

Storia della marcia atletica italiana e mondiale

Origini, formazione delle scuole e loro evoluzione tecnica in relazione ai risultati dei Giochi Olimpici, Campionati Europei, Mondiali e Coppa del Mondo

Armando Zambaldo

Tecnico Specialista, della Marcia



Le origini della marcia, intesa come locomozione umana per spostarsi con un minimo di necessità di far presto, si possono far risalire alle origini dell'uomo quando era costretto, per esigenze esistenziali, a percorrere lunghe distanze senza l'ausilio di mezzi meccanici che non erano stati ancora inventati.

Con l'avvento di mezzi di trasporto, ovviamente, la marcia cambiò la logica per cui era nata, ma non la sostanza.

A partire dal 15° secolo cominciò ad essere praticata in forma semiagonistica da personaggi, a volte anche professionisti, che per scommessa e da soli percorrevano lunghissime distanze.

Fino alla fine del 1800, delle imprese di questi "pedestrianism" ne erano piene le cronache. Il più famoso fu l'americano Edward Payson Weston che più volte si cimentò sul percorso transcontinentale tra New York e San Francisco di oltre 6.000 Km.

In queste gare, disputate quasi sempre da un singolo atleta contro il tempo, non c'era un regolamento che obbligasse a marciare. La media che il marciatore riusciva a mantenere su queste lunghe distanze era nettamente inferiore a 10 km./ora. Era quindi il minor dispendio energetico della marcia rispetto alla corsa che a tali medie sconsigliava l'atleta di incedere correndo.

Dalla marcia o per meglio dire marcia atletica, con un minimo di regolamento che la definisca o la differisca dalla corsa, si può identificarne la nascita agonistica nei primi campionati inglesi, disputati il 23 marzo del 1866 a Londra sulla pista di Beaufort House, sulla distanza di 7 miglia.

Dieci anni dopo anche negli Stati Uniti si disputarono i primi campionati e precisamente a New York sulle distanze di 1 e 3 miglia.

Questa tendenza, dei paesi di lingua inglese, ad accorciare le distanze delle gare, lascia intendere che, in tali paesi, esisteva già un'organizzazione federale ben strutturata con giudici

specifici e regolamenti sulla marcia ben definiti.

A fine secolo comunque le gare di marcia si disputavano ancora prevalentemente su distanze molto lunghe. In alcuni Paesi, come Francia e Svizzera, la marcia operò con una propria organizzazione, al di fuori dalle federazioni atletiche, denominata "Union International de Marche". Queste due tendenze di concepire la marcia si protrassero fino agli anni 60/70 quando sparirono dai calendari internazionali le gare su distanze superiori ai 50 km. Unica eccezione la Francia, dove ancor oggi si disputa la Parigi-Colmar sulla distanza di oltre 500 chilometri.

Quello che vien dato di sapere sulla marcia dei primi anni di questo secolo sono quasi esclusivamente i dettagli tecnici delle gare olimpiche. E dal momento che le distanze olimpiche, fino a Parigi nel 1924, non superavano i 10 km., si può affermare che la progenitrice dell'attuale marcia atletica non è quella delle supersfide su percorsi lunghissimi, ma è quella delle prime gare olimpiche, sebbene su distanze molto corte.

I camminatori di lunga lena infatti non usavano alcuna tecnica, anzi ad un certo numero di chilometri, causa la stanchezza, erano costretti ad incedere barcollando con ginocchia piegate e braccia basse.

La marcia entrò a far parte del programma olimpico ai cosiddetti "Giochi intermedi di Atene" del 1906, con due prove di brevissima durata: 1500 e 3000 mt., che costituivano un utile doppione. Si può immaginare la validità tecnica delle due gare. Tra i concorrenti, in maggioranza greci, c'erano infatti alcuni marciatori dell'ultimo minuto provenienti dal mezzofondo.

Alle Olimpiadi di Londra del 1908, le distanze delle gare furono di 3500 mt. e 10 miglia, più consone alla specialità rispetto l'Olimpiade precedente.

Dei 24 partecipanti, tutti di origine anglosassone, vi furono soltanto due

squalificati nella gara più corta. Le medaglie se le aggiudicò entrambe il 33enne "policeman" di Brighton George Larnar.

Dopo questa olimpiade si può già parlare di scuola anglosassone dandole il merito di aver contribuito, con la propria serietà e organizzazione, a dare un futuro olimpico alla specialità.

Anche alle olimpiadi di Stoccolma del 1912 la maggioranza dei partecipanti era di origine anglosassone. Cominciavano però ad inserirsi anche altri paesi europei tra cui l'Italia fece il suo esordio con Fernando Altmani, medaglia di bronzo sui 10 km. unica gara del programma di quei giochi. Vinse il canadese James Goulding con un eccellente 46.28.4 che rimase record olimpico fino a Londra nel 1948.

