

Affinità e differenze tra l'impugnatura anatomica e francese nella scherma di spada

PREFAZIONE

La ricerca che ho voluto fare con questa tesi trae origine dal mio passato di schermitore e dal mio presente di tecnico affascinato dalla disciplina della spada.

Oltre 30 anni fa mi avvicinai alla scherma in modo del tutto casuale, dopo alcuni anni nei quali avevo praticato calcio, basket, tennis ed atletica. A 14 anni accompagnai il mio fratellino Fulvio che aveva sei anni a vedere che cosa fosse quello strano sport che a San Daniele del Friuli si praticava in uno scantinato. Fu l'amore della mia vita, a prima vista, e mi coinvolse subito in modo totalizzante. In quella saletta con le pedane di legno e le armi appese alle pareti mi sembrò di esserci sempre stato e presto diventò la mia vera casa. Meraviglioso fu il rapporto empatico con il mio primo maestro, Ludovico Cerlenco, e con il suo istruttore Egidio Marini, che mi accolsero leggendo in me molte più cose di quelle che io stesso conoscevo e che avrei capito solo molti anni dopo.

Gli inizi agonistici furono sfavillanti, dopo sei mesi feci già la mia prima gara entrando nella finale ad otto; era un trofeo a Valdagno che ora si intitola "La spada d'oro". Ero dotato di un atletismo fuori dal comune e una coordinazione

eccellente che mi permise in breve tempo di assimilare le tecniche di fioretto, spada e sciabola. Le mie personali geometrie e un istinto “animalesco” per la stoccata mi fecero innamorare della scherma di spada.

Non capivo la convenzione, non mi apparteneva, non aveva senso per me; toccavo prima e vincevo, questo era logico, il resto non era comprensibile.

Sinceramente, e lo avrei capito solo anni dopo, anche la tattica e la strategia propria della spada mi erano oscure. C'era un bersaglio? io lo colpivo! La spada che mi fu insegnata era quella del trattato Mangiarotti: braccio disteso, svincoli, cavazioni, circolate, affondi, riunite, salti indietro e per me soprattutto bersagli avanzati, dall'avambraccio al piede, passando per il polso. Tiravo con l'impugnatura anatomica sebbene le basi mi fossero state insegnate con quella italiana. In sala c'erano poche impugnature francesi, che mi piacevano esteticamente (forse per la loro maggiore somiglianza con le spade vere) ma fino quando a 17 anni non venni convocato con gli allora “giovanetti” al ritiro estivo di Zocca, la scherma, la spada, era per me tutta lì: il primo bersaglio utile è stoccata vincente.

L'incontro che cambiò la mia vita di schermitore e che mise in me il seme che in seguito germogliò nel desiderio di diventare un insegnante avvenne proprio a Zocca. Venni affidato al maestro Ettore Geslao. Ricorderò per sempre la prima lezione con lui, mi vide in guardia, si avvicinò e con quel suo modo di parlare tra l'ironico e lo stupito mi disse:

“Che cos'è questo braccio?!? Piegallo!”.

Come? Cosa? Piegarlo? Ma se ho sempre toccato così? No! Fu un rifiuto totale! Ma, con la pazienza dei grandi maestri, Ettore (che in seguito mi ha onorato

della sua amicizia e stima) iniziò con perseveranza a modificare la postura del mio braccio armato spiegandomi come rendere fluido il movimento del gomito, come coordinarlo con il polso e la stretta in tempo; contemporaneamente lavorò anche sugli aspetti psicologici facendomi capire come tutto fosse relativo e come la spada fosse uno strumento per "aprire la mente".

Curiosità! Cominciai ad osservare con occhio diverso prima gli avversari che, purtroppo, dovettero subire numerose "punizioni corporali" mentre sperimentavo le nuove coordinazioni insegnatemi, poi i tiratori più forti dell'epoca - adoravo Stefano Bellone, Angelo Mazzoni e Sandro Cuomo, atleti diversi fra loro – infine i maestri, ascoltavo i consigli che davano ai loro atleti, le correzioni e le tattiche.

Non me ne vergogno: ho "rubato" molto e continuo a farlo!

Dopo aver conquistato la prima categoria di spada, che per un tiratore di una piccolissima sala - San Daniele del Friuli ha poco più di 7'000 abitanti - era un traguardo quasi irraggiungibile, fu il mio maestro di allora, Dario Codarin, a farmi notare che il mio tipo di scherma si sarebbe adattato bene all'impugnatura francese...

Ancora curiosità!

Saldai un pezzo di codolo alle mie spade, convinsi il maestro Roberto Piraino dell'ASU di Udine a regalarmi due impugnature francesi e iniziai a tirare con il manico liscio!

Alle gare guardavo tutti i tiratori che ammiravo e cercavo di capire i movimenti (mi chiedevo, ad esempio, come Angelo Mazzoni, con un polso così esile,

potesse tenere la francese sul pomolo) e poi a casa e in sala imitavo, provavo e cercavo di capire sperimentando. Era, ed è, un mondo affascinante. Ricordo che Sandro Resegotti, dopo un assalto, mi chiese chi mi avesse insegnato a eseguire la battuta e botta al polso con i miei gradi deboli sui suoi forti e si stupì quando gli risposi che l'avevo sperimentato da solo e che funzionava. Sotto la guida attenta del mio maestro Dario Codarin e frequentando per allenamento la sala scherma di Udine del maestro Roberto Piraino, iniziai la mia carriera di istruttore.

Leggevo i trattati e ascoltavo le teorie di tutti su come tirare di spada e contemporaneamente sperimentavo in sala tutto quello che capivo, prima su me stesso e poi sui miei pazienti allievi. Per lungo tempo confrontai teorie opposte. Ricordo, soprattutto con affetto e piacere, una disputa tra la spada “fuetante” del maestro Geslao e la scherma francese che amava il maestro Piraino. Intanto alle gare osservavo le strane cavazioni di Maurizio Randazzo e gli affondi *chilometrici* di Paolo Milanoli, mentre Sandro Cuomo passava dalla anatomica alla francese e ritorno. A “casa” sperimentavo.

La mia piccola sala scherma, nel profondo nord-est, è un luogo tranquillo dove si può lavorare con calma, facendo crescere gli atleti senza l'assillo del risultato ma è anche lontana dalle grandi sale con i maestri capiscuola dai quali apprendere con completezza i segreti dei vari movimenti e le motivazioni delle varie tattiche. Un grande aiuto l'ho avuto dai corsi che ho frequentato, sia quelli che poi mi hanno portato agli esami, sia quelli di puro approfondimento.

Da questa mia storia di schermitore è nato, dunque, il desiderio di raccogliere testimonianze di quei maestri che mi hanno dato tante informazioni, ai quali ho,

lo ripeto, rubato molto e ai quali va la mia imperitura stima e affetto.
Purtroppo due non ci sono più ed è a loro che penso nel realizzare questo lavoro;
mi piacerebbe che il Maestro Dario Codarin e Maestro Ettore Geslao fossero
fieri di me e dell'uomo che hanno contribuito a far crescere!

IL MIO PENSIERO

Col desiderio di divulgare, senza temere le critiche, e con l'esperienza derivante da 15 anni di gestione della sala scherma che ora prende il nome di "Club Scherma Lama Friulane", penso sia giusto iniziare raccontando perché, negli anni, ho scelto di impostare o reimpostare numerosi atleti con l'impugnatura anatomica o francese.

Amo la spada perché non dà sicurezze e credo che tutti possano fare scherma, soprattutto di spada, anche iniziando in età adulta; gli obiettivi certamente cambiano ma penso che un insegnante debba impegnarsi affinché ogni suo allievo raggiunga il proprio limite sebbene si tratti di vincere anche un solo incontro nella vita.

Non ho preferenze fra l'impugnatura francese e l'anatomica (nella mia sala gli atleti sono equamente divisi tra una e l'altra) sebbene io tiri ormai da anni con la francese. Nel tempo ricordo soprattutto di aver iniziato a insegnare con passaggi da anatomica, più utilizzata, a liscia. Il primo allievo con cui sperimentai questo passaggio fu Giovanni Fuga, un fiorettista che, ritornato dopo alcuni anni di inattività nei quali la sala si era specializzata nella spada, non trovò avversari per allenarsi con la sua arma di origine.

I movimenti molto ampi e l'abitudine alla convenzione facevano di lui un tiratore molto aggressivo e poco tattico. Gli consigliai l'impugnatura francese

perché la sensazione di perdere il controllo della spada lo inducesse a rallentare e lo costringesse a concentrarsi sulla tattica.

Nella stessa stagione conquistò la terza categoria e raggiunse la finale ai regionali assoluti contro mio fratello Fulvio.

Alcune volte ho utilizzato il cambio da anatomica a francese anche per combattere un aspetto caratteriale, soprattutto con quei tiratori che avevano difficoltà a toccare a causa dell'insicurezza che spesso li spingeva ad iniziare le azioni offensive da fuori misura. L'impugnatura francese, tenuta verso il pomolo, ha permesso loro quei 4-5 cm di maggiore allungo e con essi una sensazione di ulteriore sicurezza tale da far credere di poter reagire con maggiore efficacia a un eventuale contrattacco imprevisto dell'avversario.

