

ANNA, LA LADY DI FERRO



Anna Ardesi, campionessa in carica con il compound nudo. Una lunga passione che mantiene la traiettoria nel tempo. E una vittoria, la più recente, dedicata alla madre.

F.C.

Anna Ardesi ha fatto volare la sua prima freccia nel 1997, spinta dal fratello, ma il compound seppa conquistarla velocemente. Altrettanto velocemente ha raggiunto la vetta delle classifiche. Questo è il suo terzo titolo italiano, che si va ad aggiungere a due argenti e due bronzi, uno dei quali europeo e mondiale. Anna tira per la 04Sare e ha da sempre due assistenti eccezionali: il fratello Luigi, eccellente istruttore Fiarc e il nipote Giulio, geniale tecnico di compound. Entrambi anche stavolta hanno fatto di tutto per tenerla allenata, benché avesse una mano ingessata fino a pochi giorni prima dell'inizio delle gare. L'ho intervistata qualche anno fa e come sempre mi trovo a constatare che i campioni di questa disciplina compiono grandi passi avanti in termini di crescita personale, acquisendo sicurezza, determinazione e nel complesso un buon equilibrio interiore. Ed è proprio dall'equilibrio interiore, secondo la nostra campionessa, che scaturisce un buon tiro, ancora al di là della tecnica e dell'attrezzatura.

Quanto ti alleni Anna? E come?

"Tutte le volte che posso. Se fosse per me tirerei sempre, solo che gli impegni mi lasciano poco tempo. Generalmente mi alleno con un'amica, direi un paio di

volte a settimana, e cerco di fare più gare possibili. Penso che un buon allenamento vada effettuato da soli o al massimo in due, laddove ci si osserva e ci si corregge a vicenda".

Com'è stata quest'ultima vittoria?

"Agognata! Lo scorso anno non avevo potuto prendere parte ai Campionati, perché mia madre si trovava alla fine dei suoi giorni, così sognavo di dedicarle questa vittoria e ce l'ho fatta. L'ultimo giorno ero stremata dalla fatica e dalla tensione, ma fortunatamente mi portavo del vantaggio dai giorni precedenti e sono riuscita a stringere i denti per mantenere la posizione. Una lotta avvincente e serrata, contro le mie insicurezze e le mie fantastiche avversarie di sempre, che colgo l'occasione per ringraziare. Fra noi c'è una sana competizione e nel corso degli anni la condivisione con loro mi ha aiutata molto a crescere sotto tutti i punti di vista".

Donne e compound nudo, un binomio vincente?

"Assolutamente sì. Se ci pensi il compound è un arco che ti permette di fare meno fatica, quindi in effetti assolutamente adatto a noi. Vorrei proprio lanciare un incoraggiamento alle donne in tal senso. La nostra categoria negli anni è diminuita molto in termini di parte-



▲ La chiave del successo? *"Equilibrio interiore, serenità, determinazione, una buona tecnica e l'attrezzatura a punto".*

cipanti ed è un vero peccato. Il compound nudo ti permette di mantenere il contatto col volo della freccia, tirando in modo tradizionale ma con meno sforzo".

Mai pensato di cambiare arco?

"Beh, a volte sì. Mi piacerebbe il ricurvo, ne possiedo già uno col quale ho fatto qualche garetta. In realtà adoro il compound, però a volte penso di cambiare, proprio per avere più avversarie e più stimoli anche nelle gare regionali. Chissà, vedremo. Mi disincantava un po' il fatto di dover tirare con ambedue gli occhi aperti... a quello non riesco ad abituarli".

La chiave del successo?

"Equilibrio interiore, serenità, determinazione, una buona tecnica e l'attrezzatura a punto".

Parlaci dell'attrezzatura.