Guardando le fotografie di quell'epoca si nota che il modo di marciare era influenzato dalla marcia militare. L'attacco del terreno avveniva con arto perfettamente teso e con il piede esageratamente a martello cioè con l'angolo dell'articolazione tibio-tarsica molto chiusa.

Negli anni tra le due guerre mondiali, in Italia la marcia trovava molto seguito nelle sfide tra pattuglie militari. La più famosa fu lo Scudo Nelli che si disputò per la prima volta nel 1921. Proprio in quella gara fecero il loro esordio le Fiamme Gialle il club italiano più blasonato d'Italia.

Era naturale che i miglior marciatori, contesi da questi gruppi per impiegarli in tali gare ed allenati da militari, risentissero del modo di marciare tipico dello squadrone militare.

Fu proprio in quel periodo che la marcia azzurra creò una propria scuola con atleti di elevato spessore internazionale. Prima tra tutti Ugo Frigerio che alle Olimpiadi di Anversa del 1920, ad appena 19 anni, vinse le due gare di marcia in programma: la 10 km. in 48.06 e la 3 km. in 13.14 si ripeté quattro anni dopo a Parigi vincendo nuovamente la 10 km. in 47.49.

Altri nomi famosi di quel periodo furono Donato Pavesi, Armando Valente, Attilio Callegari, Ettore Rivolta, che in più riprese portarono il record mondiale dei 20 Km. in pista da 1.39.20 nel 1926 a 1.36.34 nel 1930.

Erano gli anni in cui l'italiano medio era costretto a camminare

Le classiche di marcia proliferavano, i partecipanti numerosissimi. Tra le più famose: il Giro di Milano e di Roma, la 100 km. della Gazzetta dello Sport. Si era in piena era fascista e lo sport veniva inteso come preparazione fisica per affrontare gli eventi bellici. Non a caso Ugo Frigerio tagliava il traguardo con il fazzoletto tricolore in mano pensando di eseguire un ordine del Duce e del Re. Al ritorno dalle Olimpiadi di Parigi fu invitato dalla famiglia reale a marciare per i viali di Villa Reale, però non prima di aver fatto un bagno in acqua e profumo di lavanda.

Nonostante tutto questo, successe che la marcia fu esclusa dai giochi di Amsterdam del 1928. Le cronache di allora motivavano questa decisione con le controversie plateali sorte tra i giudici durante le batterie dei 10 km. alle Olimpiadi di Parigi.

Nello stesso momento il movimento internazionale, legato alla specialità, era in grande fermento. Su tutte le strade del mondo si organizzavano gare di marcia.

Fu quindi inevitabile che ritornasse, con le opportune correzioni, a far parte del programma olimpico. Così, nel 1932 a Los Angeles e nel 1936 a Berlino, la distanza, della sola gara in programma, fu portata a 50 Km.

Ugo Frigerio, trasformatosi per l'occasione fondista, conquistò la medaglia di bronzo dietro l'inglese Thomas W. Green ed il lettone Janis Dalins.

Nel 1934 si disputarono a Torino i primi Campionati Europei. Anche in questa occasione il programma prevedeva la sola gara di 50 Km. Vinse il Lettone Janis Dalins seguito dalla novità Svizzera A. Schwab e dal duo



italiano Ettore Rivolta e Mario Brignoli.

Nessuna medaglia italiana invece ai giochi di Berlino del 1936, vinti ancora da un inglese di nome Harold Whitlock in 4.30.41 record olimpico. Al secondo posto ancora Arthur Tell Schwab ed al terzo un nuovo lettone di nome Adolfs Bubenkos. Solo piazzamenti per Ettore Rivolta 12°, Giuseppe Gobbato 14° e Mario Brignoli 18°.

Fino alle Olimpiadi di Berlino si trovano, regolarmente inseriti ai vertici delle classifiche, atleti delle nazioni baltiche: Lituania, Estonia e la molto più titolata Lettonia vincitrice di medaglie con Janis Dalins e Adolf Bubenkos. Si può quindi teorizzare che le radici della scuola sovietica partano da queste nazioni.

Con gli Europei del 1938 a Parigi, si chiude un ciclo. L'inglese Harold Whitlock conferma la sua superiorità precedendo le due meteore A. Dill (Germania) e E. Bruun (Norvegia). Poi tutti a lottare in tutt'altro modo. Il

conflitto mondiale congela, per ben otto anni, l'attività sportiva internazionale.

Quando si riprende, con gli Europei del 1946 a Oslo, i nomi sono tutti cambiati. Nelle prime posizioni solo paesi anglosassoni dove la pratica sportiva non si fermò nemmeno nei campi di concentramento.

