

Zeitschrift: Gioventù e sport : rivista d'educazione sportiva della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin
Herausgeber: Scuola federale di ginnastica e sport Macolin
Band: 33 (1976)
Heft: 4

Artikel: La longevità degli atleti
Autor: Naudin, Pierre
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1000849>

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: 27.04.2026

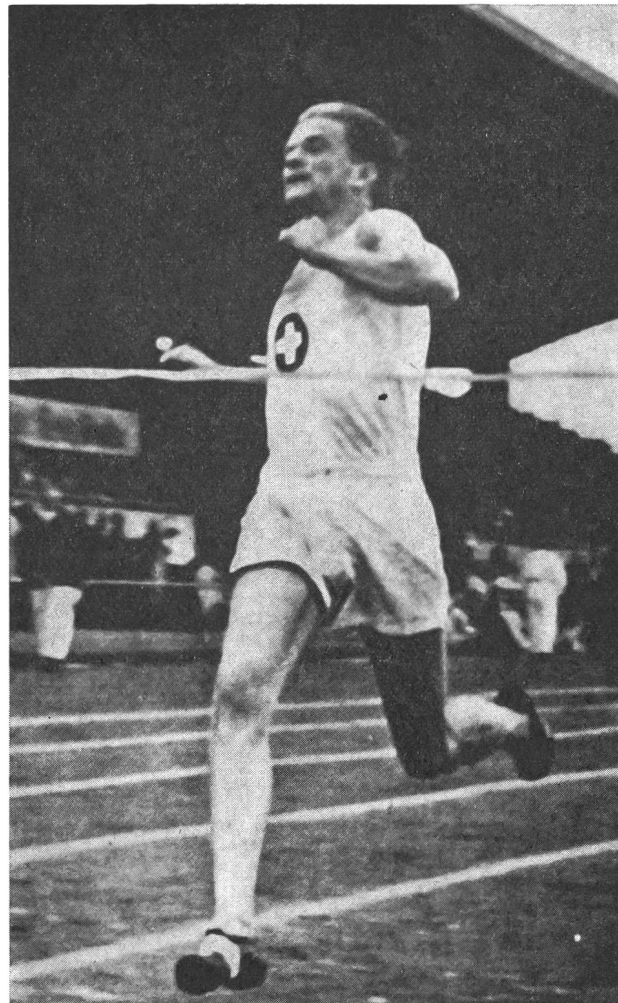
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