Uso adottare l'impugnatura francese anche con gli adulti di poca esperienza e con poco tempo a disposizione ma dotati di grande passione. A questa tipologia di atleta insegno una serie di tecniche "semplificate" consistenti quasi esclusivamente da battute e botte ai bersagli avanzati e arresti nei quali il maggior allungo dell'impugnatura usata sul pomolo è funzionale ad ottenere un miglior risultato. Di solito ai bambini che iniziano faccio provare entrambe le impugnature e poi scelgo l'una o l'altra a seconda della sensazione del ragazzino mediata da considerazioni di carattere posturale, muscolare, dall'atteggiamento mentale e dagli istinti. Cerco di non costringere a una scelta forzata ma li indirizzo verso l'impugnatura che ritengo più adatta al caso specifico.

Personalmente trovo che la francese permetta un maggior utilizzo delle dita sia per tenere la spada, sia per esaltare la sensibilità e precisione; di contro è più difficile esercitare un controllo nelle azioni di forza. Infine, spostando la mano

lungo il manico, c'è una percezione di maggior peso dell'arma che dipende dal cambiamento del punto di equilibrio della stessa. Ho notato che i ragazzi più insicuri e anche quelli esili, per meglio dire non atletici, ne sono spesso impauriti e la rifiutano soprattutto perché sembra loro di non poter dominare l'arma.

Il rischio maggiore nell'utilizzo dell'anatomica penso, invece, risieda nella tendenza a stringere costantemente l'impugnatura irrigidendo polso e braccio per giungere, poi, ad un utilizzo non corretto della spalla. Il suo punto di forza è, invece, la sensazione di dominio dell'arma, anche per i bambini meno dinamici.

La possibilità di lavorare con calma nella mia sala mi permette di osservare e modificare gli eventuali difetti e privilegiare, nello sviluppo dei vari gesti tecnici, la stretta in tempo sia sulla sfuggente francese sia sulla rigida anatomica. Ho appreso nel tempo numerosi esercizi che permettono all'atleta di sentire la punta della spada e utilizzare la forza necessaria per eseguire i vari gesti tecnici, senza esagerare, evitando così le probabili rigidità. La rigidità, soprattutto del gomito e della spalla, si palesano anche con il manico francese se il polso e dita non lavorano bene: partendo dalla posizione del pugno di terza, soprattutto quando si spezza il polso verso il basso, un movimento eccessivo irrigidisce tutto il braccio.

La mia personale opinione, a parità di allenamento e preparazione, fa pendere l'ago della bilancia leggermente a favore dell'impugnatura francese che permette delle variabili maggiori sfruttando la possibilità delle dita di spostarsi lungo il manico. Se impugnata sotto la cocchia si ha una forza sufficiente per lavorare sul ferro avversario mentre scendendo verso il pomolo si può sfruttare un allungo

maggiore. Non trovo utile impugnarla con l'indice allungato sul lato esterno del manico a sezione quadrata perché mi sembra di rischiare di perdere il controllo esercitato dal pollice e indice e, in fin dei conti, di non riuscire a contrastare le azioni eseguite sul proprio ferro quali fili e battute.

Preferisco impostare anche il tiratore di anatomica con la posizione di pugno di terza. Non ho mai creduto nell'utilità della posizione di seconda in terza perché penso che impedisca un lavoro equilibrato sulle linee esterne.

Anche riguardo ai risultati agonistici dei miei atleti in questi ultimi anni c'è un sostanziale pareggio tra anatomica e francese.

Ecco perché ho voluto intervistare alcuni maestri capiscuola. Questa breve ricerca sul campo non vuole arrivare all'affermare il dominio dell'una sull'altra ma mira a ottenere informazioni che stimolino, in chi legge, la curiosità di apprendere. Mi piacerebbe fosse un *work in progress*, implementabile nel futuro, con ulteriori punti di vista e considerazioni.

ROBERTO PIRAINO



Roberto Piraino è, senza dubbio, uno dei miei riferimenti in campo didattico; è stato il primo, assieme al Maestro Dario Codarin, a farmi capire che il mio stile di combattimento si sarebbe bene adattato all'impugnatura francese. Quando ancora usavo la spada anatomica mi ha regalato i miei primi manici francesi. E' stato, per me, l'inizio di un lungo percorso di sperimentazione e di osservazione e, perché no, di imitazione. E', quindi,

doveroso e naturale iniziare proprio da lui questo viaggio nelle diverse visioni della scherma di spada. Il Maestro Piraino, nel corso degli anni, ha lavorato con numerosi atleti indirizzandone alcuni verso l'impugnatura francese, altri verso l'anatomica.

Maestro, qual è il tuo punto di vista su differenze e affinità fra l'impugnare la spada con il manico francese e l'anatomico?

Permettimi di fare un passo indietro perché mi preme sottolineare come la scherma di spada, fra tutte, sia quella che è cambiata di meno dal punto di vista dei regolamenti, della tattica e della strategia; l'unico aspetto che negli anni è stato modificato, e ha preso sempre più il sopravvento, è quello atletico, la fase di movimento, la velocità. La conseguenza più evidente è che la meccanica ne ha subito delle conseguenze e, infatti, anche ad alto livello, molte azioni si concludono al bersaglio grosso. Per effetto di ciò il precetto di un tempo che imponeva, come prima cosa, di tirare al bersaglio avanzato sta perdendo, in parte, il suo senso limitato dall'accelerazione dei tempi di esecuzione che impediscono spesso di avere precisione sui bersagli avanzati. Ciononostante ritengo che per allenare al meglio un ragazzo all'inizio della sua attività da spadista, ma anche in seguito con atleti di alto livello, si debba sempre tenere presente il principio del 25° di secondo, cercando di creare una successione di stoccate, partendo dal polso, dall'avambraccio, dal braccio per poi passare al corpo. Questa sequenza permette di agire in anticipo rispetto all'avversario anche se, alla fine, si dovrà essere in grado di concludere con un'azione al corpo. In Italia vedo che l'impugnatura anatomica ha maggiore preponderanza sulla francese perché gli atleti si sentono più tutelati avendo in mano uno strumento che permette una maggior sicurezza di polso, una maggior forza, una maggiore stabilità del braccio.

A chi si avvicina alla spada per la prima volta io cerco di far provare la francese per verificare se hanno un po' di sensibilità in più rispetto agli altri, se hanno sicurezza nello svincolo e doti fisiche che permettano un allungo migliore,

un'elasticità migliore, un'estensione del braccio migliore, condizioni che mi convincono ad affidare all'atleta una spada francese.

Veniamo agli elementi che caratterizzano i due tipi di impugnatura.

L'anatomica è un'impugnatura obbligata, la mano ha delle posizioni vincolate che comportano una minore sensibilità nelle due dita "cardine" della scherma: l'indice e il pollice. A dispetto di ciò si vedono molti tiratori che riescono a tirare dei colpi, per esempio di fuetto, di cavazione, angolazione o al piede, che sono simili a quelli della francese e riescono, altresì, a lavorare sul ferro con trasporti, riporti, chiusure; queste ultime sono diventate azioni molto diffuse negli ultimi anni. Se un atleta è educato bene riesce a mantenere doti da "francesista" anche con l'anatomica. Ti porto ad esempio una mia allieva, Giulia Rizzi (*membro della nazionale maggiore di spada femminile, ndr*) con la quale avrei potuto lavorare con l'impugnatura francese perché lei avrebbe tutte le caratteristiche fisiche per poter agire con quel tipo di arma ma, notando che la sensibilità della mano era talmente affinata e che, nel contempo, lei si sentiva più sicura con l'anatomica, ho preferito lasciarle quella sicurezza e lei mai ha avuto problemi, ad esempio, a cavare con la anatomica.

Per quel che riguarda la francese, a mio avviso, l'atleta che la scelga deve capire che quest'impugnatura permette azioni volanti, azioni di svincolo, azioni di ceduta, deve saperla utilizzare nel modo in cui l'avversario non se l'aspetta. Mi capita spesso di vedere spadisti che utilizzano la francese con una guardia con il braccio molto avanzato. Per me è un grave errore. Ripeto, la francese deve essere un'arma volante, di passaggio, le posizioni del braccio non devono essere

mai fisse. Ad esempio, dall'invito di quarta posso spostare il braccio verso il basso, mettere poi la linea, toglierla, portare il braccio in fuori, angolare, tirare sopra oppure sotto. L'impugnatura francese si deve prestare a questo tipo di scherma. Proprio oggi (*l'intervista si è svolta durante la 2a Prova Open Nazionale a La Spezia il 13 aprile 2013, ndr*) noto che uno dei più eleganti ed efficaci tiratori con la francese è Lorenzo Buzzi che, prima, tirava con l'anatomica: l'atleta casalese unisce la postura fisica di uno sportivo di alto livello alla sensibilità della mano che sta diventando sempre più raffinata, per merito del suo maestro, Pietro Gnisci, che lo fa lavorare in punta di dita per cui, la sua francese, oltre ad avere quella potenza che gli permette di parare e chiudere, riesce anche a "pizzicare", come si dice, a sciogliere misura e arrestare, a sostituire bersaglio, a tirare al piede, a partire in fleche. Quindi anche passando dall'arma anatomica alla francese si può riuscire a sfruttarne tutti i vantaggi. La mia opinione è che la francese permetta una varietà di colpi maggiore, un'imprevedibilità maggiore. Poi ci sono aspetti caratteriali da tenere in considerazione. Se un allievo è inventivo, imprevedibile, creativo, allora è bene dargli spazio sulla francese. Se si utilizza la francese solo per svincolare è svilente, sarebbe solo un puro guadagno di centimetri di allungo.