Le novità di questi Europei furono: il ritorno di una seconda gara di marcia nel programma e l'affermazione della nuova scuola svedese, che si aggiudicò ambedue i titoli. Sui 10 km. vinse John Mikaelsson e sui 50 km. John Ljunggren.

Dopo la parentesi bellica l'Olimpiade ritornò a Londra dove la marcia nacque. Era il 1948 ed ormai tutto si era normalizzato. Unica eccezione l'Unione Sovietica ancora assente.

Anche qui, come agli Europei di Oslo, due gare in programma con gli stessi vincitori di scuola svedese: Mikaelsson e Ljunggren.

Le nazioni risparmiate dalla guerra, Svezia e Svizzera, si accaparrarono

ben 5 medaglie su sei; anche in questo caso la guerra favorì i non belligeranti.

All'ottavo ed al nono posto della classifica dei 10 km. si trovano rispettivamente Giovanni Corsare e Giuseppe Dordoni, due nomi che, a modo loro, faranno parte della storia della marcia italiana negli anni a venire.

Il quadriennio olimpico 48/52 venne infatti dominato da Giuseppe Dordoni. Si pensi che oltre a vincere i Campionati Europei del 50 a Bruxelles e le Olimpiadi del 52 a Helsinki, si aggiudicò un'infinità di gare su tutte le distanze compresa la classica "Cento chilometri della Gazzetta dello Sport". La figura di Dordoni, marciatore alto armonico e stilista inimitabile, fu l'immagine più ricorrente dello sport italiano dell'immediato dopoguerra. Nel cuore e nella mente dei vecchi sportivi trovò e trova tuttora lo stesso spazio di Coppi e Bartali.

Ad Helsinki vi fu l'esordio dell'Unione Sovietica che non andò oltre ad una medaglia di bronzo sui 10 km. con Bruno Junk.

Le novità tecniche palesate dalle uniche tre scuole esistenti fino al 1952 (inglese, italiana e svedese) si possono così sintetizzare: quella inglese, da buona conservatrice, continuava a subire l'influenza della marcia militare; quella italiana, interprete magnifico Giuseppe Dordoni, pur continuando ad identificarsi nella marcia militare, cercava di migliorarsi tecnicamente con un avanzamento delle anche per aumentare smisuratamente l'ampiezza del passo davanti al centro di gravità, praticamente al contrario della tecnica attuale; quella svedese invece, vivendo, in quel periodo, una realtà sportiva nazionale molto evoluta e poco incline al militarismo, intuiva già quella che doveva essere la tecnica degli anni futuri, anzi, vedendo John Mikaelsson in una sequenza dell'epoca, mentre faceva il record olimpico di 45.02, si può affermare che era molto vicino alla perfezione. I giudici però avevano

ancora l'immagine del marciatore sol- dato a cui fare riferimento ed è per questo che erano prodighi nello squalificare questa scuola.

Le medaglie degli Europei del 1954 a Berna, se le aggiudicarono tutte i paesi, cosiddetti, di oltre cortina. In pochi anni recuperarono il "gap" tecnico-organizzativo causato dal conflitto mondiale. La classifica della 10 km. vedeva al primo posto il cecoslovacco Josef Dolezal in 45.01 seguito dai sovietici A. Jegorov e S. Lobastov. Quella della 50 km., primo il sovietico V. Ukhov seguito da Josef Dolezal e l'ungherese A. Roka.

In Italia intanto la marcia continuava ad avere molto seguito. Proprio agli Europei di Berna fece il suo esordio internazionale il fiumano di nascita ma genovese di adozione: Abdon Pamich, colui che sostituirà il mitico Dordoni ai vertici delle classifiche mondiali fino agli Europei del 1966.

Fino al 1961, allorché Dordoni attaccò le scarpe al chiodo, si registrarono epici duelli tra questi due formidabili atleti. Sulle strade di Legnano, Castellanza, Biumo, Busto Arsizio, Camerlata, Roma, Castelfrandolfo, Sesto San Giovanni si davano battaglia per conquistare i trofei Carroccio, Caduti Biumesini, Brega, Abramo Oldrini ecc.

Anche Pamich, ancor più di Dordoni, usava una tecnica che privilegiava il passo ampio in avanti. Tanto ampio da essere costretto a flettere leggermente l'arto avanzato, nel momento dell'impatto con il terreno, per evitare un contraccolpo frenante.

Questi due campioni fecero scuola in Italia, così che giudici e marciatori si rifacevano tutti alla loro immagine. Chi se ne discostava veniva considerato un corridore ed immediatamente squalificato. La tecnica da loro adottata, che come immagine contrastava nettamente con l'immagine del corridore, non soddisfaceva quasi mai la regola che vuole l'arto in appoggio teso e, quando c'era la necessità di aumentare l'andatura, si prestava a fasi di volo. La sua accettazione

incondizionata era dovuta alle ancor modeste andature di allora ed alla mancanza delle attuali telecamere.

