

Valentina Trivoli, istinto puro

È la nuova protagonista dell'arco storico e la sua azione è assolutamente istintiva. Campionessa italiana in carica, sia Outdoor che Indoor, è in Fiarco dal 1998. Recentemente ha provato l'esperienza H&F in Fitarco. E in famiglia sono tutti arcieri.

Valentina Trivoli, la nuova protagonista dell'arco storico, si racconta in quest'intervista e ancora una volta ci troviamo di fronte ad una storia di infinita passione. Una storia di condivisione, amicizia, amore per la natura... di frecce che volano, figli che crescono, sogni che si realizzano, emozioni, divertimento... la nostra storia. Romana, 46 anni, si trasferisce prima in Abruzzo, poi a Bevagna, dove attualmente risiede. Campionessa italiana in carica sia Outdoor che Indoor, tira in Fiarco per la 13Mars e in Fitarco per la Sagitta Arcieri Pesaro. Ha iniziato a tirare nel lontano 1989 spinta dal marito, Federico Paoli, valente arciere a sua volta. Nel 1998 si iscrissero alla Fiarco per la prima volta, lei tirava con il ricurvo e lui con il longbow. Anche Carlotta, la prima figlia, faceva le sue prime esperienze con l'arco e tutti insieme scoprirono la magia delle gare in mezzo ai boschi, di un nuovo mondo fatto di amicizie, svago e sana competizione. Nel 2002 Federico le cede il suo longbow e con quello lei conquista l'argento ai Campionati italiani. Poi si

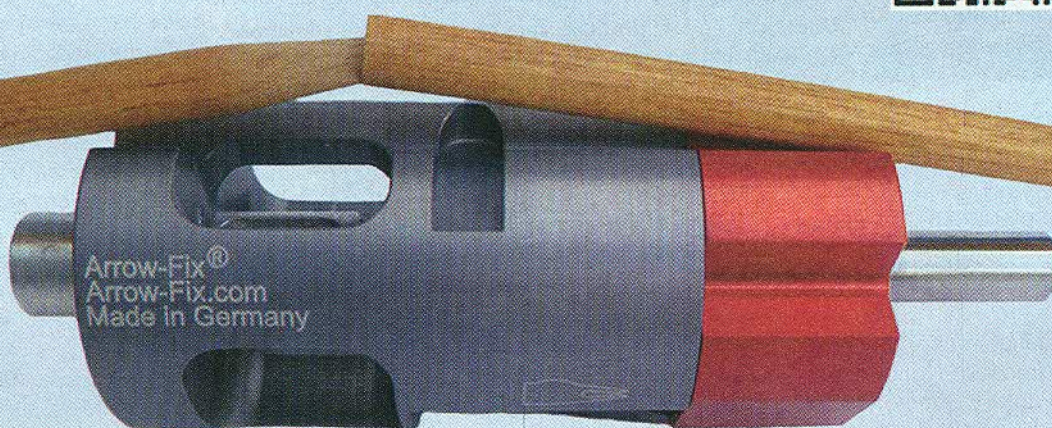


La fase più lunga per Valentina è quella che precede il tiro, quella nella quale stringe la visione sul punto da colpire e valuta la distanza, sempre in modo istintivo, stando attenta ai dislivelli del terreno, agli inganni di luce, ma poi tira senza pensare più a nulla, senza collimare.

trasferiscono nuovamente, nasce Penelope, la seconda figlia, e Valentina si prende una pausa. Ricominciano a tirare tutti insieme a Bevagna e anche Penelope viene dotata di un piccolo longbow. Nel 2013 Valentina incontra

il suo primo arco storico, un oggetto comprato più per ricordo che per altro, visto che apparteneva ad un amico costruttore, Licurgo, che era scomparso da poco, e sebbene non si trattasse neppure di un oggetto adatto a lei, con

Arrow-Fix®



La soluzione per riparare le aste in legno

Lange Furche 13, D-70736 Fellbach, Germany

sales@arrow-fix.com, +49 171 53 86 301



Risale al 2013 il primo incontro con l'arco storico, un oggetto comprato più per ricordo che per altro, visto che apparteneva ad un amico costruttore.

trope libbre, seppe comunque suscitare la voglia di accettare la nuova sfida e passò quindi all'arco storico, quello che poi ha saputo ripagarla meglio di ogni altro.

Perché "storico" è bello?

"Perché è più difficile da gestire, da domare, da sentire. A me piacciono le cose difficili, in generale, i tiri mi piacciono tecnici, lunghi, ingannevoli. Maggiore è il grado di difficoltà, più elevato il mio stato di concentrazione e quindi anche la resa".

Ti occupi personalmente dell'attrezzatura?

