

AVETE MAI VISTO COSA C'E' DIETRO UN ARTICOLO ??

Abbiamo "intercettato" in rete questa richiesta di un fantomatico neo-autore che cerca disperatamente di farsi pubblicare un suo articolo su di una rivista (di fantasia) di Curling Amatoriale... Si è però dimenticato di levare la sua brutta copia... e abbiamo scoperto una verità sconvolgente.

- ogni riferimento a fatti e persone esistenti è puramente casuale

Gentile redazione di *Curling che passione* vi invio questa mia ricerca sulla "Forza nel Curling" con la preghiera di pubblicazione nel primo numero disponibile.

Sono certo che l'accuratezza del mio lavoro, che vi onoro di ricevere in esclusiva, sarà di serio stimolo a coloro che, pur non con la mia maturata ed invidiata esperienza, si appresteranno con indugio a confrontarsi con metodo e rigore nel campo dell'applicazione della ricerca scientifica nel Curling. Ormai da molti anni, Io, con grande soddisfazione ed emozione, di questa elite della Ricerca Scientifica ne sono l'umile protagonista. E' proprio l'umiltà, grande mia compagna di tutti i giorni, che dovrà rimanere alla base della forza unica che ci porta a svolgere con senso del dovere questo lavoro senza lasciarci attrarre da facili distrazioni. La scienza va avanti grazie all'impegno di pochi e coraggiosi paladini. Tra i quali mi celo con pudore.

Cordiali saluti

L'autore dello scritto, Dott. Prof. Aristide Bertollozzi

NB : ATTENZIONE!!

mi sono accorto solo ora di aver lasciato anche la brutta copia del mio scritto a fine pagine.

Vi chiedo gentilmente di cancellarlo immediatamente e di non tenerne conto nella valutazione complessiva della ricerca. Grazie.

La Forza nello sport del Curling: analisi e ricerca allo stato dell'arte

Di Aristide Bertolozzi et all.

Laureato a pieni voti alla Facoltà di Scienze Confuse alla libera Università della Repubblica di Tuvalu

Abstract

La Forza nel Curling è base della teoria dell'allenamento nei tempi moderni.

Questo lavoro realizzato per la rivista **Curling che passione** si prefigge l'obiettivo di focalizzare e trattare l'argomento sulla base dei più innovativi metodi di ricerca e sostanzialmente orientata agli allenatori di Curling.

Non sono lontani i tempi di quando la scienza del Curling si basava solo sulla capacità di alcuni di trattare su basi empiriche la progettazione degli allenamenti; tempi ormai dimenticati che questa ricerca, rigorosa nei materiali e metodi, cercherà di affrontare in maniera esaustiva già a partire dal primo numero della pubblicazione.

Introduzione

Questo articolo esclusivo ed originale che sottopongo alla vostra attenzione è stato realizzato dagli autori sulla base di ripetute esperienze maturate su piu' piste di ghiaccio d'Italia con atleti di diverse categorie.

Come gli orientamenti del Curling moderno ci inducono a tracciare una via per il futuro, e' altresì noto da tempo che la *Forza* nel Curling e' una basilare e fondamentale certezza che diffusamente si sta diffondendo nella comunità degli allenatori che ne confermano l'esigenza e ne consigliano l'applicazione con costruttive attività di confronto.

Come risulta da numerosi studi di Viru, Zatsiorsky, ma soprattutto dal magistrale lavoro fuori dall'ordinario del noto esperto Rosino Puffatello, la *Forza* nel curling esiste.

E' di grande importanza teorica e pratica

l'analisi del problema che ha toccato in maniera sensibile piu' di un allenatore in Italia con forti accenti provenienti dai paesi anglosassoni.

Nel corso degli studi e degli anni si sono accumulate forti e ben delineate evidenze che confermano la linea teorica della mia ricerca, fortemente innovativa e carica di forti aspettative.

Nelle commissioni dei tecnici di curling piu' qualificati il dibattito prosegue serrato e straordinariamente denso di interessanti punti di vista da approfondire.

Si pensa infatti che la *Forza* nel curling sia da considerare come la base di partenza nella progettazione delle tabelle di allenamento. Generalmente e' diffusa l'opinione che la forza possa essere considerata quale fondamento nei principi allenanti; e' infatti assodato da tempo che numerose ricerche e teorie hanno orientato i loro sforzi verso questa linea comune e condivisa.

E' pratica comune tra gli scienziati valutare la *Forza* come una componente radicalmente differenziata da altre numerose e pur non trascurabili componenti della performance dell'atleta e quindi del nuotatore.

Negli ultimi anni numerose ricerche si sono compiute e gran parte di esse si sono soffermate su aspetti di dettaglio ma carichi di interesse. Tutte le ricerche hanno infatti trovato che la *Forza*, nella sua provenienza atletica, esiste e si può allenare.