Purtroppo questo modo di interpretare la marcia influi negativamente su quei marciatori che avrebbero potuto fare dell'agilità la loro arma vincente. Per questo motivo ai vertici delle classifiche internazionali non si trovano atleti italiani, salvo Dordoni e Pamich, fino agli anni '70.

Poco prima dei giochi di Melbourne nel 1956, la IAAF decise di riconoscere come primati mondiali le distanze superiori ai 20 km. e precisamente: 20 km., 2 ore, 30 km., 30 miglia e 50 km.; registrando solo come migliori prestazioni tutte le altre distanze. Così alle prime Olimpiadi dell'emisfero australe, la distanza veloce fu prolungata a 20 km. da disputarsi su strada.

In questa prima gara tutte le medaglie andarono alla nuova scuola sovietica con Leonid Spirin in un eccezionale 1.31.27, Antanas Mikenas e Bruno Junk. L'Unione Sovietica fu anche seconda con Yevgeniy Maskinkov sui 50 km, alle spalle del neozelandese Norman Read, vittorioso in 4.30.42, in una giornata tormentata da vento caldo e sabbia tipica di quelle zone. Terzo l'anziano Ljunggren e quarto Abdom Pamich.

La scuola sovietica presentò una tecnica indenne dai condizionamenti che affliggevano quella italiana. I loro tecnici avevano intuito che l'ampiezza del passo doveva essere proporzionata alle caratteristiche del soggetto ed alla necessità di allungare i tempi della fase di doppio appoggio.

Tre furono le novità degli Europei di Stoccolma del 1958: l'esordio della scuola tedesco-democratica, il ritorno alla vittoria dell'Inghilterra con Stanley Vickers sui 20 km. e la prima medaglia per Abdon Pamich, secondo dietro al sovietico Yevgeniy Maskinkov.

All'Olimpiade romana del 1960, la marcia sovietica si confermò sui 20 km. con Vladimir Golubnichiy, colui che diverrà il maggiore interprete

della sua scuola. Ebbe la meglio sull'australiano Noel Freeman dopo un duello esaltante sotto il sole infuocato della città capitolina. Sorpresa nella gara più lunga per la vittoria del piccolo inglese Donald Thompson che precedette di pochi secondi l'anziano svedese John Ljunggren, sempre tra i primi nelle ultime quattro Olimpiadi, ed il nostro Abdon Pamich che godeva dei favori del pronostico. In questa gara Giuseppe Dordoni chiuse la sua carriera internazionale con un buon settimo posto.

Dopo ben otto anni di piazzamenti, finalmente Abdon Pamich riuscì a diventare Campione Europeo a Belgrado nel 1962. Lo diventò con la determinazione di colui che, forgiato da tante esperienze sfortunate, vuole fortemente quello che gli aspetta di diritto. Vinse con ben sei minuti di vantaggio sul sovietico G. Panichkin e undici sul campione olimpico di Roma Donald Thompson.

Nella 20 km. vinse Kenneth Matthews, un "gentleman" inglese, davanti alla prima medaglia del DDR Gerard Sperling ed al campione olimpico Vladimir Golubnichiy.

Gli interpreti di scuola inglese, Stanley Vickers, Donald Thompson e Kenneth Matthews, pur rimanendo tradizionalisti nella loro tecnica, non esasperarono l'ampiezza del passo; anzi Donald Thompson, grande vincitore dell'ultima "100 km. della Gazzetta", essendo piccolo di statura faceva della frequenza la sua arma migliore.

In Italia invece l'unica novità era la nomina di Giuseppe Dordoni a responsabile federale della marcia. Sotto la sua guida si continuava a voler marciare a passi enormemente ampi ed a dire che all'estero vanno forte perché corrono. La pena per chi trasgrediva questa regola era, come sempre la squalifica.

Con questo modo di pensare si arrivò alle Olimpiadi di Tokyo del 1964 dove l'Italia schierò il solo Abdon Pamich nei 50 km.

Questa volta non deluse i suoi tifosi,

come successe quattro anni prima, vinse infatti il titolo olimpico, con lo strabiliante tempo di 4.11.12, distanziando di soli 19 secondi l'inglese Paul Nihill, che in una giornata piovosa aveva trovato il clima di casa.

Sui 20 km. ritornò a trionfare la marcia inglese grazie allo stilista veloce Kenneth Matthews che dominò dal primo all'ultimo metro realizzando il nuovo record olimpico in 1.29.34. Secondo fu il tedesco democratico Dieter Lindner rappresentante la scuola, che negli anni a venire si aggiudicherà innumerevoli successi.

