

<b>Zeitschrift:</b>	Gioventù e sport : rivista d'educazione sportiva della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin
<b>Herausgeber:</b>	Scuola federale di ginnastica e sport Macolin
<b>Band:</b>	31 (1974)
<b>Heft:</b>	7
<b>Artikel:</b>	L'allenatore : maestro o ausiliario? [quinta parte]
<b>Autor:</b>	Naudin, Pierre
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-1000813">https://doi.org/10.5169/seals-1000813</a>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 22.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# GIOVENTÙ E SPORT

Rivista di educazione sportiva  
della Scuola federale di ginnastica e sport  
MACOLIN (Svizzera)

Anno XXXI

Luglio 1974

N. 7

## L'allenatore: maestro o ausiliario? (V)

Pierre Naudin

### Fallaci e solitari

Il rispetto filiale che Ladoumègue e Séra Martin ebbero per Poulenard, è paragonabile a quello che Jim Thorpe provò per Glenn Warner, allenatore del collegio indiano di Carlisle, e che fece di questo giovane indiano un campione olimpico del pentathlon e del decathlon ai Giochi di Stoccolma per conto degli Stati Uniti.

Glenn Warner difese a spada tratta Thorpe quand'egli venne, per un'inezia, accusato di professionismo. Ma come avrebbe potuto ottenere indulgenza da un giurì i cui membri rimproveravano agli educatori di Carlisle di non riuscire a «disindianizzare» i loro allievi?

Questo rispetto — meno filiale tuttavia che amichevole — è quello che provarono Jacques Lévéque, specialista degli 800, per André Cherrier (mentre Spitzer l'aveva dissuiso dal correre), Hansen per Gaston Meyer, Delecourt per Joseph Maigrot; Jazy, debuttante, per Frassinelli; Kuts per Grigori Nikiforov... Non la si finirebbe di citare tandem famosi!

Capita comunque che allenatori, la cui fortuna ha permesso d'incontrare degli elementi dalle qualità eccezionali, falliscano miseramente nel loro compito. Quando incontrò El Mabruk, Cherrier credette di poterne fare una gloria internazionale. Proveniente d'Algeri, dov'era nato il 30 agosto 1928 — ma non ne era del tutto sicuro — questo ragazzo veloce e resistente poteva battere i primati mondiali negli 800 e nei 1500. Nel 1949 corse i 1500 in 3'47".2. Tutto era possibile poiché s'era agli inizi. Ma già si poteva leggere nello Sport-Digest:

«Che cosa gli manca?

- a) L'intelligenza della corsa. È furbo, ma come lo può essere un ragazzo di 12 anni.
- b) Il senso del limite da non superare, pena il pericolo.
- c) Il carattere. Si lascia facilmente sviare dalla buona strada, ma segue la buona rotta se lo si sorveglia.
- d) L'igiene del corpo. Il suo allenatore è riuscito a fargli lavare i piedi tutti i giorni, ma non i denti».

Gli ripugnava recarsi allo stadio utilizzando i trasporti pubblici e occorreva che Cherrier lo cercasse con un tassì. Molto spesso bisognava invitarlo al ristorante!

Campione di Francia degli 800 nel 1951, 1953, 1954 e 1955; dei 1500 dal 1949 al 1953, finì secondo nei 1500 ai campionati europei del 1950, a Bruxelles, dietro Sluijvis e fu quinto nella finale dei giochi olimpici di Helsinki in 3'46", dopo una corsa tattica deplorevole.

Si ebbero, nell'atletica mondiale, fiaschi spiacevoli e furono sovente campioni estremamente dotati — ma che mancavano di carattere — a scomparire, come El Mabruk, dagli stadi dove avrebbero potuto a lungo far bella figura. Inversamente, alcuni atleti si sono «fatti» da soli — o quasi. Il caso più spettacolare è quello di Zatopek. Nel 1941, a Zlin, fu consigliato da un corridore di una certa reputazione, Ali. Comunque, trovando la sua maniera di allenarsi troppo semplicista, si mise a notare i suoi tempi e a cercare, non un metodo di allenamento, ma il suo metodo: un piano di «lavoro» adattato al suo temperamento. Fu un precursore: il primo a pensare che la competizione doveva



Zatopek, uno degli atleti che si sono «fatti» da soli!

essere un intervallo-distensione di un lungo nastro di compiti atletici ingrati. — Certi giorni, arrivava a coprire 100 volte 400 m in 1'20"! — Il primo a capire che nello sport i sistemi preparatori devono tener conto del carattere come, se non di più, delle possibilità muscolari. Abbandonò i 1500, nel 1944, cedendo si alle insistenze di un allenatore di fondisti, M. Hron, ma essendo pure cosciente che il suo miglior tempo, 4'01", anche se nettamente migliorato, non avrebbe mai fatto di lui un grande specialista su questa distanza.

