

Jessica con il suo istruttore, Luigi Ardesi.

Jessica Garzetti, organizzatrice nata

Ci vuole passione, recita una famosa canzone e, terminata l'intervista con Jessica, chissà perché mi risuonano in testa proprio quelle note. Certo ce ne vuole di passione a praticare qualsiasi sport, ma se in più lavori, sei madre di due figli e in casa si praticano quattro sport di-

versi, allora ce ne vuole davvero tanta! A quanto pare però alla nostra eroina non manca... Jessica Garzetti, 38 anni, naturopata, abita in Val Trompia e tira per la 04Sare. Jessica aveva sempre fatto sport, in particolare pallavolo, ma poi, si sa, si mette su famiglia, arrivano i figli e la vita invariabilmente cambia,

Conciliare la pratica sportiva con una vita privata e lavorativa piena di impegni non è certo facile, ma la tiratrice lombarda, una delle atlete di punta in Fiarci, ci è riuscita alla grande.

specialmente per le donne. Angelo, il marito, è un allenatore di calcio e proprio a lui si deve l'ingresso di Jessica in Fiarci. In occasione di una manifestazione di tiro storico in paese lei prova a tirare, le piace e lui gentilmente si dà da fare per trovarle una Compagnia nei paraggi per prendere parte al pri-



Nella foto insieme al marito Angelo e ai due figli Andrea e Luca.