Come si impugna la francese?

Ci sono diversi modi. C'erano atleti di altissimo livello, come Angelo Mazzoni, che quando dovevano fare azioni d'attacco sul ferro, spostavano le dita, senza perdere contatto con l'impugnatura, in avanti, tenendo la spada quasi fosse una

spada italiana; mentre quando dovevano agire di svincolo o arrestando, retrocedevano le dita sull'impugnatura tenendola verso i due terzi della fine! Restando però sull'aspetto più generale, le impugnature base della francese sono tre. La classica, la più antica, pone pollice e indice vicino alla coccia mentre le altre stringono il centro del manico; questa sfrutta poco l'allungo e l'imprevedibilità. Un secondo metodo sfrutta sempre la presa di indice e pollice facendo andare il perno del manico nel centro della mano: questa permette un maggiore allungo, fuetti, svincoli, cedute; e poi c'è un altro modo, che io definisco "se ti trovi meglio...vedi tu!", che consiste nell'impugnare l'arma mettendo il dito indice sul lato esterno del manico, allungato: con quest'ultima impugnatura si rischia di perdere facilmente la presa però, a suo vantaggio, bisogna sottolineare che il dito allungato indirizza naturalmente la punta nella profondità.

Concludendo, impugnare a ridosso della coccia dà più potenza ma meno precisione, mentre il dito allungato aiuta la precisione ma indebolisce la presa. Come sempre è un discorso molto soggettivo.

Quali sono le principali differenza nella lezione con un'impugnatura e con l'altra?

La lezione con l'anatomica è, ovviamente, più meccanica, si lavora molto di più sul ferro con chiusure, controtempi, opposizioni, ma anche angolazioni; con la francese la lezione è fatta di svincoli, ma anche prese di ferro e, sulla partenza del avversario, cavazioni, fili dell'avversario e svincoli sui fili. Dobbiamo abituare l'allievo che, al contatto del ferro avversario, deve sottrarre il proprio

mentre, con l'anatomica, quando l'allievo sente il contatto, anche se lieve, può partire con un filo sottomesso, ad esempio. Inoltre, la francese si presta ad azioni di attacco, rimessa, secondo colpo, ceduta, azioni dinamiche di entrata e uscita di misura; entrando in misura con il primo piede e, poi, uscendo di misura togliendo il bersaglio; anche con schivate e abbassate, tutte azioni che si possono fare anche con la anatomica ma che, in quel caso, sono di solito preparatorie a un controtempo.

Usi ancora le riunite e i salti indietro per uscire di misura?

Rispetto al passato un po' meno ma se c'è qualche ragazzo che il salto indietro lo fa bene per poi, magari, ripartire in fleche o se riesce a riprendere immediatamente il controllo della guardia, glielo faccio fare. Con il salto indietro si può togliere ancora di più il bersaglio all'avversario rispetto a un passo semplice, quindi serve proprio perché toglie la misura in modo imprevedibile. Più in generale penso che qualsiasi movimento o azione schermistica vada bene purché chi la compie la senta propria e riesca a toccare. Sarebbe sbagliato porre limiti all'atleta. L'atleta deve da solo creare situazioni a lui favorevoli. Nella spada, a differenza delle altre armi, chi tocca ha ragione.

Parlami della “stretta in tempo”.

La stretta in tempo è essenziale affinché la spada non pesi, non sia rigida in mano e per permettere di portare il colpo con maggiore elasticità. Se si tiene

sempre la mano obbligata, stretta, non abbiamo “la molla” per tirare il colpo. Bisogna abituare i bambini a stringere le due dita quando tirano la stoccata; a forza di dirlo diventa naturale. Prima bisogna tenerle morbide, quindi si devono stringere nel momento in cui si para, nel momento in cui si tira, nel momento in cui cavi, evitando di tenerle sempre strette all’impugnatura, questo sia che si tiri con la francese sia che si tiri con l’anatomica. Ai bambini dico sempre che l’arma è come un uccellino, se lo stringi troppo lo uccidi, se lo stringi poco vola via, devi tenerlo morbidamente. Molti bambini stringendo troppo inseriscono nel movimento i muscoli della spalla, si irrigidiscono, perché credono, stringendo, di avere più forza e più controllo, invece non è così. In questo aspetto la scherma assomiglia al tennis, sport in cui la racchetta va tenuta morbida.

Oltre alla stretta in tempo, come insegni ai tuoi allievi a non usare la spalla?

Io ricordo gli insegnamenti di mio padre (il Maestro Filippo Piraino) che faceva lavorare i bambini privilegiando l’avambraccio e la mano cercando, anche se non è canonico per la spada, di far tenere la punta alta e il gomito basso. In questo modo il bambino non si stanca e non stancandosi non mette in tensione i muscoli della spalla. Se si adotta una guardia allungata il bambino accuserà il peso dell’arma e finirà col contrarre i muscoli della spalla. Nell’impostazione l’aspetto più importante è che il gomito non vada ad appoggiarsi sul fianco ma stia leggermente distaccato poi il ragazzo capirà da solo che dovrà tenere la punta più in linea ma avrà imparato a non irrigidire la spalla.

GUIDO MARZARI



Guido Marzari è, senza dubbio, uno dei maestri che hanno segnato gli ultimi vent'anni della scherma di spada in Italia. Partendo dalla piccola Ravenna è arrivato a essere il Commissario Tecnico dell'arma triangolare alle Olimpiadi di Atlanta dove ha conquistato l'oro a

squadre. L'aspetto che più mi preme sottolineare è il suo continuo lavoro sui giovani. Da Ravenna sono usciti tiratori di grande livello, alcuni impostati con l'impugnatura francese, altri con l'anatomica.

Maestro, vorrei le tue opinioni, le tue valutazioni sulle differenze e le affinità delle due impugnature più usate.

Io imposto tutti i bambini, anche gli adulti, con la francese perché ritengo che l'impugnatura francese, se usata nel modo giusto, sia quella che dà una maggiore sensibilità di punta. Questo è un aspetto fondamentale nell'arma della spada in quanto, non essendoci la convenzione, avere la punta fuori dal bersaglio di mezzo centimetro determina la possibilità o meno di toccare. In

seguito lascio libero l'atleta di passare, se lo desidera, all'anatomica. Ciò che ho potuto constatare nel corso degli anni è che questo passaggio non preclude la sensibilità di pugno che deriva dall'aver iniziato con la francese. La cosa più importante, affinché l'utilizzo di questo manico sia redditizio al 100%, è il modo in cui lo si impugna. La francese va impugnata come fosse un anatomica, non da fondo manico, sul pomolo, ma con le dita nei pressi della cocchia. È una questione fisica, una questione di leve. Se io permetto a un bambino, che non ha ancora la forza nel braccio, di impugnare la francese a fondo manico non gli darò quella precisione di punta che, come ho sottolineato prima, è fondamentale nella spada. Non bisogna assolutamente far credere che quei 8/9 cm in più di manico che si sfruttano quando impugno l'arma nella zona del pomolo possano permettere di toccare e far vincere un assalto.

Questo aspetto potrà essere sfruttato quando l'atleta sarà formato, quando avrà una forza fisica tale da indirizzare la punta anche tenendo la spada dal pomolo, come facevano Paolo Milanoli e Angelo Mazzoni. Prendendo ad esempio proprio Angelo Mazzoni, nonostante tutti ricordino la sua capacità di tirare impugnando l'arma sul pomolo, pochi rammentano che, quando impostava l'assalto sulla difesa, sapeva impugnare la spada con le dita a contatto con la cocchia costruendo un muro difficilmente superabile.

Soprattutto per i più piccoli ritengo importante un'altra considerazione. Io faccio utilizzare la francese perché chi è basso tende a lavorare, con l'anatomica, per ragioni di equilibrio, di mezzocerchio e seconda; invece se usa la francese lo metto in guardia come fosse uno sciabolatore, con la punta un po' alta, in modo che riesca poi a usare la terza e la quarta oltre che la mezzocerchio e seconda. Con l'anatomica, a mio avviso, diventa difficile per un bimbo spezzare il polso e riuscire a parare bene di terza e quarta. Con la francese il problema non si pone.

