

Saraiva, una



Una stagione d'oro, quella di Alzira, risultato di una grande passione e dedizione, ma anche del forte sostegno del marito. Oggi ci dice che con l'arco si può inseguire un sogno.

Classe '65 e...che classe! Numero uno agli Italiani Fiarc di Scarlino e agli Europei Ifaa a Castione della Presolana. Alzira Maria Gomes Saraiva, campionessa di stile libero illimitato nel tiro di simulazione venatoria, vive a Roma e tira per la 12Cacr. Alzira Maria è sposata con Marco Bove, altro arciere "incallito" e determinato, non solo nel tiro ma an-

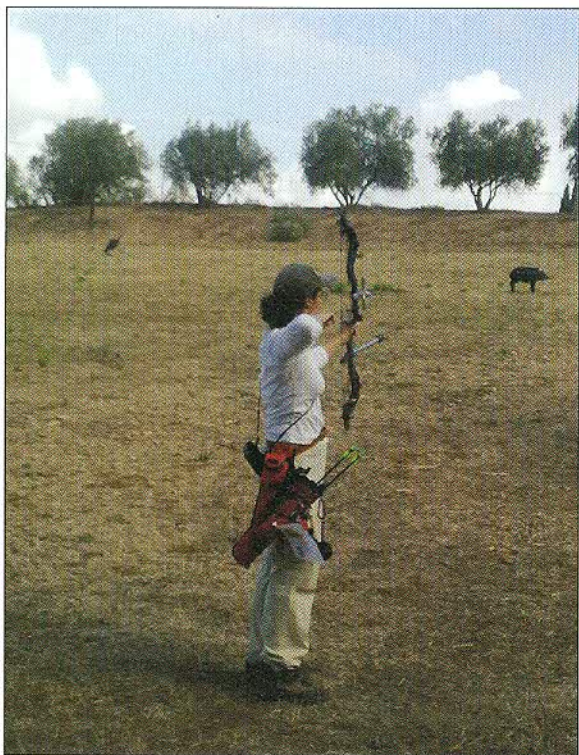
che nel convincere la moglie a seguirlo sui campi gara. Nel 2004 Alzira Maria comincia a tirare con il ricurvo, ma si fa male al braccio con la corda in fase di rilascio e pensa che non si tratti di uno sport adatto a lei. Continua però a seguire Marco sui campi gara annoiandosi abbastanza, finché Marco non pensa di farle provare un compound... e lì tutto cambia. Alzira si appassiona, si allena sotto la guida amorevole ed

esperta del marito, finché raggiunge le vette della classifica, realizzando una "doppietta" quanto mai ambita: campionessa italiana ed europea nel corso della stessa stagione sportiva. Un anno da raccontare...

Due vittorie consecutive, una grande conferma... te l'aspettavi? Avevi profuso un maggior impegno del solito nell'allenamento?

"Sì, forse mi ero impegnata maggior-

forza di famiglia



mente e soprattutto mi ero stabilizzata nell'attrezzatura. Credo sia lo stesso con tutti gli archi, ma nel compound è assolutamente fondamentale non effettuare troppi cambiamenti visto che ogni volta è quasi come ricominciare dall'inizio.

Adattarsi ad un nuovo sgancio, piuttosto che ad un mirino, è faticoso e destabilizzante. Stavolta mi ero allenata abbastanza e soprattutto ero in perfetta simbiosi con l'attrezzatura".

Allora parlatene subito. Con cosa hai tirato?

"L'arco è un Bowtech Destroyer 350 da 45 libbre, lo sgancio è un simple one e come aste utilizzo delle Wap con 500 di spine e 50 grani in punta".

E l'allenamento?

"Quello è il vero problema. Il mio lavoro mi lascia davvero poco tempo a disposizione e il sabato è l'unico momento per poter tirare, poi cerco di fare tutte le gare che posso, ma mi rendo conto che bisognerebbe dedicarci più tempo.

Solitamente, in vista degli appuntamenti principali riesco ad intensificare un po' ma mai quanto vorrei".