Nei salti come nei lanci, i rapporti sono gli stessi fra quelli che dirigono e quelli che eseguono. Vi sono incontri felici, preludi ad associazioni benefiche; vi sono atleti che, improvvisamente, pensando di poter essere auto-sufficienti, tentano la loro carta e riescono in un'indipendenza che fu o sarebbe nociva a tanti altri.

Se non avesse accordato tutta la sua fiducia all'ex lanciatore e sollevatore di pesi Otis Chandler, Parry O'Brien avrebbe avuto la carriera che conosciamo? Quando dubitò che un tale metodo fosse efficace, consentì comunque, come Chandler lo richiedeva, di passare la maggior parte dell'allenamento con la pratica di pesi e manubri. Armonizzò la muscolatura e perfezionò il suo stile prima di mettersi recisamente al lancio. Ben presto venne imitato da Fortune Gordien che scoprì che si poteva senza dubbio migliorare la forza di propulsione girando la schiena all'area di lancio. Non si guadagnava forse 1/4 di giro nella rotazione migliorando così la velocità e la distensione? I 18,54 m di Gordien, nel 1954, furono salutati come un grande successo. Ora, nell'epoca degli anabolizzanti, la maggior parte dei lanciatori sono dei mastodonti che alterano l'atletica. E l'umanità!...

Studiando lo stile di lancio del martello messo a punto dell'allenatore tedesco Sepp Christman, l'ungherese Nemeth trovò ch'era buono per i colossi ma svantaggioso per atleti della sua morfologia. I suoi studi e i suoi esperimenti si concentrarono sulla scioltezza e la velocità di rotazione. Iniziati nel 1948, questi studi raggiunsero risultati concreti il 19 maggio 1950 con un primato, eccezionale all'epoca: m 59,88. Doveva in seguito avere numerosi discepoli.

### Uno scattista-maratoneta

Per citare un esempio d'errore veramente grossolano, e che non si produrrebbe più con un nostro attuale allenatore, come non evocare il caso di Juan Zabala? L'allenatore di questo argentino, di 20 anni nel 1932, aveva visto da qualche anno in questo ragazzo dapprima uno scattista, poi un corridore dei 400, poi un corridore degli 800. E basta.

Il dr. Alfred Thooris, che aveva fatto degli studi molto avanzati sugli atleti e la loro morfologia, le loro possibilità, le loro condizioni di esistenza, fece un viaggio di studi in Argentina e vide Zabala in allenamento. Sorpreso dalla classe innata di questo ragazzo, s'informò presso il suo allenatore:

- qual è la sua specialità?
- le distanze corte... Si può chiedergli tutto, non è mai stanco... Correrà senza dubbio gli 800 a Los Angeles...
- gli 800? si stupì Thooris. Ma questo ragazzo, costruito com'è, sarà incapace di giungere in finale... Se fossi al vostro posto, lo allenerei per la maratona, facendogli ripetere distanze assai lunghe... Avete ancora qualche mese. Con un tale corridore, c'è ancora tempo!...

L'allenatore non era vanitoso. Aveva fatto del suo meglio, ma s'era probabilmente sbagliato... Si disse pure che questo medico francese era rinomato (senza dubbio più fuori dalla Francia che non nel suo paese). Allenò Zabala sui 5 000 e 10 000, dove si mostrò effettivamente a suo agio. Talmente a suo agio che vinse la maratona dei giochi olimpici di Los Angeles in 2 h 31'36", battendo, con una media di 4 m 639 al secondo, tutti i primati precedenti. È veramente peccato che Zabala, quattro anni più tardi, volle disputare i 10 000 ai giochi di Berlino, preferendoli alla maratona; terminò solo sesto in 30'56"2, mentre che, sulla lunga distanza, avrebbe probabilmente superato Son, il giapponese, vincitore in 2 h 29'19"2.

Zabala aveva raggiunto l'età adulta, ma sicuramente non quella della ragione.

