miete successi pure nelle fila Fitarco. Il suo background inseguendo il volo di una freccia, la sua crescita da autodidatta, lavorando sull'errore attraverso la ricerca personale

F.C.

Fabio Ruggeri tira per la 12Jano e per la Arcosport Spigarelli. Lo scorso anno agli Italiani Fiarco ha vinto dominando in tutte e quattro le gare, lasciando il secondo a 105 punti di distanza.



Fabio Ruggeri, campione italiano in carica nella Fiarco con il compound stile libero illimitato, è romano e ha 43 anni. Tira per la 12Jano e per la Arcosport Spigarelli nelle fila Fitarco. Come ormai molti atleti, si cimenta in ambedue le specialità di tiro sul 3D, frequentando sia competizioni Fitarco che Fiarco, mietendo successi ovunque. Entra a far parte della squadra nazionale per la Fitarco durante i Mondiali di Latina nel 2009.

Attratto fin da ragazzo dal volo di una freccia, rispolvera un vecchio arco scuola e nel 2000 cerca compagni d'avventura su internet, dove incontra la Fiarco nella figura di Angelo Pompili, dal quale apprenderà i primi rudimenti attraverso un corso base. Ruggeri si appassiona subito al compound, in virtù del grado di precisione che questo attrezzo gli permette e per qualche anno tira con l'arco nudo. Demotivato dalla scarsa presenza di avversari, poco tempo dopo decide di passare allo sgancio e allo stile libero illimitato. Cresce da autodidatta, lavorando sull'errore attraverso la ricerca personale. Sostiene di aver "svoltato" quando ha compreso il modo corretto di impugnare l'arco e la giusta spinta da imprimere. Lo scorso anno agli Italiani Fiarco ha vinto alla grande, dominando in tutte e quattro le

gare e lasciando il secondo a 105 punti di distanza. Impiegato in una grande azienda, dispone di poco tempo per allenarsi, ma passione e talento superano a eventuali carenze. Come ad ogni campione, inevitabile chiedergli consigli e pareri, poiché un'intervista non è solo celebrazione ma anche condivisione, quella di un cammino comune, fatto di prove che vedono tutti impegnati nella "via dell'arco" come nella vita. L'intervista con Fabio avviene nel corso della seconda prova di qualificazione per i Mondiali della Fitarco. Una delle principali domande che sorge spontaneo rivolgergli è come vive la diversità di queste due discipline e come concilia fra loro allenamenti diversi, attrezzatura e quant'altro.

L'attrezzatura impiegata vale per entrambe le specialità?

"No, ho due diversi archi, uno dotato di mirino con i pin e l'altro corredato di lente".

Perché cimentarsi in ambedue le discipline e quali le differenze?

"È un lavoro di completamento per un tiratore. Le gare Fiarco sono molto più difficili, tecniche, complesse e ricche di sfaccettature, per cui l'errore è sempre in agguato per tutti e le possibilità di recupero

CARATTERISTICHE PRINCIPALI:

TESTINA A TORSIONE NULLA

NELL'IMMAGINE: SETTAZIONI FACILI IN ARCIERE DESTRO A 40 GRADI

SISTEMA CHE PERMETTE UNA REGOLAZIONE SEMPLICE AGENDO SU UNA SOLA VITE SU POSIZIONI PREDEFINITE DA 10 A 40 GRADI

MODIFICATO IN MODO CHE IL LOOP NON SI TORCE AL MESSAGGIO ALLUNGO

LA LEVA DI SCATTO A DOPPIA VITE PUÒ FUNZIONARE CON "CLICK" O SENZA

GANCIO A SCATTO ATTIVATO DALLA MOLLA, BASTA SPINGERE PER CHIUDERE IL MECCANISMO

REGOLAZIONE VELOCE IN FRENTE POSIZIONI GRAZIE AD UNA DOPPIA VITE. LA SCALA IN ORO CONSENTE UN VELOCE, ACCURATO E RIPETIBILE POSIZIONAMENTO

MODELLO DEPOSITATO

PRIMA MONDIALE 2011 TORINO CAMPIONATO DEL MONDO

COMPLETAMENTE NUOVO

INSIDE OUT

CARATTERISTICHE SUPERIORI:

- NUOVA REGOLAZIONE A VITE SINGOLA "ZERO-TORQUE" PER ELIMINARE LA TORSIONE DEL LOOP A TRAZIONE COMPLETA. POSIZIONI PREDEFINITE TRA 10 E 40 GRADI PER ARCIERE DESTRO E SINISTRO.
- NUOVA REGOLAZIONE RAPIDA CON DUE VITI SULL'IMPUGNATURA CON TACCHE INOISE PER MESSE A PUNTO VELOCI, PRECISE E RIPETIBILI.
- LO SGANCIO CAMBIA SEMPLICEMENTE TRA "CLICK" E "NO-CLICK" MEDIANTE DUE VITI.
- GANCIO DEL CORDINO A SCATTO ATTIVATO DALLA MOLLA, SEMPLICE CHIUSURA A PRESSIONE.
- DIAMETRO DEL FORO PER IL DITO SULL'IMPUGNATURA MEDIO - DA 7/8" O LARGE - DA 1".
- DISPONIBILI A PARTE I RICAMBI OPTIONAL PER MODIFICARE LA CONFIGURAZIONE DA 2, 3 O 4 - DITA CON O SENZA BAGOMA PER LE DITA.

DISPONIBILE PRESSO I MIGLIORI NEGOZI SPECIALIZZATI

OPZIONALE

SEZIONI DELL'IMPUGNATURA INTERCAMBIABILI PER OTTENERE UNA CONFIGURAZIONE A 2, 3 O 4 DITA

2 DITA
3 DITA
4 DITA (DITO)

VENUTE A PARTE

T.R.U. BALL
ARCHERY

WORLD CHAMPION IS THE ONLY UNLIMITED RESOURCE!

Reo Wilde
VINCITORE LAS VEGAS 2011
DETENTORE DEL RECORD DEL MONDO FITA

WWW.TRUBALL.COM

altrettanto ampie. In Fitarco si lavora esclusivamente sulla precisione e la 'tenuta' allo stress psicologico, quindi trovo che le due discipline vadano a completarsi per una preparazione a 360 gradi".

Le maggiori soddisfazioni sono arrivate dall'ingresso nella nazionale Fitarco due anni or sono o dal titolo conquistato in Fiarco?

"Si è trattato di due esperienze belle ed appaganti, però differenti. Vincere un titolo è comunque esaltante, ho sempre fatto sport di squadra, ma un titolo individuale regala emozioni 'altre'. Quanto alla squadra nazionale, è innegabile che incarna il sogno di ogni sportivo. Rappresentare il proprio Paese in una

Come si affronta un tiro sbagliato o una sconfitta?

"Entrambi vanno esaminati per il giusto lasso di tempo e poi scordati, dopo aver estrapolato gli errori commessi per farne tesoro.

Sulla sconfitta ci dormo sopra, mentre il ricordo del tiro sbagliato non deve accompagnare quello seguente".

Come si raggiunge il giusto grado di concentrazione sul picchetto di tiro?

"Ho suddiviso la mia azione in tante fasi, otto per l'esattezza, e mi concentro su ciascuna per evitare distrazioni e scendere in un buono stato di concen-



▲ **"Utilizzo due diversi archi, uno dotato di mirino con i pins e l'altro corredato di lente".**

qualunque disciplina sportiva a livello internazionale significa trovarsi vicino alla vetta delle ambizioni... Inoltre, è bello vivere nuovamente lo spirito di squadra pur in una disciplina individuale, confrontarsi, scambiarsi con colleghi e allenatori, insomma, ancora due cose diverse ma complementari".

A proposito ancora degli archi utilizzati...

"Come accennato, utilizzo due differenti archi: un Hoyt ultralite con i pins ed un Destroyer Bowteck 340 sul quale monto mirino a scorrimento e lente. Su entrambi rest a scomparsa, stabilizzatore corto, sgancio con rilascio a pollice Cascade 8 e come frecce le Maxima BD Select".

trazione. Mi isolo completamente dagli stimoli esterni, ma solo al mio turno di tiro. È forzato e controproducente voler restare concentrati per tutta la durata della competizione".

Progetti per il futuro?

"Sto partecipando alle selezioni per il Mondiale Fita che si svolgerà in concomitanza con gli Italiani Fiarco. Quindi o l'uno o l'altro, quest'anno se dovessi superare le selezioni sceglierei sicuramente una prestigiosa partecipazione internazionale ma, anche in caso contrario, sarò ben felice di passare una settimana a Scarlino per difendere il titolo italiano in un bel Campionato Fiarco".