

# «Più vedo, più vinco»



Loris Capirossi, uno dei primi piloti a utilizzare lo Sports Vision risultando sempre il migliore

## Servizio di Mario Mazzocchi

Quanto influiscono le capacità visive sulle prestazioni di un atleta? Occhi allenati più specificamente possono migliorare il rendimento? Per rispondere a queste e a tante altre domande sulle relazioni tra sistema visivo e sport esiste addirittura un'organizzazione scientifica internazionale, l'Accademia Europea di Sports Vision. Nel prossimo week-end a Rimini si terrà un convegno di «biofeedback», presso l'hotel Continental.

Il biofeedback è un campo scientifico che si propone di misurare e valutare l'influenza del nostro stato psicologico sulle funzioni fisiologiche. L'atleta sottoposto agli esami di biofeedback può perciò percepire in tempo reale e in misura amplificata le conseguenze fisiche di un determinato stato psicologico, per

riuscire (con un allenamento studiato opportunamente) a controllare meglio ed ottenere una maggiore efficienza funzionale. Per esempio esistono da oltre 15 anni applicazioni cliniche che riguardano il controllo istantaneo di tensione muscolare, temperatura cutanea, ritmo cardiaco, pressione arteriosa e anche di parte del cervello. E' solamente una tecnica educativa, non ha controindicazioni e fornisce indicazioni valide a programmare un metodo di allenamento utile. «Sports Vision» studia in particolare le prestazioni degli occhi e del sistema visivo, fondamentali nella maggior parte delle attività sportive se si pensa che l'83% delle informazioni arrivano all'uomo proprio tramite l'occhio. Allenando la funzione visiva ad essere più rapida e precisa si migliora-

no conseguentemente anche velocità e precisione della gestualità sportiva. Alle Olimpiadi di Barcellona '92 ci sarà un centro Sports Vision per uno «screening» visivo accurato degli atleti nel villaggio olimpico. Lo screening consiste in una serie di test che valutano le capacità visive dell'esaminato. Loris Capirossi, campione del mondo di motociclismo, si è sottoposto ai test e all'allenamento di Sports Vision e le prestazioni fornite nello screening sono risultate eccezionali, superiori a quelle di tutti gli altri atleti esaminati. Ma i programmi di allenamento visivo di Sports Vision sono stati utili anche ad altri atleti italiani, come la tennista Sandra Cecchini, Edi Orioli (Parigi - Dakar), Fausto Gresini ed anche una vecchia conoscenza del basket riminese, il pivot Marco Ricci.