Dopo aver vinto quattro medaglie, fra Olimpiadi ed Europei, ed aver scritto il proprio nome nell'albo dei primati del mondo ufficiali di marcia (50 km. in pista in 4.14.02 il 19.11.1961 all'Olimpico di Roma) Abdon Pamich completò il suo bottino a Budapest laureandosi campione europeo, sempre sui 50 km., davanti al duo sovietico Gennadiy Agapov e Anatoli Shcherbina.

In questa gara esordì Vittorio Visini, ottavo al traguardo, eterno piazzato dalla marcia italiana di gran fondo degli anni 60/70.

Primo titolo per la Germania Democratica con Dieter Linder sui 20 km., anche lui davanti a due sovietici: Vladimir Golubnichiy e Nicolai Sma-ga.

All'inizio degli anni '60, lo svizzero di Lugano Armando Libotte, giudice internazionale e membro della commissione marcia della IAAF, ideò una competizione a squadre, imperniata sulle due prove classiche della marcia: 20 e 50 km. Alla nazione vincitrice veniva assegnato il Trofeo Lugano, dal nome della città di residenza dell'ideatore, appunto Armando Libotte.

Si disputava a scadenza biennale ed esattamente negli anni dispari tra i Campionati Europei e le Olimpiadi. Per molte edizioni il regolamento prevedeva una fase eliminatoria e una finale; solo sul finire degli anni '70 si passerà alla finale diretta con il titolo ufficiale di Coppa del Mondo. Nel

1979 a Eschborn in Germania gli si affiancò una prova femminile sui 5 km. denominata trofeo Eschborn. Nelle edizioni successive divenne ufficialmente Coppa del mondo sulla distanza di 10 km. su strada.

Primo vincitore della 50 km. nel 1961 Abdon Pamich. Da allora nessun italiano è più riuscito a vincere in questa manifestazione.

Negli anni precedenti le Olimpiadi di Città del Messico il mondo dello sport era tutto proteso a studiare gli effetti dell'altitudine sulla prestazione sportiva. La capitale messicana si trova a 2.240 metri di quota sul livello del mare, dove l'aria rarefatta scarseggia di ossigeno; dove però la gravità terrestre e l'attrito dell'aria è meno che in pianura.

La marcia, che non deve sostenere forti velocità, ma è una specialità prettamente aerobica, ne avrebbe subito conseguenze negative. Bisognava quindi prepararsi adeguatamente come fecero i sovietici e i tedeschi democratici.

I risultati diedero ragione infatti, a distanza di otto anni da Roma, Vladimir Golubnichiy rivinse l'oro dei 20 km. incalzato da pochi metri dall'idolo locale Jose Pedraza. Come previsto l'altitudine fece fermare i cronometri su tempi scadenti favorendo coloro che si erano preparati in altura.

Gli italiani pensarono che bastasse prepararsi ai 1000 mt. di Asiago e di disputare la 50 km. di campionato nello stesso luogo.

Era fatale che il 35enne Abdon Pamich subisse le conseguenze dell'altitudine e si ritirasse.

Christoph Hohne vinse la prima medaglia d'oro olimpica per la scuola della Germania Democratica, lasciando sui 50 km., a oltre 10 minuti il secondo classificato l'ungherese Antal Kiss; distacco mai registrato nella storia della marcia mondiale.

In questa durissima gara si distinse il giovane italiano Vittorio Visini che con una gara attenta all'inizio, riuscì a concludere al sesto posto. Sul finire

degli anni '60 ed all'inizio degli anni '70 si andava affermando la scuola tedesco/democratica. In quel periodo, con i vari Peter Frenkel, Hans-Georg Reimann, Gerhard Sperling, Peter Selzer e lo stesso Christoph Hohne, dominò incontrastata i trofei Lugano e si aggiudicò diverse medaglie Europee e Olimpiche. Tutti questi atleti, di taglia molto simile, adottavano una tecnica che si fondava sulla frequenza e sull'innalzamento del centro di gravità. Ciò era possibile: accorciando il passo, arretrando il bacino e chiudendo l'angolo al gomito. Era una tecnica che limitava l'uso delle anche e quindi si prestava a fasi di volo.

Nello stesso periodo la scuola italiana si esprimeva con Vittorio Visini che rappresentava la continuità della tecnica di Dordoni e Pamich e quindi ferma al primo dopoguerra.

Qualche cosa però si stava muovendo. Al Lido di Ostia, presso le Fiamme Gialle, vi fu un tentativo di innovazione da parte di Nicola Devito (16° agli Europei del 1966) che naufragò in diverse squalifiche. Successivamente a Roma un gruppo di marciatori del CUS, che aveva come migliore esponente Gabriele Nigro (11° agli Europei del 1969), tentò una transizione in tempi forse troppo brevi; anche in questo caso tutto si risolse con delle squalifiche.