### Sia quel che sia

Ormai, l'ho notato, si trovano allenatori validi a livello di piccoli club. Sono spesso atleti sul punto di abbandonare la competizione, o che l'hanno già abbandonata. Atleti di

valore, o atleti qualsiasi, ma dotati di una tale passione che le qualità specifiche dell'alpito sono venute loro con l'esperienza acquisita nelle prove alle quali hanno partecipato. Diventano onorati dirigenti. Vedono, giudicano, decidono — qualche volta dopo concertazione con altri allenatori — di quel che sarà il modo migliore di preparazione dei ragazzi o delle ragazze le cui attitudini sono evidenti. Ciò non succedeva in passato: ogni allenatore, persuaso d'aver la scienza infusa, restava nel suo angolo e sulle sue posizioni.

L'atletica attuale è in effervesienza. Infaticabili prospettori sono alla ricerca non solo dei migliori elementi che, appena scoperti, sfruttano; ricercano ininterrottamente i procedimenti suscettibili di spingere l'atleta ideale — o quasi — ancor più in avanti nella prestazione.

I tecnici non hanno mai cessato di evolvere e, comunque, innovatori provano di tanto in tanto che l'atletica è un campo dove le scoperte non sono solo merito dei tecnici. Nelle corse di 400, 800 m e oltre, gli atleti di un tempo pensavano che si poteva, che si doveva persino, e spesso a metà percorso, darsi un «tempo morto», un «tempo di ricupero» prima di fornire lo sforzo essenziale. Gli americani spazzarono via questo assurdo principio. Ormai, si va a fondo, sia quel che sia: l'atleta non risparmia né i suoi muscoli, né il suo corpo, né il suo fiato; l'allenatore, in precedenza, non ha risparmiato l'atleta! Siamo passati dall'era del vigore e della scioltezza a quella del lavoro in forza integrale. Ecco perché, d'altronde, la medicina, accessoria durante più di mezzo secolo, è ormai indissolubile dallo sport. Non solo i vecchi linimenti (che non erano poi così cattivi) sono stati soppiantati dagli unguenti e pomate la cui efficacia non è d'altronde così convincente, all'uso, come affermano i prospetti che le accompagnano, ma lo sport possiede ormai i suoi laboratori, i suoi ricerchatori, i suoi alchimisti. Un'orda di uomini e donne in bianco si danno da fare attorno agli atleti, eccitando, stabilizzando o risparmiando la loro vitalità, forse all'istante in cui normalmente queste si consumano sotto il carico degli sforzi<sup>1</sup>. Mentre un tempo il medico occasionalmente aveva funzione di guaritore, nell'accezione propria del termine, quello d'oggi interviene in modo preponderante nella preparazione e nella «riparazione» dell'atleta d'alta competizione, nel suo regime, nella sua vita privata a tal punto che il campione non è più solo ma rappresenta almeno tre persone fisiche e una persona morale: egli stesso, il suo allenatore, il suo o i suoi assistenti... e il suo paese!

Per concludere questo paragrafo, converrebbe citare sommariamente, fra le innovazioni imputabili ai soli atleti, la partenza in ginocchio di Sherill, il 12 maggio 1888; il salto in alto dell'ungherese Gaspar, precursore di quasi 50 anni dello stile di Fosbury, al quale questo atleta dovette rinunciare non solo a causa dei regolamenti che vietavano salti di questo genere, ma soprattutto a causa della sabbia che ricopriva tutte le superfici di ricezione, per cui il saltatore, ricadendo sulla schiena, poteva danneggiare la colonna vertebrale<sup>2</sup>. Comunque Gaspar fece delle dimostrazioni, nel 1923, a un meeting parigino. Dopo aver superato m 1,91, rivelò che il merito della scoperta di questo stile andava all'americano Larsen (m 1,93).

Fosbury è dunque quello che converrebbe chiamare un discepolo incosciente. Sono gli allenatori che, dalla sua apparizione a Messico, analizzano profondamente il Fosbury-Flop, lesinando su ogni minimo particolare e speculando su vantaggi e inconvenienti di questo stile, mentre che il suo «creatore», certamente non un plagiato, non potrebbe probabilmente scrivere più di una ventina di righe a questo proposito, tanto per lui è naturale. Ricordiamo la spiegazione di Landon a Pierre Lewden: «Non so perché salto così, ma sicuramente perché è meglio!».

<sup>1</sup> Penso che gli anabolizzanti non rendano servizio né allo sport né agli atleti. Mi stupisco che allenatori, per soddisfare la loro vanità e quella dei loro atleti, ne tollerino l'uso.