La longevità degli atleti

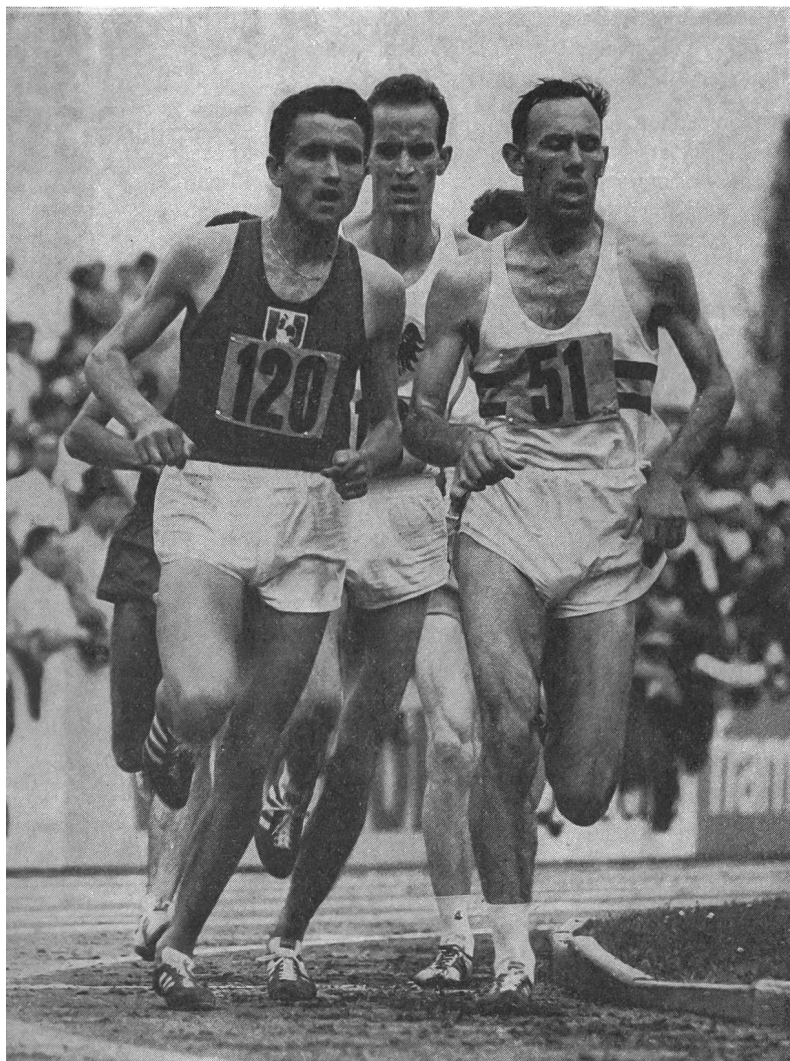
Pierre Naudin

Il più notevole tipo di corridore è stato Jules Ladoumègue. Costituiva l'unione di sveltezza ed efficacia, una meravigliosa lega di stile e rendimento. Preparato da tutt'altro uomo che non Poulenard, avrebbe sicuramente conquistato il titolo olimpico. Se non fosse stato squalificato, avrebbe certamente fatto una carriera di oltre vent'anni, invece di quella che conosciamo. L'esempio più perfetto di longevità, per un corridore, rimane tuttora quello di Paul Martin che partecipò a cinque olimpiadi (dal 1920 al 1936) e questo senza nuocere ai suoi studi universitari dapprima e in seguito alla sua carriera di campione e di eminente chirurgo, poichè anche su questo piano la sua celebrità è mondiale. Presumibilmente non troveremo più, in futuro, carriere così lunghe e così prestigiose come questa.

Sul piano puramente sportivo, Jazy non è durato a lungo. Agli inizi non era certamente più dotato dei ragazzini che affrontava, ma era un vincente, un caparbio, ciò che non escludeva una gentilezza, una semplicità e una lucidità che ho sempre apprezzato in lui. Per certi individui, l'orgoglio è il carburante migliore; per certi atleti è la vanità che porta al successo. Ciò che ho sempre stimato in Jazy è stata questa smisurata volontà di riuscire, in una società



Paul Martin, l'esempio perfetto di longevità.



Michel Jazy non ha cercato di «durare» oltre misura.

che già cominciava a livellare gli spiriti, a lenire i caratteri e i temperamenti. Chiunque, atleta o no, non posseda questa volontà non può pretendere di concretizzare i suoi sogni...

Ma di quali pene quotidiane è costituita quest'ascensione verso i più alti vertici! E come non lasciarsi andare alla venalità dopo averle sopportate?

Se tutti i «padroni» pagassero i loro impiegati soltanto con le lodi e gingilli, immaginate quale sarebbe il loro rendimento! Il guadagno è il corollario obbligatorio di ogni partecipazione, che si tratti di quella dello spirito o quella dei muscoli.

Un tempo, mi sembra, gli atleti non pensavano così appassionatamente a brillare, poichè i risultati non davano altrettante soddisfazioni in «specie» e perchè gli atleti, non dovendo fustigare a oltranza, consideravano lo sport un gradevole svago. Il campione si creava, si rivelava bene o male e cadeva infine nelle mani di un grande allenatore che lo manipolava senza discernere molto spesso le sue profonde attitudini. Accostare Jean Bouin all'«hebertismo» (educazione fisica naturale così come formulata dall'educatore francese Georges Hébert) fu per lui più nefasto che redditizio: aumentò di muscoli, di peso e perse il suo dinamismo e velocità.

La soggezione di Ladoumègue e di Séra Martin a Poulenard non fu per nulla costruttiva. Il dialogo fra allenatore e atleta non esisteva, lo ripeto. Un felpato paternalismo alternavano i loro rapporti.