Un altro mito che vorrei sfatare è che lo schermitore che usa la francese si serva solo dell'arresto. Quando faccio lezione con la francese insegno la presa di ferro, le parate, i trasporti, i riporti perché poi, quando gli atleti andranno in assalto, sapranno parare e sapranno anche attaccare di filo. Non è vero, quindi, che la francese sia la spada da usare a ferro libero mentre con la anatomica si pratici una scherma con prese di ferro; sia con l'anatomica sia con la spada francese il bagaglio tecnico deve essere completo. Arriva, infatti, il momento in cui è necessario tirare a ferro libero sia di attacco sia di contrattacco, oppure tirare di presa di ferro in attacco, oppure di parata e risposta. Questo deve essere chiaro perché, se già condizioniamo lo schermitore nella lezione attraverso un certo tipo di manico poi, in assalto, quando le pressioni emotive si fanno più alte e si trova a fronteggiare un avversario, egli sarà ancora di più limitato.

Ovviamente rispetto tutti i colleghi e il loro modo di agire, la mia è un'opinione personale, forse dettata dal fatto che quando iniziai a praticare la spada a 16 anni lo feci con la francese. In seguito ho iniziato il mio percorso di allievo-maestro nella sala Mangiarotti che, con Edoardo Mangiarotti e Marcello Lodetti, era il tempio della spada francese. Certamente i loro insegnamenti mi hanno influenzato ma la mia convinzione deriva soprattutto da un lungo studio, da anni di esperienza e dall'aver visto che le mie convinzioni sono suffragate da quello che succede in pedana, non solo con schermitori bravi, ma anche con schermitori modesti. In definitiva, chi ha la francese, a mio avviso, mantiene una sensibilità di punta che è maggiore rispetto a chi non la usa. Ci sono, evidentemente, delle eccezioni, una su tutte Alexander Pusch che guidava l'anatomica con una sensibilità di punta eccezionale, ma stiamo parlando di un campione. Inoltre, il passaggio dalla francese all'anatomica non rappresenta un problema, semmai lo è il contrario; io lo assecondo perché tutto quello che si è

acquisito con la francese non va perso. Infatti ho degli schermitori che riescono, ad esempio, a parare di quarta chiudendo la misura e spezzando il polso con l'anatomica perché lo hanno imparato negli anni usando la francese.

Hai accennato al passaggio contrario, dall'anatomica alla francese.

Puoi dirmi qualcosa di più?

Il passaggio dall'anatomica alla francese, secondo me, è più difficoltoso anche se lo ritengo possibile nella misura in cui l'anatomica sia stata usata fin dall'inizio nel giusto modo, cioè sempre utilizzando le due dita, il pollice e l'indice, per portare la punta sul bersaglio. Spesso succede che la sensibilità di punta viene persa perché l'allievo stringe le altre tre dita per questione di controllo e anche perché il maestro, talvolta, non riesce a capire se il bambino serra il pollice e l'indice oppure le altre tre; ci vorrebbe un controllo continuo e attento che non sempre è possibile attuare perché, a lungo andare, col ripetersi incessante delle lezioni, il maestro diviene un automa. Ribadisco, però, che il passaggio da anatomica a francese sia possibile. Negli anni ho visto diversi schermitori, ad esempio Sandro Cuomo, che nella sacca, oltre alle spade anatomiche che lui usava, aveva anche una spada con impugnatura francese. Ricordo la finale di Coppa del Mondo a Parigi, mi sembra fosse il Monal nel 1996, in cui Cuomo stava perdendo da Srecki 10 a 5. Durante il minuto di riposo concordammo di passare alla francese e Sandro vinse, poi, 15 a 10 con dieci fleche. In alcuni momenti lui riteneva di poter usare la francese e la usava!

Un altro esempio è di ieri (*14 aprile 2013 in occasione della Seconda Prova di Qualificazione Nazionale a La Spezia*, ndr); ho notato che il cubano Carrillo,

arrivato poi terzo tirando con l'anatomica, nella sacca aveva una spada col manico francese, al pari di altri schermitori di livello mondiale che, pur privilegiando l'anatomica non disdegnano, in casi particolari, la francese. Certamente la spada francese ha un manico che si presta meglio per dei colpi volanti, fantasiosi, larghi, però questo si può fare anche con la spada anatomica. Naturalmente dipende tutto dallo schermitore e dalla sua sensibilità. In conclusione ritengo che la spada francese, almeno a livello di impostazione, sia migliore di quella anatomica.

Mi puoi illustrare alcuni esercizi che tu utilizzi? Ricordo di averti visto fare lavorare i tuoi atleti sotto misura per impostare degli svincoli, anche molto ampi.

Sì, sottomisura faccio eseguire moltissimi esercizi, faccio anche fare tantissimi svincoli col braccio completamente piegato, obbligando lo schermitore a tenere il gomito attaccato al fianco. Questo per ottenere una sensibilità di punta a qualsiasi distanza e a qualsiasi pressione e, appunto, per riuscire a toccare non utilizzando lo slancio del braccio in avanti ma, semplicemente, le due dita; cioè la cavazione e la circolata.

Un'altra serie di esercizi che faccio fare da sottomisura sono trasporti e riporti per obbligare l'atleta a tenere il contatto della lama, specialmente quando si lavora sulla quarta. Se lavorando sulla terza il contatto della lama è abbastanza naturale, sulla quarta molti parano e staccano il ferro. Forse questo deriva dall'eventuale retaggio del fioretto oppure dal concetto che c'è della spada in Italia cioè l'arma con la quale, fino a qualche anno fa, si impostavano gli atleti

con limitate capacità.

Permettimi un inciso: la spada in Italia è sempre stata considerata l'arma dei poveri, invece vorrei fosse chiaro che non è assolutamente così!

Tornando alla tua domanda, io faccio eseguire moltissimi esercizi di riporto e trasporto, ad esempio, dal legamento di terza riporto in terza e trasporto in prima - non in mezzo cerchio ma in prima, cioè nella caduta di prima - andando avanti, andando indietro, spostandomi centralmente per avere una completa sensibilità del ferro. Questo a ribadire ancora che non è vero che quello francese è il manico col quale tirare solo a ferro libero! Il bagaglio tecnico deve essere completo.

Da un punto di vista puramente didattico: sulle ricerche di ferro fai muovere in anticipo la punta partendo dalla sensibilità delle dita o ti capita di fare partire prima il pugno per poi far “trascinare” la lama verso una parata o una presa di ferro? Oppure l'idea è quella di trovare il ferro con la parte avanzata della lama?

All'inizio faccio sempre precedere la punta andando alla ricerca del ferro perché la coordinazione naturale, camminando, è quella di far precedere il piede al braccio omolaterale. Questo automatismo contrasta con la richiesta della scherma che è quella di far precedere il movimento di braccio a quello della gamba. Questa è la ragione per cui alleno l'anticipo del pugno, anche in modo esagerato. All'atleta, poi, spiego che la lezione è controllo del gesto ma nella realtà dell'assalto i tempi di reazione sono diversi e ciò pone problemi. Il combattimento provoca una perdita dell'azione fine e controllata a causa

dell'ansia e della presenza di un avversario mentre, in lezione, il maestro, psicologicamente, è una figura diversa.

Anche qui ci sarebbe un lungo discorso da fare sul modo di fare lezione perché a volte bisognerebbe non favorire l'atleta ma metterlo in difficoltà come fossimo in assalto.

Riprendendo il ragionamento, all'atleta chiedo un netto anticipo di punta sia nelle azioni di attacco sia nelle azioni di difesa anche perché nelle azioni di parata deve essere la punta ad andare a coprire immediatamente il settore nel quale arriverà la botta, se invece è il polso a muoversi arriverò in ritardo e quando mi trovo davanti a degli schermatori che sono veloci e che sanno scegliere il tempo, non sono più in grado di parare. Poi, quando lo schermitore diventa più esperto, lo alleno sulla seconda intenzione. Per esempio, lo mando a parare in ritardo e questo per far reagire l'avversario con un contrattacco per poi andare a chiudere. Questo tipo di lezione, più evoluta, l'adotto in un secondo tempo e solo con quegli atleti che hanno la capacità di seguirmi.

Quindi scegli anche, dopo aver costruito una base, l'espressione tattica da poter sviluppare con il singolo ragazzo?

Io personalmente mi sono sempre adeguato all'atleta. Infatti i miei atleti non sono tutti uguali perché cerco sempre di capire quale può essere il loro modo di tirare, di stare in guardia, e ritengo che debba essere il maestro ad adattarsi a loro.

Non faccio dei modelli uguali perché non siamo uguali! La scherma è l'espressione di quello che noi siamo, una persona cupa, triste tira in modo in

modo triste, non bello da vedere! Per me la scherma è proprio l'espressione della persona, della sua indole. Questo è il mio principio e cerco sempre di adeguare il mio modo di insegnare allo schermitore che ho davanti e mai viceversa perché in pedana vanno gli atleti e quando si è in pedana e non c'è più il controllo emotivo oppure è molto ridotto a causa di quello che abbiamo detto prima e poi saltano fuori tutte le caratteristiche degli schermitori!

PIETRO GNISCI



Pietro Gnisci è giustamente considerato uno dei maestri più importanti e innovatori della scherma di spada.