A sostegno di queste complesse ed elaborate teorie il già citato R.Puffatello aveva dato una sua interpretazione altamente autorevole che ha diviso in due parti la comunità scientifica internazionale.

Materiali e metodi

La ricerca che gli autori hanno svolto in questi anni è stata portata a termine con il forte interessamento di numerosi operatori del settore che, con grande maturità intellettuale, si sono prodigati nell'aiutare la ricerca scientifica.

E' a loro che viene dedicata questa ricerca.

La ricerca, unica ed originale nella sua natura, viene considerata come "pilota" per via dei suoi presupposti innovativi e dei suoi risultati non privi di sensibili variazioni significative.

I soggetti eleggibili per questa ricerca sono stati uomini e donne, in buono stato di forma ed allenamento, di età media 35 anni (+-18) e di peso standard la cui media si è attestata sui 79kg (+-23). L'altezza del campione si è distinta per una forte somiglianza con il somatotipo dell'atleta di Curling 178cm (+-44cm). Tutti i soggetti sono stati informati degli obiettivi della ricerca ed hanno dato il loro consenso informato.

I dati corretti per età, sesso ed altre

variabili sono stati quindi analizzati sotto numerosi punti di vista da parte degli autori coinvolti.

Il campione degli atleti si è subito reso disponibile e, come nella norma, hanno compiuto i vari test funzionali con notevole interesse partecipativo.

Gli autori si sono comunque mostrati d'accordo nel mostrare il protocollo dei test utilizzati e le metodiche effettuate dopo un ulteriore processo di ottimizzazione dei dati. Il follow-up esteso dello studio longitudinale ci ha infatti consentito di riaffrontare con maturata attenzione il metodo statistico di Hansel-Gretel che, come è noto, è alla base della statistica nella ricerca medica e fisiologica.

Questo metodo è infatti stato ritenuto significativo nel 95% dei dati ritenuti validi e particolarmente adatto ai dati ritenuti significanti.

Risultati

I dati attualmente disponibili relativi alla Forza nel nuotatore ottenuti sulla base dei protocolli utilizzati non permettono di giungere ad una conclusione univoca.

Pur se questo dato si mostra sensibile ad una ulteriore analisi integrativa è bene indicare un trend evidente di come la componente *Forza* sia altamente influenzata da altri parametri esterni.

Sebbene non sia possibile dare una risposta definitiva al problema abbiamo analizzato i risultati con una commissione di tecnici di curling che ne hanno colto gli aspetti più operativi focalizzandone le sue significative risultanze.

Gli autori sono concordi nel ritenere che occorreranno altri studi scientifici per comprendere appieno il fenomeno studiato ma la linea tracciata rimarrà nella memoria della comunità scientifica nazionale ed internazionale e delle componenti tecniche delle federazioni natatorie internazionali.

Brutta copia del lavoro *La Forza nel curling: analisi e ricerca allo stato dell'arte*
(da cancellare prima dell'invio alla redazione!!!)

Di Aristide Bertolozzi et all.

(gli altri pirla manco son venuti ad aiutarmi a scrivere, che si vadano a ...)

Introduzione

Questo articolo esclusivo ed originale (finora ce l'hanno rifiutato tutti, se pure questi di "Nuota che ti passa" ce lo segano non ci resta che la bacheca della pista di ghiaccio comunale...) che sottopongo alla vostra attenzione è stato realizzato dagli autori sulla base di ripetute esperienze maturate su piu' piste di ghiaccio d'Italia con atleti di diverse categorie. (se fossimo riusciti a non farci cacciare da tutti gli impianti dove siamo andati avremmo finito prima, che sfiga..)

Come gli orientamenti del curling moderno ci inducono a tracciare una via per il futuro, e' altresì noto da tempo (da qualche parte l'ho letto ma non ricordo la citazione, se la trovo l'aggiungo poi...) che la *Forza* nel curling e' una basilare e fondamentale certezza che diffusamente si sta diffondendo (qualcuno ha fatto spam l'altra settimana, e un virus ha pure beccato il mio pc...) nella comunità degli allenatori che ne confermano l'esigenza e ne consigliano l'applicazione con costruttive attività di confronto. (l'ultima volta che ho parlato con un allenatore mi ha chiesto di dirgli se sapevo la differenza tra l'atletica ed il curling... poi mi ha preso a pedate, idiota...)

Come risulta da numerosi studi di Viru, Zatsiorsky, ma soprattutto dal magistrale lavoro fuori dall'ordinario (era una vera ciofecca) del noto esperto Rosino Puffatello, (devo mandare un curriculum al suo dipartimento, ricordarsi di inviare il primo numero alla segretaria) la *Forza* nel curling esiste.