Ormai si trovano validi allenatori a livello di piccole società: vedono, giudicano, decidono — talvolta dopo consultazioni con altri allenatori, poichè coscienti della loro fallibilità — su ciò che sarà il meglio per il ragazzo o la ragazza le cui qualità intrinseche sono evidenti. Se l'atletica è uno sport effervescente vuol dire che si ricerca costantemente, non soltanto i migliori elementi e che, appena scoperti, li si «sforzi»; è pure che si è costantemente alla ricerca di procedimenti e innovazioni suscettibili a spingere l'atleta ancora più avanti nella prestazione. Le tecniche non hanno mai cessato di evolvere e comunque gli innovatori provano che l'atletica è un settore in cui le ricerche non sono unicamente dominio dei tecnici. La medicina è diventata più che mai necessaria all'atleta. Nell'ottobre del 1946, alla ripresa dell'attività sportiva in Francia, nel fascicolo N. 2 di una rivista che purtroppo non visse a lungo, «Le sport et l'Homme», il dottor Gaffier considerava questa formula come il nuovo principio dell'atletica:

sportivo solo = prestazione mediocre
sportivo + allenatore = prestazione migliore
sportivo + allenatore + medico = prestazione superiore e salute conservata.

Era la verità, benchè il ruolo del medico non raggiungesse la polivalenza e l'ampiezza che conosciamo oggi. Era quello del guaritore, nell'accezione propria del termine, di un indicatore di specialità, di un selezionatore. Ormai il medico interviene di forza nella preparazione e nella «riparazione» dell'atleta d'alta competizione, che non è più solo nella prestazione e rappresenta infatti quattro persone fisiche e «moralì» (se si vuole!): lui stesso, il suo allenatore, il suo o i suoi medici e il suo paese... È molto!

È desolante vedere la maggior parte di questi atleti d'élite riconfortarsi con prodotti prescritti dai medici talvolta «funzionarizzati», prodotti che superano il limite del medicinale ricostituente e vanno, coscientemente, nel doping che ci indigna quando lo si pratica all'estero e ci rassicura quando lo si pratica da noi, sui nostri atleti.

Differenze d'andatura, concezioni divergenti

L'atletica ha dunque conosciuto, sin dalla sua nascita, differenze d'andatura nate da divergenti concezioni dello sport. Dal 1886 al 1914, non era che un gioco, bisogna pur convenirne soprattutto quando si sfoglia i trattati d'allenamento nei quali si trovano «ricette» che già precedentemente ho avuto modo di citare.

Menti lucide come Georges Hébert prevedevano che lo sport non avrebbe tardato a sviarsi sotto l'influsso di grandi flagelli quali sono il nazionalismo, lo sciovinismo e i soldi. Il nazionalismo era d'altronde il fermento dello sport occidentale come l'egemonia lo era per quello americano. Georges Rozet, nella «Défense et Illustration de la Race Française», scriveva a proposito della «eccellenza del muscolo gallo-romano»:

«Uno strillone, il giovane Siret, arriva prima, in eccellente stato, nella maratona pedestre di Londra. Louis Bouchard, esile corridore dalle gambe da trampoliere, conquista alcuni primati del mondo; Faillot e il marsigliese Bouin, astanti ragazzi all'antica, sembrano dover minacciare tutti (...). La prova sembra acquisita ormai che il muscolo francese, appena ristimolato e che si è risvegliato, sarà presto indubbiamente re...»

L'autore preconizzava, in occasione del famoso Lemonnier, l'organizzazione di numerose corse su strada... ma con quali argomenti:

«La corsa su strada offre ancora il vantaggio che il miglior uomo, al posto di ritrovare e sorpassare i suoi concorrenti su una pista circolare, fugge da un plotone e parte in avanti. È molto più bello trovarsi solo, d'essere trascinato unicamente dal proprio cuore e anche da quel rivale invisibile ma comunque concreto ai propri occhi, che l'atleta antico non conosceva e che risponde al nome di Primato. Meravigliosa invenzione dei nostri giorni quell'orologio al quinto di secondo che permette di lottare per procura contro un rivale assente oppure contro il ricordo di prestazioni passate o di rivali defunti. Ed è così che, fin nello sport, fino al momento del trionfo visibile e indiscutibile, s'introduce l'ansia di far meglio e di non essere mai soddisfatto».