Nel cervello dei giudici era ancora forte l'immagine del marciatore soldato con il passo lungo.

In un momento in cui andavano intensificandosi gli incontri internazionali ad innovare, ispirandosi alla scuola tedesco/democratica, ci provò, presso le Fiamme Gialle, Armando Zambaldo. Con diplomazia dialettica e con la protezione di Gianni Corsaro, allenatore delle Fiamme Gialle stesse, anche lui convinto di quanto Zambaldo proponeva, si riuscì a far accettare un tecnica più consona alla specialità. I risultati furono che Zambaldo, dopo quindici anni di anonimato, diventò più volte campione e primatista italiano, classificandosi 4°

agli Europei del 1974 a Roma e 6° alle Olimpiadi di Montreal del 1976. In poco tempo tutti si adeguarono, compreso Visini, che migliorò tutti i suoi primati, ed i giovani emergenti.

Per diversi anni non si parlò più della scuola italiana in quanto ogni esponente cercò di identificarsi con quella per cui era più adatto. Nel 1969 e nel 1971 gli Europei si disputarono negli anni dispari in quanto l'EAA (la federazione europea) aveva deciso di organizzarli ogni due anni. Annullò poi questa decisione e dal 1974 si tornò a scadenza quadriennale.

In quegli anni le medaglie se le divisero, salvo rare eccezioni, i soliti grandi della Germania Democratica e dell'Unione Sovietica. Le eccezioni furono sui 20 km. ad Atene nel 1969, con l'inglese Paul Nihil ed il rumeno Leonid Caralosifoglu.

Si arriva così alle Olimpiadi di Monaco dove la Germania Federale ottiene la sua prima medaglia d'oro nella marcia con il trentenne Berna Kannenberg, fisico potente dedito alla specialità da soli quattro anni (prima era lottatore). Spalleggiato dal sovietico Veniamin Soldatenko per quasi 40 km. (che sarà secondo ad oltre 2') vince nello strabiliante tempo di 3.56.11 infrangendo il muro delle quattro ore.

Altra vittoria germanica nei 20 km. a opera però del tedesco democratico Peter Frenkel che, dopo una lotta accanita con il sempre presente Vladimir Golubnichiy, vinse l'oro nell'ottimo tempo di 1.26.42.

Dopo aver sfiorato il terzo titolo olimpico Vladimir Golubnichiy, a Roma nel '74, non si lasciò perdere l'occasione di diventare Campione d'Europa. A 38 anni, in una giornata afosa, stroncò la velleità dei più giovani compreso Bernd Kannenberg.

Solita tripletta tedesco/democratica - sovietica con Hohne, Barsch, Selzer nei 50 km. Al quarto posto l'italiano Vittorio Visini.

Qualche anno prima delle Olimpiadi di Montreal si cominciò ad intravedere, nelle classiche europee, dei mar-



ciatori messicani. Dopo aver finalizzato la loro preparazione a due periodi dell'anno, uno in primavera con gare e tentativi di record nel nord europa e l'altro in autunno per partecipare al Trofeo Lugano e al Giro di Roma, venivano in Europa per gareggiare e farsi giudicare nell'ambiente più evoluto della marcia.

Per il loro modo di interpretare la tecnica si poteva dare, fin da subito, l'appellativo di Scuola Messicana.

La storia di questa scuola ha inizio nel 1967; prima in Messico non si conosceva la marcia atletica. In occasione delle Olimpiadi del 1968, la federazione messicana chiamò dei tecnici europei per preparare alcuni atleti da schierare nelle gare dell'Olimpiade di casa. Tra questi Jerszy Hausleber ingegnere di Danzica Polonia, per insegnare la marcia. In un paio di anni riuscì a costruire José Pedraza che, con l'aiuto dell'altura, si aggiudicò la medaglia d'argento.

Grazie a questo risultato la federazione messicana gli confermò il contatto e gli mise a disposizione strutture e organizzazione per lavorare nel migliore dei modi.

Jerszy Hausleber non si fece influenzare dalle scuole europee che in quel periodo si orientavano sempre di più verso le frequenze. Pensò invece di ricercare l'ampiezza, senza far scendere eccessivamente la frequenza, incrementando la forza degli arti inferiori ed esasperando la mobilità articolare con esercizi di sua invenzione.

Ottenne così dei marciatori stupendi, primi tra tutti Roul Gonzales e Daniel Bautista, che con passo aperto, bari-centro basso e una decontrazione frutto della mobilità articolare, presentavano un'immagine che, in ogni fase della progressione, contrastava nettamente con l'immagine della corsa. Unica eccezione la fase di doppio appoggio che non esisteva a causa della lunghezza del passo.