Oltre ad aver guidato la nazionale come commissario tecnico della spada, ha distribuito la sua conoscenza e sapere in molti club italiani dai quali sono emersi innumerevoli campioni.

Ho avuto il privilegio e il piacere di partecipare ad alcuni corsi da lui tenuti, dai quali ho appreso numerosi concetti e strategie.

Maestro, vorrei chiedere anche a te l'opinione sul tirare di spada con l'impugnatura francese o anatomica, le affinità, le differenze e le tue preferenze personali?

Diciamo, in primis, che l'impugnatura anatomica è un'impugnatura che costringe le dita a posizionarsi in alloggiamenti già definiti permettendo una tenuta molto sicura. L'impugnatura francese, anche se non la si dovrebbe chiamare così perché fu inventata in Italia e poi utilizzata in Francia, è un'impugnatura più libera ed è opportuno che il maestro osservi la morfologia della ragazza per capire se la sua mano sia abbastanza grande per avvolgere il

impugnatura liscia. Il termine non è utilizzato a caso, la mano avvolge l'impugnatura! Soprattutto con gli allievi più giovani, se la francese viene tenuta verso il pomolo, non si riesce a sviluppare un controllo dell'arma che privilegi la punta perché, utilizzando la forza per sorreggere i 90 cm di lama più altri 9 cm di impugnatura, si perde il bilanciamento e di conseguenza la precisione. Io faccio impugnare la francese come una sciabola ma che tocca solo di punta.

Ti ho visto fare una serie di esercizi e mi ha colpito come tu facessi eseguire, ad esempio, una parata di quinta e risposta al piede.

Certo! Se ho educato la sensibilità, il tocco, cioè la stretta in tempo, poi posso eseguire qualsiasi cosa desideri, come amo dire, la punta è la parte più avanzata del cervello!

Quindi non ci sono differenze nell'iniziare un allievo alla spada con l'una o l'altra impugnatura? E come vedi il passaggio dall'una all'altra?

Non trovo difficoltà, a patto che l'allievo sia stato ben educato e abbia acquisito la dovuta padronanza dell'arma che deve essere diventata una parte del corpo, un dito di 90 cm. A mio avviso non c'è problema a passare dall'anatomica alla francese e nemmeno il passaggio inverso è precluso. Ci sono e ci sono stati grandissimi tiratori, come Alexander Pusch, dei quali non si capiva che impugnatura usassero finché non vedevi dietro la cocchia! L'importante è la

sensibilità e l'equilibrio della naturalezza del gesto. Per raggiungere tutti i movimenti della spada è necessario che il pugno e il polso siano ben addestrati e lavorino in modo equilibrato e naturale!

Si può definire il pugno di terza come la posizione da cui parte tutto?

Se abbandoni le braccia in maniera naturale lungo i fianchi la mano porta il suo palmo verso l'interno in modo rilassato e l'ulna e il radio si dispongono in modo parallelo all'interno dell'avambraccio. Se sollevi il braccio ti trovi con il pugno di terza. Da lì tutto procede in maniera fluida ed elastica con una rotazione del pugno di 360°!

Come ti poni di fronte ad alcune teorie che ad esempio preferiscono un pugno di seconda in terza o affini?

Se il gesto viene specializzato non si hanno difficoltà ad eseguire bene dei buoni movimenti, ma questa postura condiziona e non permette di eseguire naturalmente tutti i movimenti possibili perché già essa stessa è un movimento derivato.

Vorrei sapere la tua opinione sui colpi di fuetto.

In realtà non sono poi così contrario, lo faccio usare a volte; però, se il pugno è addestrato ed è in grado di eseguire, ad esempio, delle battute di passaggio o dei coupè, alla fine il fuetto non serve perché la punta viene portata in modo analogo ma senza bloccare il pugno. Il fuetto stringe il pugno e sfrutta l'elasticità della lama come una frustata ma, la suddetta stretta, blocca il pugno per cui se si incorre nell'errore si permette all'avversario un contrattacco immediato su una nostra posizione di rigidità.

Quando noi insegniamo tutto deve essere naturale ed armonico, la punta ha la precedenza e si deve perfezionare la sua sensibilità: lo spadista e come un musicista che suona il violino e l'impugnatura è il manico del violino senza tasti di riferimento. La musica la deve sentire ... e così la spada.

Ricorda che la spada, a differenza del fioretto e sciabola, non ha la tutela, e dico tutela, della convenzione con le sue precedenze. È importantissimo sapere sempre dove si trova l'arma e le sue possibilità, che derivano da un pugno ben educato. Il maestro di spada educa, non insegna, perché insegnare da una posizione di forza significa plagiare l'allievo, ma educa le qualità esistenti nell'atleta e solo se queste si rivelano dannose per il ragazzo si interviene a modificarle parzialmente!

ENRICO DI CIOLO



Di **Enrico Di Ciolo** ho seguito i successi durante l'arco degli anni restando sempre affascinato dalla filosofia schermistica che la sua famiglia ha intrapreso negli anni.

Solo recentemente ho avuto la fortuna di conoscerlo personalmente scoprendo in lui

una persona intelligente, acuta, ironica, appassionata anche nel confronto e nella spiegazione dei suoi punti di vista, ma sempre pronta ad ascoltare e a mettersi in discussione.

Enrico, nella tua sala imposti gli allievi con l'impugnatura francese o con l'anatomica?

La premessa è che le impugnature sono differenti e quindi hanno un utilizzo diverso. Al Club Scherma Pisa Antonio Di Ciolo cerchiamo di sfruttare le peculiarità di ogni allievo; cerchiamo, insieme a lui, di individuare in base alle sue caratteristiche fisiche - ad esempio di attaccante, di difensore, aggressivo, riflessivo – il vestito schermistico più adatto da cucirgli addosso piuttosto che dargli un vestito preconfezionato che poi va aggiustato.

Per quanto riguarda l'impugnatura anatomica o francese il processo si basa sulla

stessa filosofia quindi, in generale, facciamo utilizzare l'impugnatura francese a chi tende allo svincolo. Ci sono addirittura persone che proprio non sopportano il contatto con la lama o il contatto con l'altro, persone che utilizzano un linguaggio più volatile che tattile; al contrario, utilizziamo la spada col manico anatomico con coloro che hanno un approccio più che altro tattile, quindi cambiamo le misure, cambiamo le dinamiche.

L'approccio della vostra sala si basa essenzialmente sulle qualità dell'individuo?

Noi siamo tutti insegnanti di educazione fisica e la nostra filosofia guida recita "la scherma è un mezzo" con il quale i bambini imparano a sviluppare e a formare determinate abilità motorie. Le abilità motorie sono principalmente sulle funzioni sensoriali, sulle funzioni psicosomatiche, sulle funzioni socio-motorie e in base a questa filosofia si determina che cosa è la scherma.

All'inizio e per un bel po' di tempo vengono utilizzate le azioni schermistiche per imparare e per formare; ad esempio, toccare l'altro sia con un fioretto, una spada o una sciabola serve per acquisire manualità, la stessa manualità che poi più tardi ci consentirà di toccare l'altro in maniera più immediata, più economica... Lo stesso ragionamento è valido per quanto riguarda la discriminazione spazio-temporale; se noi utilizziamo la scherma per far imparare al bambino che nasce dismetrico a muoversi dentro degli spazi, dentro dei tempi, poi questa stessa abilità servirà in pedana per trovare la stoccata a quella determinata distanza, a quel determinato tempo; quindi da un qualche cosa che è generale, e quindi è un'abilità, si sviluppa un qualche cosa

che invece è un'azione, un gesto tecnico.

L'approccio metodologico è quello sintetico naturale, cioè non vengono proposti problemi e soluzioni ma vengono proposti i problemi e a ogni problema viene proposta una variante; le soluzioni sono soggettive, quindi non esiste un modello a cui facciamo riferimento. Non essendoci un modello di riferimento ogni allievo sarà diverso dall'altro.

Di conseguenza si aumenta, si migliora o si amplifica la capacità percettiva di lettura schermistica di analisi e sintesi di ogni individuo?

Hai centrato il punto. La chiave è la mancanza del modello, ovvero non essendoci delle posizioni ottimali, ma essendoci dei movimenti perfettibili, ogni azione è perfettibile e migliorabile, quindi è modificabile e reversibile; si può tornare indietro a rivedere un punto poi si passa avanti e si fanno sempre azioni diverse, movimenti diversi. Non ricercando la posizione perfetta, che non esiste, si cerca il movimento corretto che è il movimento che talvolta funziona in un modo, talaltra funziona diversamente. Per l'impugnatura anatomica e francese si segue esattamente questo principio, al ragazzino che preferisce lavorare con una manualità particolare si mette in mano un'anatomica, poi si sperimenta, si prova, si analizza.

Si tratta di un lavoro tendenzialmente a lungo termine? Il risultato migliora al crescere del ragazzo?

In generale si imparano tante cose da subito, e quindi la difficoltà, tra virgolette, potrebbe risiedere nel fatto che, sapendo fare tante cose, non se ne sa fare una bene, e a livello di Gran Premio Giovanissimi si potrebbero avere problemi con avversari che magari sanno già fare bene, ad esempio, il passo avanti affondo, un movimento già specializzato in un gesto "forte". Tuttavia i risultati ci dicono che questo non è del tutto vero perché abbiamo ragazzini che sono bravi in ambito nazionale.