Georges Rozet era indubbiamente sciovinista e, come ad altri, gli atleti americani gli facevano paura:

«E che ne sanno, i nostri atleti, dei metodi d'allenamento praticati dai loro colleghi americani? E se li conoscessero, li seguirebbero? La razza francese è capace di questo ascetismo che è la regola dei grandi «colleges» americani tramutati quasi in monasteri d'energia, conventi d'educazione fisica tanto (o forse più) quanto d'educazione intellettuale. Si conosce poco, da noi, questa regolamentazione draconiana dei club universitari: alla sveglia, all'alba, un'ora di ginnastica razionale che impegna tutto il corpo, come se dovesse aspirare ai campionati in tutti gli sport; poi qualche ora di studio; tutto il pomeriggio consacrato all'atletica; dopo la cena (cibo speciale per i grandi favoriti) breve bagno caldo, e poi a letto; allenatori stipendiati e implacabili; uno spirito di disciplina che va fino alla denuncia del futuro campione sorpreso a fumare. Senza dubbio l'americano si sottopone a questo regime per una vanità un po' troppo esclusiva e puerile, per quel desiderio di diventare il più grande campione del mondo, e questo come in ogni cosa. Così allenati, e anche sovrallenati (succede), divenuti impropri alla lotta finale, questi corridori restano comunque solidi e uomini completi. Ciò è conseguenza.

Con l'allenamento totale del corpo umano, con questa nozione d'atletica completa ch'essa presuppone, la corsa di velocità costituisce un eccellente modo d'educazione fisica, un modo che ci porta più rapidamente all'ideale plastico dei Greci. Ancora i Greci, con le loro clessidre approssimative, ignorano questo interesse nuovo che noi abbiamo aggiunto alla corsa: la lotta contro il tempo, i secondi che contano, le frazioni di secondo drammatiche, in altri termini, il supremo stimolante del primato».

E concludeva Georges Rozet:

«Saremo capaci un giorno, sotto il nostro clima e nello stato della nostra civilizzazione, di queste manifestazioni collettive in onore della forza, della bellezza e dell'armonia fisica? O, al contrario, la nostra vita sportiva resterà obbligatoriamente, e secondo le necessità di ogni sport, disseminata e in un certo modo discorsiva? Quale ministro delle finanze, quale municipalità oserà mai, con l'attuale prezzo al metro quadrato, prevedere una spesa per una moderna Olimpia?

E soprattutto, arriveremo mai a questa religione popolare della forza, della linea e del ritmo adorati come tali, fuori da considerazioni pratiche di salute, di rigenerazione e di ripopolazione che ci spingono attualmente verso gli sport? Lo sport non è diventato la religione prospettata da Georges Rozet e i nostri stadi non hanno nulla a che vedere con gli stadi antichi; se la popolazione s'è riprodotta, se il numero dei giovani è, di conseguenza, aumentato, il cen-

simento di tutti gli atleti prova che l'idea che ci si può fare dell'atletica non è un fattore d'infatuazione giovanile.

Un ruolo combattivo

Rozet s'inquietava dell'insaziabile appetito di vittorie dei dirigenti yankees e trovava draconiani i procedimenti impiegati per ottenere la supremazia muscolare. Dal 1917, gli americani mescolarono a un orgoglio comprensibile, il più sfrenato nazionalismo.