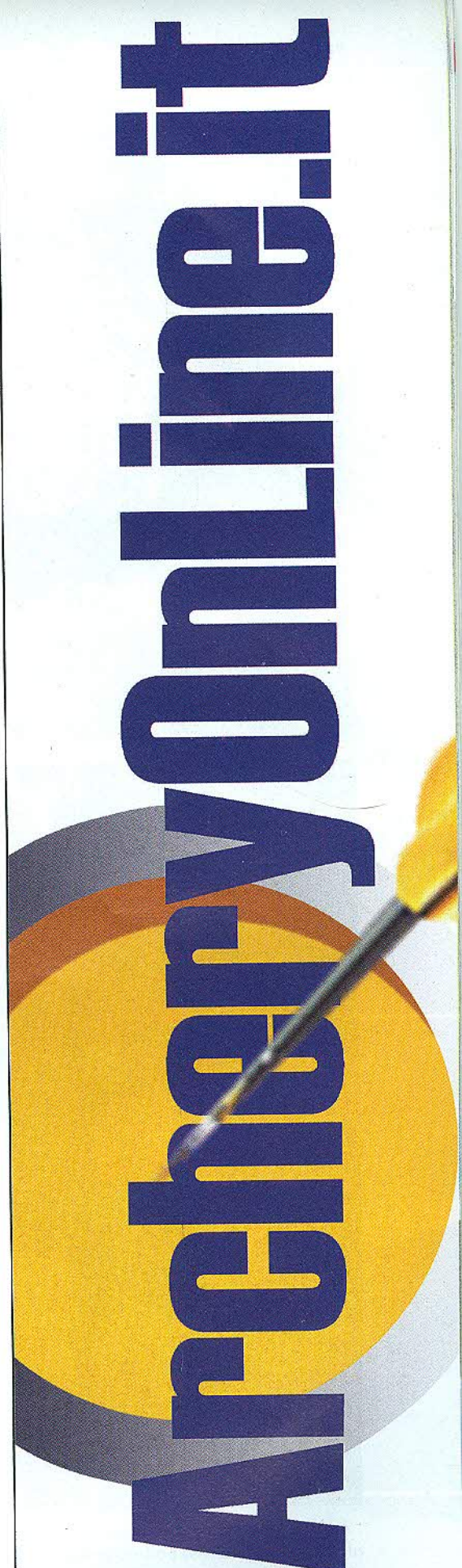


desi, col quale inizia un buon percorso di apprendimento che si trasforma nel tempo in un bel rapporto di amicizia e stima. Così comincia a frequentare le prime gare con lui e la sorella Anna e anche a raccogliere i primi risultati. Luigi lavora sulla sua autostima e le propone interessanti allenamenti alternativi con il laser, il tiro ad occhi chiusi ecc. E Jessica migliora e si appassiona. Ad oggi ha conquistato 4 medaglie d'argento ai Campionati italiani, 2 Indoor e 2 Outdoor, oltre a 2 bronzi Indoor. Ancora nessun titolo ma il lavoro sul gesto e sull'autostima non finisce mai, tanto più che dopo le prime conferme generalmente ne arriva anche un altro da fare, quello sull'agitazione e sulle aspettative. E questo è il bello, o no?

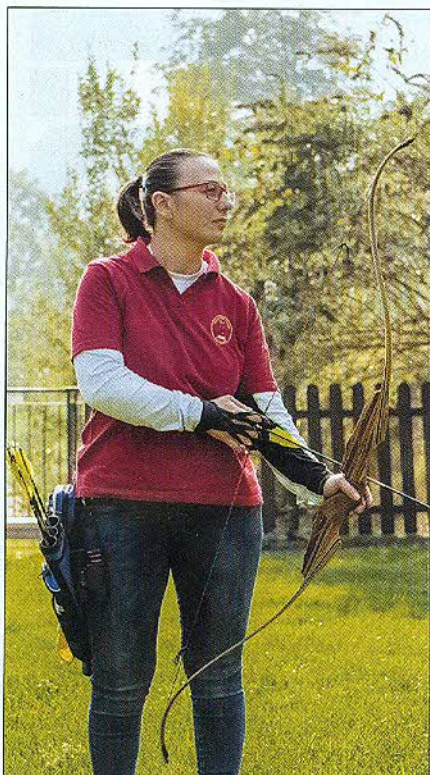
Una bella fatica, conciliare una vita piena come la tua con l'allenamento. Qual è la formula?

"Organizzazione e programmazione. Devo dire che in questo sono piuttosto brava. Oggi ad esempio sono andata a ritirare l'elenco delle gare di karate che affronterà Simone per conciliarlo con le mie. Andrea è abbastanza autonomo con i suoi impegni sportivi e mio marito, pur essendo molto impegnato con i suoi allenamenti, trova il modo di rendersi libero in occasione dei miei Campionati. Quanto all'organizzazione giornaliera, ho la fortuna di lavorare in casa, il che mi permette di seguire meglio anche la famiglia e, come ti dicevo, tengo il mio ricurvo sempre carico e appena mi si prospetta una mezz'ora libera esco a tirare in giardino o magari non esco neppure e tiro dalla finestra se il tempo è poco, poi, quando posso esco a recuperare. Una volta alla settimana cerco di allenarmi sul campo, che fortunatamente è vicino, e per le gare che posso fare nelle domeniche libere mi accodo a Luigi e ad Anna e vado con loro. Luigi si occupa anche della mia attrezzatura, il che mi facilita non poco. In pratica penso solo a tirare quando posso, ma credo di essere riuscita ad organizzarmi bene. Certo questi problemi riguardano molte arcieri: per raggiungere buoni risultati bisogna allenarsi e noi donne molto spesso non possiamo farlo, almeno non quanto vorremmo. Forse anche per questo arrivo sempre e solo all'argento, perché anche se sto tirando bene in un determinato momento, in realtà non mi sento del tutto a posto, non mi sento

mo corso base. Immagino che oggi sia assolutamente pentito "dell'insano gesto", ma tant'è e Jessica oggi è una delle arciere di punta in Fiarco: 8 anni sono passati da quel giorno e dopo Andrea, il primo figlio, che oggi ha 10 anni e si dedica all'arrampicata, è arrivato anche Simone, che di anni ne ha 7 e ha scelto il karate, praticamente un delirio! In un'Italia dove tutti i maschietti vogliono giocare a calcio, col papà allenatore e la mamma arciera, i due simpatici ragazzi scelgono tutt'altro. Quindi fra lavoro, casa e quattro sport da gestire, Jessica tiene sempre l'arco carico e quando non lavora o non ha l'acqua sul fuoco, esce in giardino a tirare qualche freccia. Potenza delle donne. Ma torniamo agli esordi, quando Jessica incontra il suo istruttore, uno di quelli bravi fortunatamente, Luigi Ar-



click.... ordinato
click.... spedito
click.... 10!