<sup>2</sup> E' strano che Gaspar sia a tal punto sconosciuto che il suo nome non è mai stato, a mia conoscenza, associato a quello dell'americano. Avrei potuto citare alcuni commenti suscitati dal suo salto, ma questo studio sarebbe stato troppo lungo!

## A margine della prova

Senz'essere un personaggio marginale — ben al contrario! — l'allenatore si pone, o si trova spesso posto in disparte dall'agitazione di piste e pedane, all'istante preciso della competizione dove la sua presenza s'imporrebbe assolutamente. Egli è, in ogni scena interpretata dal suo o dai suoi allievi, una comparsa lontana, ma necessaria. La sua condizione — o il senso che ha della dignità, della sua importanza — gli impedisce sovente di manifestarsi, ma i suoi atleti sanno della sua presenza, ed è quello che a loro importa, quanto a lui!

Se li ha guidati al successo, ascolta i loro commenti festosi, da cui non si stupisce d'esserne escluso. In caso di sconfitta, e ben ch'egli si sappia esposto, le loro lamentevole concernono loro stessi: è un'autocritica nella quale la sfortuna interviene. Lo sport non è un gioco? Il caso non è inseparabile dal gioco?

Sebbene non sia più in causa che i suoi metodi, e soprattutto contro essi stessi — e raramente i loro rivali — è sull'allenatore che gli allievi convogliano il loro risentimento facendogli sentire il peso delle responsabilità assunte.

Il compito di quest'uomo non è soltanto di canalizzare le impetuosità, ma di controllare le animosità inerenti la natura umana. Non è per nulla facile riuscire a equilibrare le tendenze qualche volta diametralmente opposte che costituiscono il carattere di un atleta. Alle speranze più legittime succedono talvolta periodi di abbattimento al termine dei quali v'è da temere la rinuncia. Psicologo e non moralista, l'allenatore evita di parlare troppo. Comunque il suo linguaggio, controllato sul terreno, diventa prolissi, appassionato appena si trova fuori dallo stadio in compagnia di colleghi o di adolescenti alla ricerca di consigli.

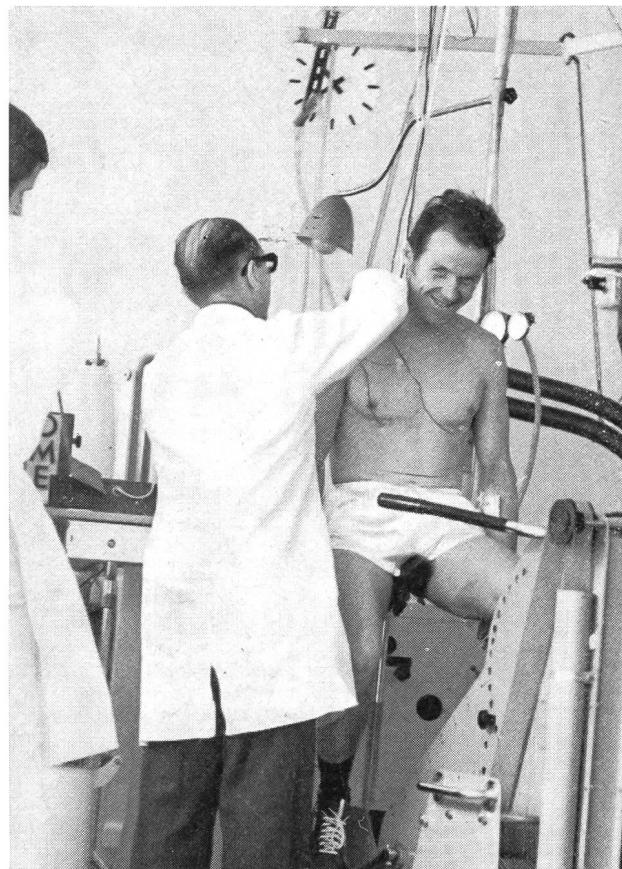
Più s'esprime sommariamente e più vuol essere efficace. Le sue critiche, talvolta virulente, non sono mai caustiche al punto d'umiliare e, soprattutto, ripugnare il suo allievo.