In un primo tempo questa tecnica fu accettata con entusiasmo dai giudici. Quando però i messicani cominciarono

a mietere risultati, ai loro avversari non bastò più l'immagine visiva in movimento. Si misero così a fotografarli e filmarli per mettere in evidenza le loro fasi di volo.

Da quel momento la scuola messicana subì clamorose squalifiche che contrastò con una forza d'urto di diversi atleti di classe. Potevano squalificarne uno o due, ma gli altri erano pronti a sostituirli.

Questa supremazia durò fino al 1984, quando Ernesto Canto e Roul Gonzales vinsero i titoli olimpici a Los Angeles. Dopodiché il santone polacco Jerszy Hausleber, padre della marcia messicana, andò ad allenare in Canada.

Nello stesso periodo gran parte dei marciatori italiani si ispiravano alla tecnica della scuola tedesco/democratica. In questo contesto iniziò a marciare Maurizio Damilano, acquisendo una tecnica che, esaltando le frequenze, mortificava l'uso delle anche.

Nel 1977, dopo un viaggio in Messico con un gruppo di marciatori italiani, capì l'importanza della mobilità articolare e subito la inserì nella sua tecnica che poté così migliorare in ampiezza e fluidità. I risultati si videro a Mosca dove vinse la medaglia d'oro sui 20 km.

Alle Olimpiadi di Montreal del 1976 venne cancellata dal programma la 50 km. Il vero motivo di questa soppressione va ricercato nelle spinte, da parte dei paesi dell'est europeo, per inserire, nei giochi, nuove specialità, come ad esempio il canottaggio femminile, fonti di medaglie per i loro regimi.

Il Comitato Internazionale Olimpico condizionò tali inserimenti allo sfoltimento di alcune gare nel nuoto e in atletica. La IAAF per riequilibrare il vantaggio eliminò dal programma la 50 km. che fino ad allora era stata terra di conquista dei paesi dell'est europeo.

I sovietici accettarono lo scambio ben sapendo che quattro anni dopo, alle Olimpiadi di Mosca in casa propria, avrebbero reinserito, in qualità

di nazione ospitante, la 50 km.

Nella 20 km. vinse, come da pronostico, Daniel Bautista che staccò il terzetto della DDR Hans-Georg Remain, Peter Frenkel, Karl-Heinz Stadtmüller.

Bene anche l'Italia che con Armando Zambaldo 6°, Vittorio Visini 8° e Roberto Buccione 10° iniziò ad ottenere risultati anche a livello di squadra.

A questa Olimpiade seguì un periodo di difficile interpretazione dei regolamenti. Gli atleti erano in continua evoluzione, le loro tecniche a volte esasperate in un senso (es. in ampiezza), altre nel senso opposto, altre volte ancora si sovrapponevano.

I giudici poco inclini ad evolversi, erano traumatizzati da immagini che il loro cervello non aveva mai impresso.

Intanto, tra clamorose squalifiche e dubbiosi lasciapassare, i titoli olimpici, mondiali, europei e di Coppa del Mondo erano un affare tra Italia, Messico, Unione Sovietica, Germania Democratica e, con la unica eccezione, dell'emergente scuola spagnola, nata dall'esperienza messicana dei suoi atleti.

Dopo le squalifiche di Maurizio Damilano e Sandro Bellucci agli Europei del 1982 ad Atene, cambiò il modo di operare dei giudici. La commissione marcia della IAAF decise di adottare un tabellone, da esporre in prossimità del traguardo, dove sarebbero state esposte le proposte di squalifica pervenute al presidente di giuria. Ciò sarebbe servito al marciatore per conoscere, in ogni momento della gara, il giudizio sul suo modo di marciare.

Ci fu subito più chiarezza nelle gare con titoli individuali. Più possibilità di giochi politici invece nelle gare di coppa del mondo a squadre.

Le prime medaglie d'oro dei mondiali, disputatesi a Helsinki nel 1983, se le aggiudicarono rispettivamente il messicano Ernesto Canto sui 20 km. ed il tedesco democratico Ronald Weigel nella 50 km.



Tutte messicane quelle d'oro delle Olimpiadi di Los Angeles nel 1984. Facilitati dal boicottaggio dei paesi socialisti, se le aggiudicarono Ernesto Canto nella 20 km. e Roul Gonzales nella 50 km. Questa Olimpiade fu il canto del cigno della scuola messicana. Senza Jerszy Hausleber, trasferitosi in Canada, in pochi anni è scaduta a rango secondario.

La scuola italiana, a partire dalle Olimpiadi di Montreal, prese coscienza della propria consistenza. Da allora non mancò quasi mai il podio sia individualmente che a livello di squadra.