Meglio perché noi non ricerchiamo il risultato, soprattutto da bambini, però li devi mantenere in palestra, allora se noi puntassimo solo sulla lunga distanza li perderemmo in partenza perché smettono.

I bambini italiani non sono come i bambini stranieri. I nostri se non toccano o non vincono si rompono le scatole e smettono, allora bisogna fare in modo che si divertano e si divertono se fanno risultato! In questo modo continuano e poi arriva una specializzazione; c'è del lavoro in più da fare su ogni movimento, cioè, mentre il lavoro prima è generico poi si cura il dettaglio: prima lavoriamo sulla manualità, poi iniziamo a lavorare sulle azioni. Ad esempio, bisogna imparare a fare la finta e cavazione, o i trasporti; non c'è il modello e ogni gesto se funziona va bene e si riprova. Il maestro pone il problema e l'allievo trova la soluzione e la soluzione è toccare e non essere toccato!

Deviando dal tema, in altra sede mi dicevi che tu non fai lezione ogni giorno ai tuoi atleti più forti...

In generale noi lavoriamo molto sulle lezioni collettive e lezioni di gruppo quindi, nel G.P.G., fanno pochissime lezioni individuali, nei giovani ne fanno una o due la settimana al massimo (non tutti), quelli di alto livello ne fanno magari una la mattina, mentre il pomeriggio tirano o fanno lezione di gruppo. Durante l'orario di sala le lezioni individuali sono quasi assenti, ridotte al minimo, perché avendo tanti atleti vogliamo che lavorino tutti e bene, piuttosto che sia uno a lavorare mentre gli altri guardano. La lezione di gruppo la utilizziamo come mezzo educativo: facendo lezione di gruppo si impara gli uni dagli altri, mentre facendo la lezione individuale impara solo il ragazzo impegnato e impara il maestro. Ti confesso, però, che la lezione di gruppo non è una lezione di gruppo quanto, piuttosto, tante piccole lezioni di coppia; ci sono due o tre maestri con una decina di atleti e, quindi, i maestri girano continuamente mentre gli atleti lavorano a coppie e sono monitorati costantemente.

SANDRO RESEGOTTI



Sandro Resegotti è stato il primo atleta di caratura internazionale che io abbia affrontato in pedana.

Negli anni siamo diventati ottimi amici e non ho potuto far altro che ammirare la sua straordinaria tecnica e la sua longevità agonistica. È stato Campione Italiano Assoluto del 1983, 1994, 2004.

È sempre stato forte sia nel fioretto che nella spada, ha un'impostazione classica ma ha saputo evolvere il suo stile nel tempo.

Sandro, vorrei la tua opinione di schermidore e maestro sulle affinità e differenze fra l'impugnatura francese e quella anatomica nella scherma di spada.

Da piccolo ho iniziato con il fioretto e la prima arma che ho ricevuto dal mio maestro è stato un fioretto francese. Ero uno dei pochissimi che usavano quell'impugnatura. In verità mi avevano preceduto atleti che poi sarebbero diventati nazionali come Stefano Bellone e Angelo Mazzoni. Tutti venivamo da una scuola di francese anche col fioretto e poi passavamo alla spada, sempre con

la francese.

Per quanto riguarda le affinità è chiaro che nella spada non ci sono regole, quindi il concetto di toccare prima è sempre valido sia per la francese sia per l'anatomica. La scherma con la spada anatomica è basata essenzialmente su convenzioni, prevalentemente sul ferro e quindi bisogna adattare al ragazzo il tipo di scherma che andrà a fare.

Ti confesso che, da maestro, sono stato sempre molto combattuto nell'impostazione dei ragazzi perché la spada francese la si può impugnare in modi diversi.

Alla mia scuola io la impugnavo col dito allungato mentre altri – Angelo Mazzoni è l'esempio più lampante – sul pomolo, per cui si sviluppavano alcune tecniche diverse. Il concetto che accomunava tutti era la ricerca dell'anticipo sull'avversario.

Bisogna tenere presente che adesso la scherma è cambiata molto, ha avuto tante rivoluzioni: nel fioretto c'è molta meno convenzione, più velocità di movimenti, vengono privilegiate rapidità e botte in tempo quindi, anche quest'arma, si è avvicinata molto come tipo di scherma alla spada. Oltre ai contrattacchi ormai si tende meno a rispettare la convenzione con parate e controparate ma c'è tanta ricerca della rimessa. Come dicevo, sono molto in difficoltà: secondo me non è facile impostare un ragazzo con la francese. Molti allievi li ho impostati con la spada anatomica perché all'inizio è un po' più facile. È chiaro che poi la sensibilità del ferro bisogna acquisirla sia con l'anatomica - come ho detto arma di convenzione ferro su ferro - ma anche con la francese; perché non vi è dubbio che, nonostante la francese sia un'arma con la quale si pratica essenzialmente lo svincolo per andare a toccare, quando si è sotto nel punteggio bisogna avere la capacità e le basi del fioretto per fare qualche parata e se non si ha la sensibilità

sul ferro avversario le cose diventano complicate. Quindi, nonostante abbia avuto una carriera da francesista, adesso imposto i miei allievi di anatomica, perché vorrei dar loro una base di fioretto, almeno inizialmente.

Tu parti dunque dal fioretto e poi passi alla spada?

Esatto. E' una tradizione della nostra società. Al Circolo della Spada Mangiarotti di Milano ai bambini piccoli le basi si danno col fioretto e poi il passaggio avviene eventualmente, in modo graduale, alla spada. Secondo me un buon fiorettista che si converte alla spada in età successiva, com'è successo a me, ha buone possibilità di far bene! Il viaggio contrario è complicato ed è difficile che uno spadista possa diventare un buon fiorettista; le basi vengono dal fioretto.

Questa è la tradizione della scuola Mangiarotti?

Si è la tradizione ma è anche, a mio avviso, il percorso corretto. Nella spada si insegna, giustamente, l'anticipo però, nel momento in cui l'atleta è in svantaggio, il colpo doppio lo danneggia; bisogna avere la capacità di saper eseguire un controtempo o un'azione sul ferro e lo si può fare efficacemente se si hanno le capacità e le basi del fioretto; è difficile che uno spadista sia subito in grado di farlo.

Nella mia esperienza ho avuto buoni risultati con i miei allievi anche iniziando subito con la spada, lavorando con trasporti, riporti, legamenti o battute che sono comunque presi dal trattato di fioretto...

In effetti ci sono molte realtà, molte società, in cui si è obbligati a non fare tutte le specialità e a concentrarsi su una sola per evidenti ragioni economiche e strutturali. Venendo alla tua osservazione, sono assolutamente d'accordo con te. Ti porto la mia esperienza con il maestro Polidoro che mi ha fatto passare alla spada dal fioretto facendomi inizialmente applicare i movimenti del fioretto trasportati nelle dinamiche e tattiche della spada.

La nostra società, anche se si chiama Circolo della Spada Mangiarotti, ha ottimi risultati anche nel fioretto in tutte le categorie.

Cosa mi dici della sciabola? La praticate alla Mangiarotti?

Di sciabola ne abbiamo poca, da poco c'è un gruppo di Master che ha ripreso, vecchi tiratori di ottimo livello che sono ritornati "da grandi" a fare scherma. Speriamo che sia il primo nucleo di un gruppo che possa crescere nel tempo. Anche se, ti confesso, non è facile.

Un'ultima cosa: la differenza dell'angolo del polso fra anatomica e francese?

Chiaramente il polso si spezza con tutte e due le impugnature, ad esempio, per fare una terza, la punta è alta e, quindi, il movimento del polso si viene ad abbassare anche con la francese. Non vedo grosse differenze o difficoltà; è chiaro che dipende anche molto dal tipo di scherma che uno applica e il tipo di angolazione che uno vuol dare alla propria spada. Secondo me quest'ultima è molto importante. Una spada angolata in un determinato modo, magari, ti può portare a spezzare verso il basso e non verso l'alto per portare giù la punta, ad esempio, per permettere un maggiore anticipo con la scherma di francese.

PAOLO ZANOBINI



Paolo Zanobini è stato compagno di nazionale U20 di mio fratello Fulvio, ed è allora che l'ho conosciuto.

Ho frequentato con lui i corsi da istruttore e ne ho già allora apprezzato le qualità, nonostante la giovane età.

I successi dei suoi atleti in ambito

nazionale ed internazionale ne confermano il valore.

Valore che fa di lui uno degli attuali cardini dei maestri U20 nazionali.

Paolo, tu utilizzi sia l'impugnatura francese sia l'anatomica: mi piacerebbe conoscere il tuo punto di vista riguardo entrambe.