E' di grande importanza teorica e pratica (a me interessa, speriamo che qualcuno lo legga...) l'analisi del problema che ha toccato in maniera sensibile piu' di un allenatore in Italia (non ne ho visto uno che gliene fregasse qualcosa...) con forti accenti provenienti dai paesi anglosassoni (ho cercato di tradurre qualcosa in inglese e mi hanno risposto Fakkiu!!! O qualcosa di simile, ne erano sicuramente entusiasti)

Nel corso degli studi e degli anni (ho fatto un casino di cose nel mentre ma tutte sono state un fiasco, poi ho tolto degli appunti dalla gamba del tavolo che ballava ed ho ritrovato stà menata... misà che la uso) si sono accumulate forti e ben delineate evidenze (azz... rimangono tutti scettici su questa cosa, speriamo che stavolta ne convinco qualcuno) che confermano la linea teorica della mia ricerca, (non ho ancora ben capito come fare il passo successivo...) fortemente innovativa e carica di forti aspettative. (non ho mai fatto nulla di queste cose, prima facevo l'istruttore in palestra per arrotondare e di

notte mi è venuta questa idea. Se quelli là mi avessero pagato stavo ancora lì, sti bastardi...)

Nelle commissioni dei tecnici di curling piu' qualificati (l'unica pista di curling che ci ha fatto entrare faceva curling libero per il dopolavoro) il dibattito prosegue serrato (si sono messi a litigare tra loro ed uno è pure finito in acqua) e straordinariamente denso di interessanti punti di vista da approfondire. (ci fossero stati almeno 2 pareri uguali saremmo già a buon punto...)

Si pensa infatti (un altro paio di ricercatori ho visto che ne parlava tra loro al bar...) che la Forza nel curling sia da considerare come la base di partenza (non ho idea di dove partire, proviamo da questa cosa qui...) nella progettazione delle tabelle di allenamento.

Generalmente e' diffusa l'opinione (tra quei ricercatori dell'altro giorno due hanno ripetuto la stessa cosa, mi sembra... e poi l'ho visto in tv da Vespa) che la forza possa essere considerata quale fondamento nei principi allenanti; e' infatti assodato da tempo (il mio professore all'Università l'ha detto a lezione, l'hanno sentito anche altri colleghi di sicuro..) che numerose ricerche e teorie hanno orientato i loro sforzi verso questa linea comune e condivisa (nessuno ha mai fatto una ricerca diversa, di solito copiano la prima... stavolta non ho tempo, vedrò cosa adattare anch'io...)

E' pratica comune tra gli scienziati (io faccio così... poi chiedo in giro) valutare la Forza come una componente radicalmente differenziata da altre numerose e pur non trascurabili componenti della performance dell'atleta e quindi del nuotatore. (questa frase l'ho presa da un comizio politico, mi servivano 2 righe in più per chiudere il paragrafo)

Negli ultimi anni numerose ricerche si sono compiute (e' da una vita che altri fanno queste cose da prima di me... ma tanto è roba in inglese, macchè se la legge quella roba...) e gran parte di esse si sono soffermate su aspetti di dettaglio ma carichi di interesse. (proprio non ho capito che diavolo hanno trovato, poi me le faccio tradurre) Tutte le ricerche hanno infatti trovato che la Forza , nella sua provenienza atletica, esiste e si può allenare.

A sostegno di queste complesse ed elaborate teorie (io e gli altri stiamo brancolando nel buio...) il già citato R.Puffatello aveva dato una sua interpretazione altamente autorevole che ha diviso in due parti la comunità scientifica internazionale. (al convegno dove l'ho visto una parte gli ha fischiato e tirato pomodori, fortuna che gli altri sono andati via ed è finita bene...)

Materiali e metodi

La ricerca che gli autori hanno svolto in questi anni (ma figurati, uno è il figlio del Preside e non è mai venuto, l'altro mi serve perché è conosciuto in giro, l'ultimo si è dato ammalato dopo il primo giorno in piscina...) è stata portata a termine con il forte interessamento di numerosi operatori del settore che, con grande maturità intellettuale, si sono prodigati nell'aiutare la ricerca scientifica (sti gestori d'impianti mi hanno stressato per i soldi delle

corsie fino a rompermi le balle. Pure le ruote alla macchina...)

E' a loro che viene dedicata questa ricerca. (ma che andassero pure a ...)

La ricerca , unica ed originale nella sua natura, (ne è uscita una boiata solenne) viene considerata come “pilota” (per ora chiudiamo questa e poi vediamo se qualcuno ci paga per farne un'altra) per via dei suoi presupposti innovativi e dei suoi risultati non privi di sensibili variazioni significative. (che dicesse baggianate ne eravamo quasi certi , poi i dati lo hanno pure confermato...)