Il suo massimo esponente Maurizio Damilano, in undici anni ha vinto tutto quello che c'era da vincere. Tanto da fargli pareggiare, se non superare,

Vladimir Golubnichiy, considerato il più titolato marciatore.

In coppa del mondo non andò mai oltre il terzo posto, aggiudicandosela nel 1981 e recentemente a San José di California.

Anche tecnicamente, con il tempo, trovò una sua dimensione. Con la possibilità di disporre di telecamere, i tecnici poterono verificare le loro intuizioni e trovare il modo per allungare i tempi della fase di doppio appoggio. Arrivarono a capire che ciò era attuabile: con un attacco a gamba leggermente flessa poco avanti al centro di gravità, con successiva estensione nel momento in cui il peso del corpo gravitava sulla gamba stessa e leggero spostamento laterale dell'anca per consentire un appoggio del piede sulla proiezione verticale del centro di gravità sul terreno, con un uso accentuato delle anche per ottenere una lunga estensione dell'arto arretrato, onde permettere un totale esaurimento della spinta del piede sull'asse sagittale del centro di gravità, richiamo immediato del piede posteriore e passaggio radente il terreno dello stesso.

Pur esistendo da molti anni nei paesi anglosassoni, sul finire degli anni settanta prendeva consistenza l'attività femminile di marcia. Presente ufficialmente sulla distanza dei 10 Km. per la prima volta in coppa del mondo, quindi agli Europei di Stoccarda dove vinse la spagnola Diaz Maria Cruz, ai Mondiali di Roma vinti dalla sovietica Irina Strakhova, agli Europei di Spalato vinti dall'italiana Annarita Sidoti ed ai recenti Campionati del Mondo di Tokyo che se li è aggiudicati la sovietica Alina Ivanova.

A Barcellona in luglio farà il suo esordio olimpico.

L'evoluzione tecnica della marcia femminile, sia italiana che mondiale, negli ultimi anni ha preso una direzione che è esattamente l'opposto di quella maschile.

In un primo tempo, quando le prestazioni erano ancora modeste, tutti era-

no convinti che la donna era fisicamente adatta alla marcia. La sua mobilità articolare e la sua flessibilità facevano intendere che potesse meglio adattarsi ad una tecnica corretta.

O a casua della distanza ufficiale di 10 km. troppo corta, o per carenze muscolari, dovute ad un allenamento esasperatamente unilaterale, con il passare degli anni ci si dovette ricredere.

Tutte le più forti marciatrici non usano le anche, vanno quindi in frequenza senza completare la spinta e con fasi di volo a passo quasi chiuso.

Per avere un'inversione di tendenza bisognerà portare l'attuale distanza ufficiale di gara dai 10 ai 20 km.

L'Italia della marcia femminile ha saputo farsi valere quasi come i suoi colleghi maschi. Con un titolo europeo vinto da Annarita Sidoti nel 1990 a Spalato ed una medaglia di bronzo

Ileana Salvador nella medesima gara. A livello di squadra nelle ultime edizioni di coppa del mondo ha ottenuto un terzo posto a Hospitalet ed un secondo a San José di California.

Da menzionare inoltre un primato mondiale sulla distanza classica dei 10 km. siglato da Ileana Salvador nel 1989 in 42.39.2.

La marcia italiana degli anni ottanta non è stata, come in passato, difesa da un unico, seppur grande marciatore. Oltre a Maurizio Damilano hanno ottenuto risultati altamente qualificati: Sandro Bellucci, medaglia di bronzo ai giochi olimpici di Los Angeles nel 1984; Giovanni De Benedictis campione europeo juniores e sempre ottimo piazzato; Carlo Mattioli, Alessandro Pezzatini e Michelangelo Arena, nei 20 km., Raffaello Ducceschi e Giuseppe De Gaetano nei 50 km., sono stati tutti finalisti negli appuntamenti mondiali o europei.

La supremazia mondiale di questi ultimi anni è stata, oltre che dell'Italia, anche dei paesi del cosiddetto socialismo reale. Unione Sovietica, Germania Democratica, Cecoslovacchia hanno sfornato campioni del calibro di Mikhail Shchennikov, Andrey Perlov, Vyacheslav Ivanenko, Aleksandr Potashov, Artwig Gauder, Ronald Weigel, Josef Pribilinec, Pavol Blazek ecc.

Ora in quelle nazioni tutto è cambiato compresa l'organizzazione dello sport agonistico. Per loro non sarà più tanto facile allenarsi in condizioni ideali. È quindi il momento giusto di dare grossi incentivi alla marcia di casa nostra per aumentare il già cospicuo bottino di medaglie che la storia ci ha fin qui assegnato.

*Indirizzo dell'Autore:
Armando Zambaldo
Via Cara, 1
Illasi (Verona)*