Io parto dal presupposto che spada francese e anatomica sono due armi quasi completamente diverse; noi, Società Schermistica "Cesare Pompilio" di Genova, impostiamo quasi tutti gli allievi con l'anatomica e poi, se hanno attitudini fisiche e caratteriali, cerchiamo di avvicinarli alla spada francese. Questo perché una base di anatomica ti permette di capire come andare sul ferro, come fare il controtempo. La francese, al contrario, non può partire da quel presupposto. Talvolta il passaggio lo favoriamo anche in atleti che, per difficoltà di misura e altezza, non toccano più con l'anatomica. Con la spada francese devono

rimettersi in gioco, devono imparare di nuovo a fare scherma. Può succedere che con l'anatomica, ad un certo punto, si smetta di pensare e si proceda solo con automatismi; ecco, allora, che il passaggio alla francese costringe ad utilizzare nuovamente il pensiero, mantenendo però la capacità di lavorare sul ferro che deriva da anni di anatomica.

Quindi inizio di anatomica per una scherma chiaramente più accademica e poi si cambia in base alle attitudini?

Sì, attitudini soprattutto comportamentali perché quelli con la francese, secondo me, sono atleti che hanno difetti utilizzando l'anatomica e la francese gli permette di amplificarli in meglio o in peggio. Ad esempio, uno schermidore che ha una grande anticipo di gambe con l'anatomica è destinato a perdere; la francese, magari, gli permette di togliere il difetto amplificandolo al punto che può rivelarsi un pregio. E' evidente che se incontra un avversario che arresta si troverà in difficoltà ma, se incontra un atleta che esegue molto lavoro con il ferro, quello con un grande anticipo di gambe riesce, ad esempio, a mandare a vuoto le parate. Inoltre, la francese ti permette di avere dei colpi particolari, ad esclusione degli atleti francesi che sono indottrinati in una scherma che non prevede botte di fantasia. Al contrario, la spada francese italiana è una spada di grande fantasia, di grandi sensazioni, intuizioni; ricordo un mio atleta, Bozzo, che faceva qualsiasi cosa con la francese: anticipava, tirava fleche al piede e tutto un campionario di botte pazzesche; è vero che se si trovava di fronte qualcuno che la arrestava perdeva nettamente ma, se trovava uno schermidore che lo seguiva, era in grado di fare cose straordinarie tanto che è riuscito ad arrivare

sul podio ad una gara Open.

Tornando al tema dell'intervista, credo che impostandoli subito con la francese si possano ottenere dei vantaggi su certe cose ma, nel complesso, gli aspetti negativi siano maggiori dei positivi. Intendo dire che, magari, imparano a non fare una controparata ma un'insistenza in avanti, imparano a fare spada lavorando su angolazioni o botte in chiusura, che nei bambini può pagare, soprattutto per quelli che hanno un bel fisico alto, veloce, ma alla lunga, nella spada maschile, una parata devi avercela o, almeno, devi far vedere all'avversario che fai finta di parare per poi fare qualcosa altro mentre, forse, nella spada femminile ti puoi anche salvare se non sei un fenomeno sul ferro.

**Applichi differenze nella didattica fra spada maschile e femminile?
Ho visto, ad esempio, che nella tua squadra femminile ci sono due
atlete con l'anatomica e due con la francese.**

Sì, ma come dicevo, da noi nessuno nasce con la francese. In genovese si chiamano "tapulli" che significa rimedi, dei piccoli rimedi per cercare di far continuare a toccare la persona che magari non toccava più.

Sono due mondi completamente diversi: nella spada femminile, se hai una buona testa, se sei una che pensa, che ragiona, e anche se non sei supportata da un grandissimo fisico o un grandissimo talento, puoi ambire a fare qualcosa di importante; nella spada maschile devi avere tutte tre le componenti cioè: talento, fisico e voglia di allenarti. Se ti manca uno di questi elementi è difficile fare risultato! La più importante è naturalmente la voglia di allenarsi. Mio papà (*il Maestro Ezio Zanobini, ndr*) fa sempre l'esempio di due gemelli, uno con un

po' più di talento dell'altro, che iniziano assieme, uno si allena tutti i giorni mentre il talentuoso solo una o due volte la settimana: quest'ultimo all'inizio va e vince quasi sicuramente poi, il gemello che continua, martellante a prepararsi, alla fine toccherà di più.

Tornando a noi, per la scherma femminile non ci vogliono particolari attitudini, solo molta testa per capire che in certi momenti devi seguire il maestro, perché il maestro serve quando incontri l'avversario più forte o ostico, quello che ha alla scherma che ti dà più fastidio. Il maestro serve nei momenti difficili, non serve sicuramente quando le cose vanno bene, però l'atleta forte è quello che riesce a seguire i consigli. Io nella mia esperienza ho visto atleti che seguono il maestro ma che alla fine sotto stress fanno di testa loro e poi quasi sempre perdono; ho visto altri atleti più forti che si fidano se un'azione è stata consigliata e, pur pensandola diversamente dal maestro, con fiducia la eseguono. La fiducia nel proprio maestro è la chiave.

Una domanda che mi fa sempre mio padre è questa: “Quando si segue un proprio atleta contro un tiratore con la francese cosa si può consigliare?”.

Secondo lui non bisogna andare a prendere il ferro ma bisogna battere, battere perché la prima cosa che insegna un maestro al tiratore francesista è lo svincolo o cavazione sulle prese di ferro, per cui l'atleta è abituato a cavazioni e circolate, mentre la battuta, invece, fa perdere il controllo anche solo per un attimo dell'arma e dà il tempo di tirare il colpo. Quindi, contro un atleta con la francese si dovrebbe cercare la battuta, anche leggera, e non andare a prendere il ferro, anche perché se la francese è ben addestrata e tenuta sul pomolo è veramente difficile trovare il ferro, quindi anche una battuta leggera che riesca a far perdere un attimo il controllo permette di trovare lo spazio di entrata. Inoltre, solitamente, alla battuta si risponde con un movimento stereotipato e fisso,

quelli con l'anatomica, sulla battuta di quarta, vanno in quarta quelli con la francese, se sono nati con la spada francese, sulla battuta distenderanno il braccio per arrestare.

Sappiamo l'anatomica prevede una posizione della mano obbligata, quali sono, invece, le possibilità che dà l'impugnare il manico liscio?

Solitamente faccio impugnare la francese verso il pomolo ma, solo da poco tempo, la faccio utilizzare anche tenendola verso la coccia. L'ho imparato proprio da poco, mentre prima la utilizzavo solo in fondo o col dito allungato, poi ho visto che arrivando dall'anatomica, spesso tenendola in fondo, non avevano la forza necessaria. Spostando la mano sotto la coccia si è in grado di sentire molto di più la parata e, se tenuta bene, si ha una parata di quarta fenomenale, forse migliore che con la anatomica. La francese poi può indurre l'avversario all'errore, ad esempio, se si impugna la francese sotto la coccia contro un avversario mediamente sveglio e intelligente di fronte, egli vedrà o capirà che io sono intenzionato a fare una parata o comunque un lavoro sul ferro, quindi lo si potrà indurre in tentazione nel pensare di eseguire una finta e cavazione con relativa sicurezza e invece lo si potrà arrestare ingannandolo; questo con la anatomica non lo si può fare.

Se ne parli con i maestri esteti della spada francese è una cosa che non gradiscono molto ma, alla fine, ho visto che nella pratica di assalto funziona e penso si debba essere pragmatici.

Vorrei che fosse chiara una considerazione importante: molti maestri hanno la convinzione che l'unico verbo sia il loro mentre, secondo me, solo tramite un

confronto anche con i maestri più inesperti si può crescere perché non è detto che un'azione si faccia solo in un'unica determinata maniera. La curiosità deve portarci a cercare di trovare soluzioni da altre persone, anche osservando gli atleti più particolari.

Una delle spadiste che mi incuriosiscono di più è Ludovica Busato di Fermo che sta in piedi con il braccio disteso e che mette in crisi tutte le avversarie. Da lei ho copiato la guardia quando c'è una grandissima crisi durante l'assalto e i ragazzi non sanno cosa fare: faccio distendere il braccio e, ti assicuro, che una o due botte entrano perché mettono in crisi la misura degli avversari e i ragazzi hanno, poi, due o tre soluzioni tecniche differenti. Bisogna copiare anche dalle persone più particolari e far diventare questo un arricchimento, una strategia nuova, una possibilità in più. Quindi copiare, copiare e rubare a tutti, il più possibile!

FLAVIO PUCCINI



Flavio Puccini è stato scelto dal compianto maestro **Ettore Geslao** come suo erede per la sala delle Lame della Marca Trevigiana e continua a portare avanti gli insegnamenti del suo mentore anche nella nuova sala che ha fondato proprio quest'anno: il Circolo

Scherma 1806. Nella presentazione ho spiegato quanto il maestro Ettore mi abbia influenzato e vorrei che Flavio mi desse delle informazioni sulla scherma del maestro Geslao e sul suo punto di vista.

Flavio, il maestro Geslao non amava particolarmente l'impugnatura francese, vorrei sentire il tuo punto di vista al riguardo.

Innanzitutto ti ringrazio molto per l'intervista, mi onora e mi riempie di orgoglio ed emozione il fatto che tu abbia visto in me l'erede del Maestro Geslao.