I soggetti eleggibili per questa ricerca sono stati uomini e donne (meno male che un gruppetto di sfigati nullafacenti ci sono cascati e li abbiamo convinti) , in buono stato di forma ed allenamento, (il più magro sembrava fantozzi e la più agile sembrava un elefante...) di età media 35 anni (+-18) (si, c'era pure una famiglia completa dal nonno al nipotino... ma la media è la media...) e di peso standard la cui media si è attestata sui 79kg (+-23). (quella coppia di obesi è voluta rimanere a tutti i costi... vabbè, ce ne mancavano giusti 2) L'altezza del campione si è distinta per una forte somiglianza (la stessa che c'è tra Jordan e Danny De Vito... ma sai com'è... la media...) con il somatotipo del nuotatore 178cm (+-44cm). Tutti i soggetti sono stati informati degli obiettivi della ricerca ed hanno dato il loro consenso informato. (ad un certo punto ci hanno ricattato e siamo pure andati a prenderli a casa, st'infami...)

I dati corretti per età, sesso ed altre variabili (li abbiamo dovuti un po' arrangiare, almeno così ora si assomigliano...) sono stati quindi analizzati sotto numerosi punti di vista da parte degli autori coinvolti (ma che ci azzecavano tra di loro... vabbè, dai che è tardi...)

Il campione degli atleti si è subito reso disponibile (magari... alcuni li stiamo ancora aspettando!) e , come nella norma, hanno compiuto i vari test funzionali con notevole interesse partecipativo (si, soprattutto sgranocchiando pop corn sulla cyclette ...)

Gli autori si sono comunque mostrati d'accordo (figurati chi si opponeva, poi bisognava pure rifare i test...) nel mostrare il protocollo dei test utilizzati e le metodiche effettuate dopo un ulteriore processo di ottimizzazione dei dati (se scriviamo adesso che al 3° minuto di corsa sul posto si sdraiavano a terra sfiancati ci ridono dietro... dobbiamo inventarci qualcosa...). Il follow-up esteso dello studio longitudinale (abbiamo pure dovuto prolungare lo studio per cercare di cavarci qualcosa di utile...) ci ha infatti consentito di riaffrontare con maturata attenzione il metodo statistico di Hansel-Gretel (è l'unico metodo che conosco e non ho mai capito come diavolo si applica, e stavolta il secchione di statistica era pure in vacanza...) che, come è noto, (lo so, da qualche parte l'ho letto...) è alla base della statistica nella ricerca medica e fisiologica. (In effetti è proprio il test più base che c'è, proprio elementare... ma gli altri proprio non li ho mai neanche visti...)

Questo metodo è infatti stato ritenuto significativo nel 95% dei dati ritenuti validi (se siamo fortunati ne abbiamo 3 validi e 18 da buttare) e particolarmente adatto ai dati ritenuti significativi. (forse ce n'è uno)

Risultati

I dati attualmente disponibili relativi alla Forza nel nuotatore ottenuti sulla base dei protocolli utilizzati non permettono di giungere ad una conclusione univoca. (abbiamo completamente fallito, ora troviamo un modo di dirlo...)

Pur se questo dato si mostra sensibile ad una ulteriore analisi integrativa è bene indicare un trend evidente (questi dati non hanno alcun significato tra loro, nel grafico c'è proprio di tutto... chi va su, chi giù...) di come la componente *Forza* sia altamente influenzata da altri parametri esterni. (qualcosa che disturba c'è sempre, così prendiamo tempo...)

Sebbene non sia possibile dare una risposta definitiva al problema (vabbè che è tutto un pacco di roba senza capo né coda ma spero comunque che qualcuno se la bevi e magari ne voglia fare un'altra...) abbiamo analizzato i risultati con una commissione di tecnici di curling che ne hanno colto gli aspetti più operativi focalizzandone le sue significative risultanze. (si... figuriamoci... ognuno ha fatto quello che gli pareva...)

Gli autori sono concordi nel ritenere che occorreranno altri studi scientifici per comprendere appieno il fenomeno studiato (oltre a non fornire un dato, che sia uno, utile a qualcosa non ho neanche capito a che serviva sta ricerca...) ma la linea tracciata rimarrà nella memoria (speriamo che non tutti si segnino il mio cognome...) della comunità scientifica nazionale ed internazionale e delle componenti tecniche delle federazioni natatorie internazionali. (speriamo che poi non mi invitino pure al corso di aggiornamento per allenatori...)

Firma (solo sigla)

Altro da fare :

- cassetta di regali all'editore
- elogi a tutta la redazione con frasi fatte , via email
- arruffianarsi la telefonista
- prepararsi risposte credibili se qualcuno chiamasse per chiedere qualcosa
- fischiettare e pensare alla prossima pubblicazione, la scienza non può aspettare.