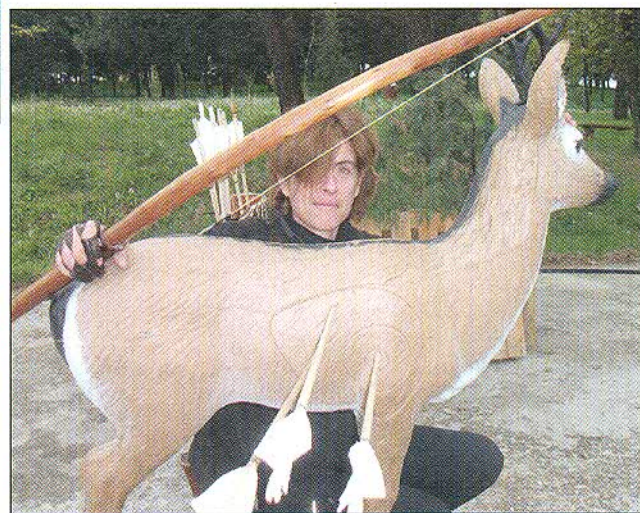
"No, fa tutto Federico, per tutti e quattro: valanghe di frecce in legno, ti puoi immaginare in quattro, quanto lavoro. Meno male che lui ha passione e pazienza per tutti".

Anche Carlotta e Penelope si sono tolte qualche soddisfazione?

"Sì, Carlotta ha conquistato diversi podi da Scout agli Italiani ed anche Penelope come Cucciola. Tirano volentieri ma la cosa più bella per tutti noi è proprio il fatto di poter condividere il tempo libero, le amicizie e le



"La cosa che amo di più è la serie di opportunità che offre il nostro sport. Sul picchetto sono concentratissima ma godo molto di tutto quel che c'è prima e dopo di quel picchetto. Dei panorami, delle atmosfere, dei momenti conviviali".



"Quasi tutti i giorni tiro fuori casa da vicino, tanto per curare bene il gesto. Una volta alla settimana in palestra e una volta sul campo e poi ci sono le gare naturalmente. Credo che quelle siano il miglior allenamento possibile".

emozioni delle gare. Il fine settimana non vediamo l'ora di partire, tutti sul camper e via. Questa è la nostra vita, le nostre vacanze, la nostra passione. Sono una competitiva, mi piace misurarmi in gara e generalmente tiro meglio che in allenamento, ma la cosa che amo di più è la serie di opportunità che offre il nostro sport. Sul picchetto sono concentratissima ma godo molto di tutto quel che c'è prima e dopo quel picchetto. Dei panorami, delle atmosfere, dei momenti conviviali".

Che tecnica di tiro adotti? Fai gap-shooting, falso scopo o ti affidi ad un "istinto" ben allenato?

"Sono assolutamente istintiva. Non ho consapevolezza del posizionamento della punta della freccia. Conosco

bene la parabola e immagino le traiettorie che seguiranno le mie frecce a seconda della distanza del bersaglio da colpire. Devo restare molto concentrata ed eseguire un buon gesto, aprire bene l'arco ma tutto avviene molto velocemente. La fase più lunga è quella che precede il tiro, quella nella quale stringo la visione sul punto da colpire e valuto la distanza, sempre in modo istintivo, stando attenta ai dislivelli del terreno, agli inganni di luce, ma poi tiro senza pensare più a niente, senza collimare. Sicuramente con questo stile di tiro l'allenamento è quanto mai importante e se ultimamente sono migliorata è proprio perché ho potuto avere più tempo per farlo".

Con che arco hai vinto i due titoli nella scorsa stagione?

"Dopo che mi ero appassionata all'arco storico e ho deciso di fare sul serio, ne ho cercato uno più adatto a me rispetto al primo. Adesso ne ho uno costruito in osage di circa 35 libbre".

E la Fitarco? Come sta andando questa nuova esperienza?

"Bene, per ora ho fatto solo Hunter&Field, ma a giorni prenderò parte al primo 3D. Per ora mi è piaciuto, mi sono divertita, anche perché siamo andati con dei cari amici che tirano in entrambi i circuiti. Il campagna è molto istruttivo e l'ambiente mi è piaciuto. Naturalmente li ho tirato con il longbow perché la categoria storica non esiste".

Hai mai preso parte a Campionati internazionali?

"Finora no purtroppo, mi piacerebbe andare agli Europei in Austria, ma credo che sarà difficile. Spero però che riusciremo a prendere parte ai Mondiali del prossimo anno, visto che sono a Firenze".

Come e quanto ti alleni?

"Quasi tutti i giorni tiro fuori casa da vicino, tanto per curare bene il gesto. Una volta alla settimana in palestra e una volta sul campo e poi ci sono le gare naturalmente. Credo che quelle siano il miglior allenamento possibile".

F.C.