Meglio allenarsi da soli o in compagnia?

"Per un momento di vera crescita è meglio da soli o con il tecnico che ti segue, comunque è bello anche tirare in compagnia".

E il tuo tecnico chi è?

"Marco, mio marito. È lui che si dedica all'attrezzatura, alla messa a punto, è lui che mi sprona, mi stimola... è il mio primo sostenitore e tifoso, sicuramente è quello da ringraziare".

Qual è il segreto di un buon tiro?

"La ripetitività del gesto. È fondamentale lavorare per ottenere una costanza assoluta e affidabilità.

Credo sia sempre importante, ma nel compound è la base di tutto.

Ogni freccia deve essere tirata con lo stesso asset-

to fisico, la stessa apertura e lo stesso ritmo, poi la valutazione determinerà il posizionamento del mirino, ma il gesto

di base deve essere ripetitivo e assolutamente affidabile".

Hai iniziato anche un percorso nel 3D Fitarco. Come sta andando?

"Bene, mi piace. Sono arrivata terza ai Campionati Italiani ed ho preso parte alle selezioni di qualifica per la squadra nazionale. Purtroppo non ho tirato bene nell'ultima prova, quella di Marzabotto, ma credo che il prossimo anno mi cimenterò ancora in quel circuito. Mi piace molto anche l'Hunter & Field e vorrei provare a praticarlo seriamente... vedremo".

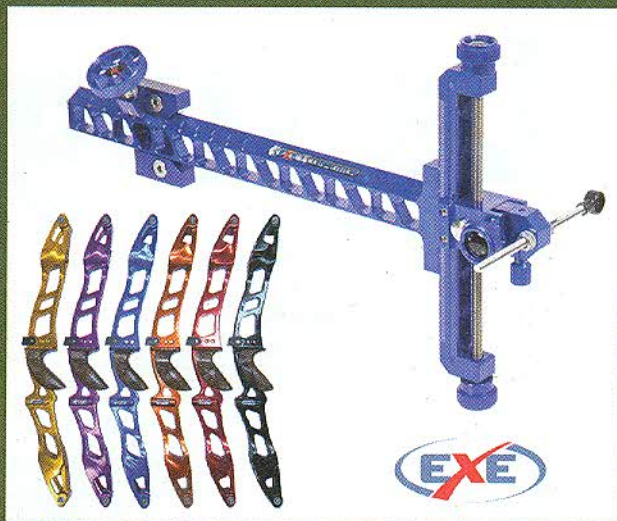
Quindi? Quali i progetti per la prossima stagione?

"Al momento non so, dipende sempre dal tempo libero, le ferie etc. Farò sicuramente i Campionati Italiani Fiarco, mentre non penso di riuscire a prendere parte a quelli della Fitarco per quest'anno. Per adesso la cosa più importante è che il mio sport mi piace e mi permette di condividere il tempo libero con mio marito, creando momenti di aggregazione anche con gli amici e permettendoci di passare tante belle giornate all'aria aperta, inseguendo un sogno".

FRANCESCA CAPRETTA

EXE Competitor: una scelta vincente

EXE torna a proporre due nuovi, interessantissimi prodotti indirizzati al mondo "prime gare" ad un prezzo davvero imbattibile. Si sono da poco resi disponibili infatti un nuovo riser ed un nuovo mirino di livello Competitor. Il riser, in alluminio fresato ed anodizzato, ha un sistema di allineamento del flettente facile ed affidabile, grip in legno sostituibile e peso contenuto. Il riser Competitor è disponibile in un'ampia gamma di colori e due lunghezze: 25" e 23". Sempre nella gamma Competitor si è aggiunto un mirino con sistema di scorrimento verticale a singola barra e pattini laterali, regolazione veloce e micrometrica, completo di diottra. Disponibile solo in versione destra, in 6 colori.



Distribuito in esclusiva da Bignami S.p.A., via Lahn 1, 39040 Ora (Bz), tel. 0471/803000, fax 0471/810899, email@bigarchery.it, www.bignami.it www.bigarchery.it.