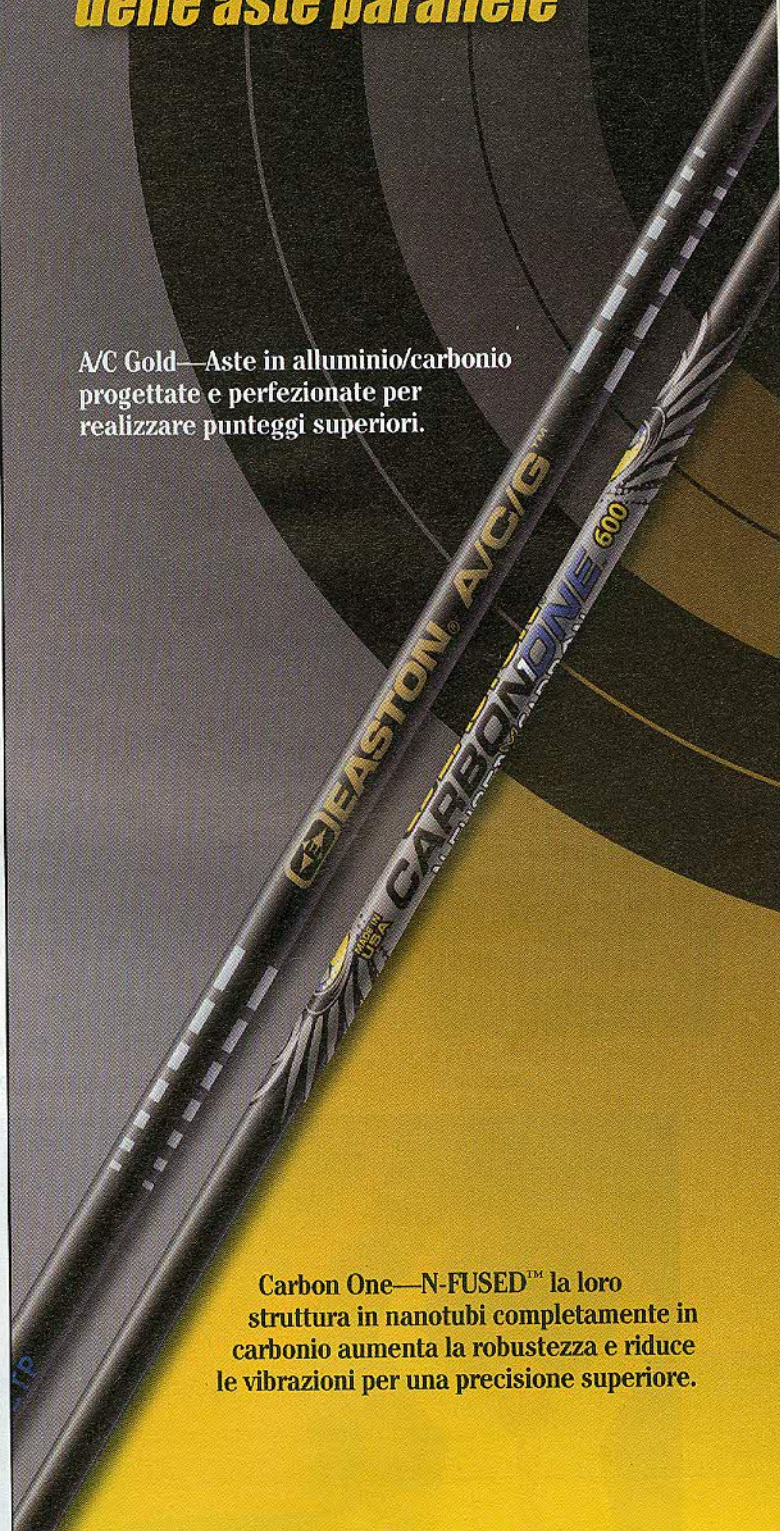
"Sto tirando con un arco Equalizer della Bowtech - allungo 24" per 40 libbre. Rest Futura con bottone ammortizzatore. Freccia ICS 1000 con punta da 50 grani, alette da 1,5 pollici e cocche G-Noc".



▲ Anna tira per la 04Sare e ha da sempre due assistenti eccezionali: il fratello Luigi e il nipote Giulio. Entrambi hanno fatto di tutto per tenerla allenata, benché avesse una mano ingessata fino a pochi giorni prima dell'inizio Campionato.

L'apice delle prestazioni delle aste parallele

A/C Gold—Aste in alluminio/carbonio progettate e perfezionate per realizzare punteggi superiori.



Carbon One—N-FUSED™ la loro struttura in nanotubi completamente in carbonio aumenta la robustezza e riduce le vibrazioni per una precisione superiore.

Per la precisione dei tiri a lunga distanza
Easton A/C/G™ e Carbon One.™

EASTON

A/C

N-FUSED CARBON
Hybtonic RAND Technology

MADE IN
USA

www.eastonarchery.com



▲ **“La nostra categoria negli anni è diminuita molto in termini di partecipanti ed è un vero peccato. Il compound nudo ti permette di mantenere il contatto con il volo della freccia, tirando in modo tradizionale ma con meno sforzo”.**

Un consiglio per chi comincia o si sta perfezionando?

“Di non mollare. L'arco è una disciplina che richiede tempo, pazienza e applicazione. Mai disperarsi per la fretta del risultato. Ci vuole calma, serenità e impegno ma i risultati poi saranno assolutamente al di sopra delle aspettative ed i benefici andranno ben al di là del risultato sportivo”.

Il pregio del nostro sport?

“Sono davvero infiniti i benefici che si traggono da questa attività. La vita all'aria aperta, il dinamismo,

la socializzazione, il divertimento, la crescita personale. Il nostro sport meriterebbe davvero una più ampia diffusione. Non sono molte le discipline che permettono di essere svolte sino a tarda età, che si adattano a tutti, anche ai meno dotati fisicamente. Personalmente ho sempre adorato fare sport, benché non sia stata dotata di un fisico atletico, ma in anni di calcio e bicicletta ho accumulato una serie di infortuni non indifferenti, mentre tirando ho ottenuto solo benefici e questo non è poco!”.

Bene, allora attendiamo la tua performance di Scarlino, dove andrai a difendere il titolo...

“Sì, mio fratello mi ha proibito la bici, per il timore che possa rifarmi male anche quest'anno. A Scarlino andrò e sarà bello comunque, con o senza vittoria ed è proprio questo il valore della Fiarco. Sono certa che comunque vadano le cose, condividerò delle bellissime giornate con amici che vedo raramente, con le mie valorose compagne d'armi e con il mio adorato compound. Ci sarà da divertirsi in un posto bellissimo, insieme a tanti altri appassionati arcieri... cosa chiedere di più? Se poi arriva anche la vittoria, tanto meglio ma in ogni caso sarà una magnifica esperienza”.

Salutiamo Anna con un grosso “in bocca al lupo” e seguiremo le classifiche con interesse, anche se a quanto pare la nostra atleta ha già vinto la gara più importante. Quella con se stessa.



▲ **Questo è il suo terzo titolo italiano, che si va ad aggiungere a due argenti e a due bronzi, uno dei quali europeo e mondiale.**