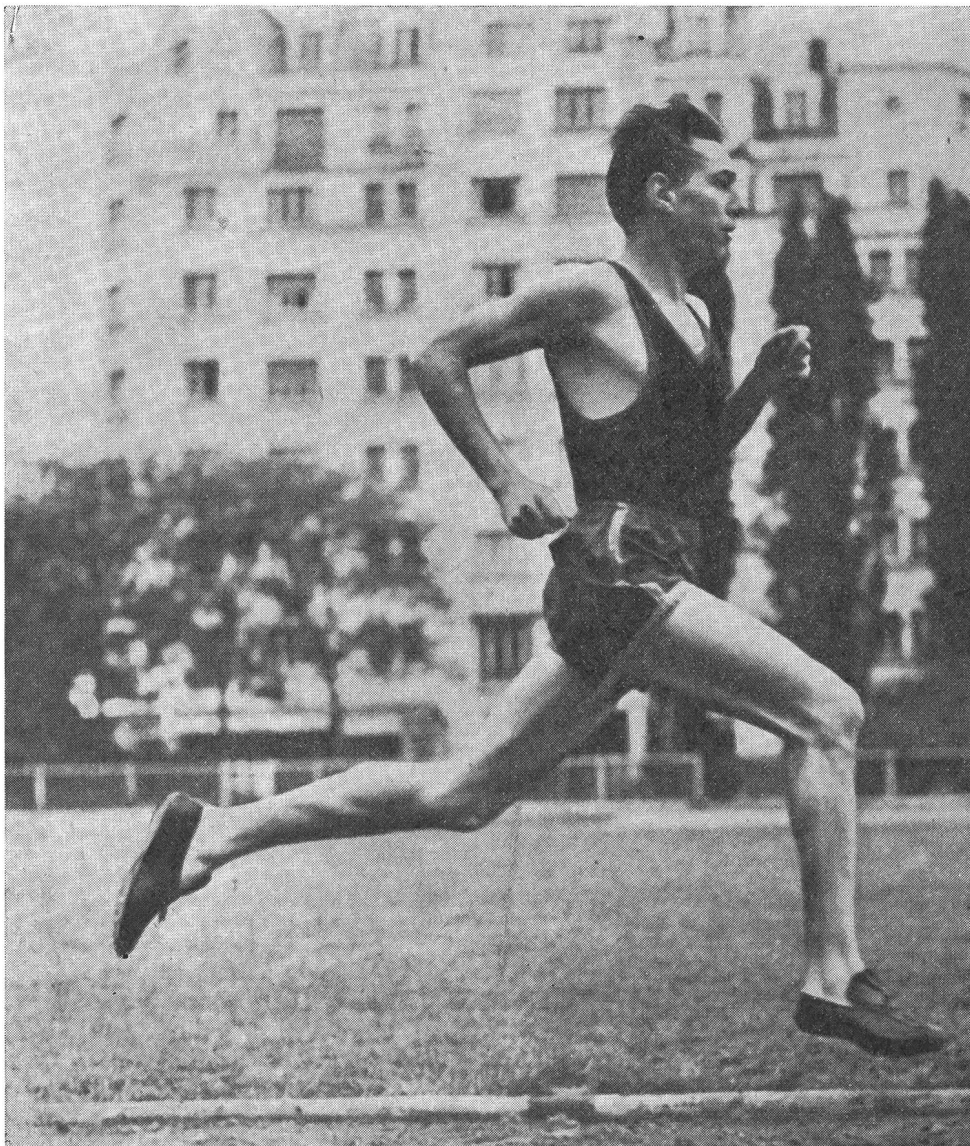
L'allenatore della squadra americana ai Giochi di Anversa, Jack Weber, insistette sul ruolo combattivo degli atleti selezionati per questi giochi. Scrisse sulla «Vie au grand air»:

«Siamo intrattabili sulle questioni di disciplina e portamento. Se uno dei nostri uomini non rispetta il regolamento severo e imposto, non esitiamo, al secondo avvertimento, a radiarlo. Insegnamo ai nostri corridori a capire l'onore concesso loro di rappresentare gli Stati Uniti; spieghiamo loro i doveri d'adempiere, non sottomettendosi ai quali si rendono colpevoli di una vera diserzione. Cosicché regi-

striamo molto raramente la più piccola scappatella. Ma non è una ragione il fatto che alcuni, terminate le loro prove, si credano autorizzati a disturbare gli altri compagni. Gli allenatori vegliano sull'ordine giorno e notte. E sono gli schiavi della consegna. Inculcate questi principi ai vostri atleti e sarete stupiti del rendimento che otterrete. Devono considerarsi come soldati del muscolo».

E Weber concludeva con stupefacente franchezza:

«Non insisto. Il solo scopo dei nostri uomini dev'essere di far trionfare la bandiera stellata senza preoccuparsi delle possibilità individuali; e il mio scopo è di non dare troppi consigli a quelli che, con il loro comportamento all'Olimpiade del 1920, mi permettono di credere, se si preparano con ardore, che saranno fra i migliori a quelle del 1924». Lo sport, a quell'epoca, stava diventando un'occupazione seria, che doveva, d'asprezza in asprezza e sotto l'impulso del nazionalismo, raggiungere il parossismo della frenesia ai Giochi di Berlino: l'atletica, soprattutto, era diventata uno strumento politico.



Ladoumègue,
un brillante atleta
che non ha conosciuto
i suoi limiti.