Partiamo da un presupposto: il maestro è senz'altro il mio punto di partenza. Il tipo di scherma che lui insegnava è legato a un momento storico della spada; molti non sanno che lui ha ideato una spada più moderna perché si è messo in contrasto con una spada troppo rigida. Una delle prime cose che ha cambiato è stata la posizione di pugno, abbassandola. Lui avversava una spada francese di

concezione classica, quindi con la spalla alta e con l'arresto sempre predominante rispetto alla parata. Mi piacerebbe che lui fosse qui, ora, per vedere come si insegna oggi la spada francese. La francese che stanno insegnando adesso, ad esempio, Angelo Mazzoni e Guido Marzari è un arma completamente diversa, che ha varie prese, quindi dà maggiore scelta all'allievo. La francese odierna permette sì di sfruttare i centimetri in più ma non solo, è soprattutto libertà di movimento del pugno che, di contro, viene bloccato dall'anatomica, perché quell'impugnatura ha una presa che blocca le dita. In sintesi, comunque, il maestro Geslao non era per la francese e anch'io tendenzialmente imposto i ragazzi con l'anatomica. Rispetto al maestro io sono molto interessato alla francese e credo che inizierò alcuni bambini alla francese proprio per sperimentarla, perché penso che in realtà sia una bellissima soluzione.

Ci sono anche degli aspetti tecnici che si legano al maestro Geslao e alla spada trevigiana come i colpi di fuetto che si potrebbe dire abbia creati lui?

A proposito del fuetto, mi fa piacere chiarire una cosa. Il fuetto è un contorno! Molti pensano che io sia tutto fuetti e che la scherma di Treviso sia tutta fuettante. In realtà il fuetto è la cornice di un tipo di scherma, è una botta che dà molta sicurezza e molta motivazione nell'apprendimento. I ragazzi si sentono più bravi se sanno fare i colpi lanciati ma questo tipo di spada è, ripeto, la cornice. Ho fatto una statistica sui miei tiratori in un incontro alle 15 stoccate e i fuetti sono due o tre poi, magari, c'è un colpo al piede. Oggi la spada si riduce

molto a contrazioni in contrattacco e contrazioni in controtempo, in affondi su affondi, opposizioni, angolazioni e rimesse.

Il fuetto come creazione di una sistema psicologico di fiducia nei propri mezzi?

Sì, i ragazzi ai quali entra il fuetto, quando si chiede di tirare una botta dritta in tempo, lo fanno con maggiore fiducia e solitamente non hanno paura quando incontrano degli avversari che apparentemente sembrano molto superiori a loro. Vedo che i ragazzi che hanno imparato il fuetto, il colpo lanciato, si sentono molto sicuri. Così alleno il fuetto ma alleno anche, ad esempio, la finta di botta dritta e botta dritta! Con la finta di botta dritta e botta dritta Matteo Tagliariol ha vinto le Olimpiadi. Non con il fuetto, ma con la finta di botta dritta e botta dritta.

Un'ultima cosa, mi spieghi perché fai tenere ai tuoi ragazzi una posizione del pugno di seconda in terza?

Io credo che se posizionate naturalmente una persona, facendola camminare, cammina col pugno di seconda in terza, se un bambino scrive, scrive col pugno di seconda in terza, se un bambino corre lo fa col pugno di seconda in terza, la formazione del braccio è di seconda in terza. Quando dormiamo? Seconda in terza.

Questa cosa l'ho vista su tutti i bambini impostati col pugno di seconda in terza:

hanno una naturalezza su tutte le parate e la contro di terza, ad esempio, viene quasi automatica anche col passo indietro. Da quella posizione di pugno vengono più facilmente le cose che sembrano più difficili e una parata come la quarta, ad esempio, si esegue solo spostando il pugno perché con la seconda in terza ci si trova già nella posizione corretta. Non sono però dogmatico, io imposto i ragazzi col pugno di seconda in terza poi, se loro lo modificano in terza dopo due o tre anni, li lascio fare perché hanno comunque acquisito l'elasticità; per quanto riguarda la francese invece io consiglierei di tenere il pugno in terza.

Ti ho visto usare in lezione la francese per cui hai evoluto in parte il pensiero del maestro?

Il maestro Geslao deve essere un punto di partenza. Ci stiamo modificando anche ora parlando assieme, come facciamo fra l'altro spesso, magari un ragionamento fatto cinque anni fa adesso è diverso. Quando il tuo allievo Daniel Colautti se ne sta lì con il braccio fluido e la punta presente, e vince contro il mio Gianluca Casaro, è chiaro che io torno a casa dicendo: “però, forse la fluidità, la semplicità sono un aspetto da privilegiare”.

Siamo in evoluzione, le persone migliori sono in evoluzione. Il maestro diceva: “Io sono un ladro!”. Le sue idee in realtà erano rubacchiate, l'idea della zona, ad esempio era ispirata dalla sciabola, come altri movimenti... E le evolveva! Io penso che un buon schermitore debba saper fare tutte e le tre armi, non penso che dipenda solo dal fioretto, penso che uno spadista possa fare lezioni sia di

sciabola sia di fioretto! Perché voglio che si apra anche culturalmente, impari a variare e ragionare sulla scherma a 360° per essere più forte e duttile.

GIANCARLO TORAN



Giancarlo Toran è stato uno dei miei tecnici di riferimento durante i corsi ed è stato suo il primo testo che ho letto e studiato concernente le tattiche e le strategie della spada.

Da anni ho con lui piacevolissimi incontri nei quali non mancano mai spunti di riflessione sul tirare di spada e non solo. Appassionato della storia della scherma e del WEB, mi ha fatto avere la sua opinione proprio tramite un social network.

Ciao Flavio, eccomi qua. Per incominciare, qualcosa che ho scritto sulla scherma francese: due estratti dalle dispense, ora libro di testo di Coni-Fis, e il link ad un altro articolo:

<http://www.accademiadellascherma.it/libri-e-cultura/le-parate-francesi-ed-italiane-nel-fioretto.html>

Poi, a braccio, le considerazioni: l'impugnatura anatomica nasce per rendere più breve e facile l'apprendistato. E' più solida, adatta al lavoro sul ferro e di potenza, e adatta ai moderni colpi sferzati, o di fuetto. E' più corta, però, di quella liscia (o francese: ma chiamarla così faceva arrabbiare molti, in Italia, perché questa impugnatura era in uso anche da noi. La spada da duello di Nedo

Nadi, che fa parte del materiale che ho acquisito, ha il manico liscio), che può essere impugnata in vari modi. L'uso ottimale si ha, con paziente educazione della mano, quando si è in grado di passare senza sforzo, e in velocità, da una modalità all'altra. Per esempio, verso il pomolo per tirare i colpi sfruttando il maggiore allungo, e verso la coccia per le parate, le azioni sul ferro, i controtempi.

Il manico francese è scomparso, come quello italiano, nel fioretto moderno, perché inadatto ai colpi di fuetto. Sopravvive, e bene, nella spada, per il maggiore allungo.

Infine, grazie al fatto che il pomolo porta il baricentro più vicino alle dita (e quindi stanca di meno la mano e il braccio, se ben educati), e grazie alla maggior libertà della mano che impugna, il manico liscio è il preferito di molti maestri per dare lezione.

CONCLUSIONE

Mi ha appassionato molto intervistare questi maestri perché ho potuto ascoltare teorie simili e anche opposte che lasciano la possibilità di imparare, sperimentare e mettere, o rimettere, in discussione idee.

Con la scusa dell'intervista ho ricevuto in dono pensieri, considerazioni ed esperienze che oltrepassano la semplice domanda sulle due impugnature e che danno un'idea anche dello spessore che ha "l'uomo" maestro.

Come dicevo nella prefazione, vorrei che questo lavoro fosse solo un inizio e si concludesse con il termine *work in progress* per accumulare, e non disperdere, cultura che non è solo schermistica.

Vorrei ringraziare, oltre a tutti i Maestri per la loro disponibilità, anche mio fratello Fulvio che mi ha aiutato a redigere la tesi, mio figlio Fabrizio per l'entusiasta supporto morale ma soprattutto il mio relatore, il Maestro Alberto Coltorti, che ha accolto con entusiasmo questa mia proposta di tesi.

uno sguardo verso l'alto e un pensiero

a Ettore: “Hai scatenato la mia curiosità”



a Dario: “ Ho ottenuto la prima categoria di spada sotto la tua guida e hai visto in me il potenziale di un insegnante”



Il Maestro Dario Codarin con suo figlio Lorenzo, il suo ultimo allievo Marco Leombruno e mio figlio Fabrizio.

INDICE

PREFAZIONE	pag. 1
IL MIO PENSIERO	pag. 6
ROBERTO PIRAINO	pag. 8
GUIDO MARZARI	pag. 17
PIETRO GNISCI	pag. 25
ENRICO DI CIOLO	pag. 29
SANDRO RESEGOTTI	pag. 34
PAOLO ZANOBINI	pag. 39
FLAVIO PUCCINI	pag. 45
GIANCARLO TORAN	pag. 50
CONCLUSIONE	pag. 52