"Riuscire a tirare è una complessa alchimia che funziona proprio grazie alla collaborazione di tante persone e in qualche modo questo lo rende ancora più bello".



Ad oggi la Garzetti ha conquistato 4 medaglie d'argento ai Campionati italiani Fiacr, 2 Indoor e 2 Outdoor, oltre a 2 bronzi Indoor.

pronta e magari cedo, specialmente nell'Indoor dove ci sono le finali dirette. Quanto all'Outdoor, c'è sempre Michela Donati davanti, che al momento è decisamente più forte. Comunque il bello della Fiacr credo sia proprio questo. Si divertono tutti, anche quelli che non vincono. Ognuno si pone i propri obiettivi, magari arrivare al decimo posto o fare più punti di un'avversaria abituale, fatto sta che è un bello sport, che fa crescere sotto molti punti di vista ed offre divertimento e amicizia".

Quale gara preferisci?

"In passato il tracciato, direi che ero più brava nella concentrazione. Una freccia tirata bene e via. Prima riuscivo ad isolarmi meglio, poi aspettative e agitazione fanno sì che ora cerchi maggiormente di affidarmi alla tecnica, alla posizione e, benché a volte la tensione agisca negativamente sul rilascio, magari mi trovo meglio nelle gare dove si tirano più frecce, dove puoi recuperare l'eventuale errore. Quella che mi piace meno è la battuta, un po' troppe difficoltà tutte insieme".

Hai mai provato a tirare con altri tipi di arco?

"Sì, li ho provati tutti. Luigi ci tiene a questo, tanto più che lui e Anna tirano con il compound. Ma il compound a me risulta troppo pesante e difficile da gestire anche per l'attrezzatura in sé. Tutto sommato, il ricurvo è quello che richiede meno tempo. Non hai mille regolazioni da fare come con il compound, né devi costruirti le frecce come nel longbow e, come dicevamo, per me l'otti-

mizzazione dei tempi è fondamentale".

Con quale arco tiri?

"Ho un bell'arco di Celestino Poletti. Un Moon Mountain by Alps'Bow da 40 libbre, che ho appena fatto ridurre a 37 per gestirlo meglio. Come aste utilizzo delle Carbon One 660 con 70 grani in punta".

Che stile e mira utilizzi? Fai gap-shooting o sei più istintiva?

"Penso di fare un gap-shooting istintivo, nel senso che so di avere la punta in spot a 35 metri ma ho allenato la mente a riconoscere istintivamente l'alzo da dare alle altre distanze, per cui cerco di essere ben allineata, fare un buon gesto, aprire bene e concentrarmi sul punto da colpire e se non 'strappo' sul rilascio le frecce vanno esattamente dove guardavo".

Ringraziamenti?

"Tanti. Alla mia famiglia prima di tutto. Sono comprensivi, collaborativi e fanno anche il tifo, specialmente i ragazzi. Forse Angelo si sarà pentito di avermi iscritta ad una Compagnia, ma credo che sia anche felice che io riesca a tutt'oggi a praticare uno sport malgrado gli impegni familiari e senza la loro collaborazione totale non si potrebbe fare. Poi naturalmente Luigi Ardesi ed Anna che mi seguono sempre, mi aiutano, mi allenano e mi accompagnano in gara. Riuscire a tirare è una complessa alchimia che funziona proprio grazie alla collaborazione di tante persone e in qualche modo questo lo rende ancora più bello".

F.C.