Che sia generoso o venale, quest'uomo sovente dà prova di un disinteressamento senza limiti nell'esercizio del suo ministero. Gli atleti gli costano sempre: in tempo e in moneta. Si preoccupa di loro come, e alle volte più, fossero suoi figli. Spesso deluso dalla vita familiare o coniugale — sapendo ch'egli è, con le sue assenze e il tempo consacrato agli altri, responsabile di una degradazione che all'inizio non s'era augurato (ci si sposa sempre per vivere felici insieme) — passa allo stadio il migliore del suo tempo, dimenticando i rimproveri uditi partendo dal suo domicilio e le recriminazioni che si preparano per il suo ritorno, e che sono sempre le stesse.

L'allenatore, ancor più dell'atleta sposato, appassionato del suo sport, è un gran consumatore di «zuppa di musoni»! Sicuramente, è sovente la sua sportività, che sia o no eccessiva, che ha suscitato questa gelosia, questa collera permanente di cui si lamenta raramente, sebbene ne soffra. Si può spiegare una passione?... Allo stadio si sacrifica, ha il senso della sua utilità, della sua indispensabilità; si calma e si esalta tutt'insieme; lo si capisce, lo si stima; fa per gli altri, mentre ha rinunciato per se stesso, progettì per l'avvenire; dimentica le contingenze, le grida, le lacrime e le minacce; talvolta anche gli insulti. I problemi pecuniari ugualmente! Ed è quest'oblio, questa tranquillità, questa gioia multipla, anche, attorno a lui, che lo spingono a restare sui campi di sport. La sua generosità non si esprime a parole né in atteggiamenti dimostrativi, ma si concretizza, sia in moneta per aiutare qualche giovane squatratino, sia in ore supplementari affinché un gesto o un «tempo» sia migliorato. Non sono le manifestazioni di simpatia troppo ostentate che gli piacciono, ma uno sguardo, un sorriso di gratitudine quando dimentica scientemente che ha egli pure una vita privata, e che sacrifica una volta di più i «suoi» per gli «altri».

In effetti, egli dipende da quelli che si sono posti sotto la sua dipendenza! A questo proposito si potrebbe fare un lungo studio su questa sensibilità particolare agli sportivi, questa intesa inspiegabile per quelli che stanno loro intorno: questa singolare miscela di affezione rossa, franca, più seria che gaia e che non è così abituale nella morale della nostra società retta dall'ipocrisia, il lucro, le amicizie occulte o particolari.

Quest'uomo dai gesti eloquenti nella loro brevità, che vive al tempo stesso al suo ritmo e al ritmo dei suoi atleti, è talmente semplice che risulta facile far l'inventario delle sue virtù. Sono quelle, d'altronde, di un buon operaio; e



Lo sport possiede ormai i suoi laboratori e i suoi uomini in bianco (nella foto: Werner Doessegger all'Istituto di ricerca della SFGS di Macolin).

cioè: l'amore per ciò che fa; la lunga pazienza — qualche volta rotta da un fugace impeto — per modellare un «soggetto»; una fiducia nell'avvenire che certe sconfitte non alterano, poiché ogni progressione comporta le sue fermate che sono talvolta dei trampolini.

Il suo amore oscilla tra indifferenza nei confronti di tutto ciò che non è il suo «lavoro» e la serenità. Indifferenza per le cose della vita che appassionano le portinaie, le comari, le sartine, o i pedanti; serenità di fronte ai problemi maggiori, quei problemi che sono quelli del cittadino, ch'egli non elude, ben al contrario; di cui non ingrandisce comunque la portata, ma che risolve in fretta poiché deve occuparsi di qualcosa di proprio, deve ripensare le sue note, le sue tabelle, i suoi pronostici per la prossima gara nella quale il suo o i suoi atleti ed egli stesso sono impegnati.

Pensa che deve intervenire, esprimere la sua opinione affinché questa susciti riflessioni fra i suoi pari invisi chiati in un indifendibile conformismo? Egli non esita.

Così Dick Templeton, questo precursore. Alcuni mesi prima dei giochi di Berlino, chiese che in seguito a quanto succedeva in Germania, gli atleti americani non partecipassero alle prove olimpioniche.

La sua campagna fu vana.

Senza dubbio, in seguito, si rallegrò delle vittorie dei negri della sua squadra sugli ariani!

E così quegli allenatori francesi che approvarono il gesto di Carlos e dei suoi compagni a Messico... ma molti altri lo criticarono.

E così, in periodo elettorale, quegli allenatori che rivelano, accettando di figurare sulle liste dei sostenitori di questo o quest'altro candidato, la loro opinione politica... Altri, tuttavia, più prudenti che indifferenti ai movimenti sociali del loro paese, affermano che lo sport e gli sportivi sono estranei alla politica.