



Marco Mencarelli impegnato alla guida della Nazionale italiana agli Europei di Zurigo del 2013

KEYSITE

Professor volley

La scorsa primavera la G&B ha ospitato per una serata di allenamento Marco Mencarelli, attuale coach a Busto Arsizio, ma per oltre vent'anni grande formatore in seno alla federazione italiana. Il 5 tenne di Orvieto un suo giudizio sul movimento bellinzonese: «Ho trovato grande entusiasmo, segno di passione e cultura, oltre a ragazze in possesso di un alto livello di motricità».

di Sebastiano Storelli

Metti una sera in palestra con Marco Mencarelli. Ne hanno potuto approfittare, la scorsa primavera, le ragazze del G&B Volley, le quali hanno avuto a loro disposizione un pezzo da novanta del sistema formativo pallavolistico italiano. Sì, perché a chi non mastica volley, il nome di Marco Mencarelli dirà poco o nulla, ma basta una veloce visita su un qualsiasi motore di ricerca in internet per scoprire che il Sienne umbro è uno dei maggiori formatori della vicina Penisola, uno che con le Nazionali giovanili ha vinto praticamente tutto quanto era possibile vincere, uno che ha "allevato", tra le tante, Valentina Diouf, Paola Egonu, Alessia Orro, Giulia Pisanì, Federica Stufi, Cristina Chirichella, Sara Bonifacio e Alessia Gennari. A Bellinzona ha trascorso una serata per valutare le strutture della società e la qualità del movimento, grazie all'amicizia che lo lega al coach della G&B, Federico Roncoroni... «È un'attività che ho svolto per oltre vent'anni in seno alla federazione italiana, girando nelle varie società del nostro territorio. Il bagaglio di esperienze così accumulato mi permette di fare il confronto su alcuni aspetti. A Bellinzona ho trovato un entusiasmo incredibile da parte delle ragazze, grandissima disponibilità sia da parte delle giocatrici più grandi per le proposte tecniche presentate, sia delle più piccole con le quali abbiamo condiviso foto e autografi. Un grande entusiasmo che di norma è segno di passione e cultura, due elementi che si devono sposare, e di un ambiente fortemente predisposto a un processo di crescita basato su apprendimento, gioco, condivisione, integrazione e aggregazione, valori che rendono il nostro sport estremamente educativo». Nonostante il poco tempo a disposizione si è potuto fare un'idea della qualità delle ragazze... «Con gli allenatori ho condiviso alcuni spunti

nella fase di riscaldamento, poi mi è stato chiesto di svolgere una progressione prettamente didattica, rivolta all'insegnamento della schiacciata, il che mi ha permesso di testare la qualità di apprendimento. Ho trovato ragazze abituate al movimento e in possesso di un livello di coordinazione e lateralizzazione molto buoni. Si parte quindi da un livello di motricità elevato, il che facilita la proposta di chi si occupa di pallavolo. Ho impostato schemi motori tipici del volley e loro li hanno appresi con estrema facilità, proprio per il pregresso motorio in loro possesso».

La carriera di Mencarelli si è sviluppata quasi tutta all'esterno del rettangolo da gioco... «Sono arrivato fino alla Serie B, ma senza particolari momenti importanti. Ho però imparato cosa significa essere giocatore e questo mi ha aiutato nella carriera di tecnico. Provengo dalla scuola nazionale italiana di educazione fisica e dall'atletica leggera come ambito di specializzazione. Questo mi ha dato un bagaglio di conoscenze esteso all'ambito della motricità e non solo all'aspetto tecnico prettamente pallavolistico. L'insieme delle cose ha costruito in me una serie di stimoli sia motivazionali, sia di approfondimento scientifico che mi hanno portato ad abbinare per diversi anni la funzione di allenatore a quella di preparatore fisico. Dal 1992 ho iniziato a far parte delle squadre nazionali prima maschili, poi femminili e nel 2005 sono diventato allenatore della U23, con la quale ai Giochi del Mediterraneo ho ottenuto il bronzo nel 2005 e l'oro nel 2015. La scorsa estate ho deciso di accettare l'incarico di allenatore a Busto Arsizio, ma in futuro la collaborazione part-time con la federazione potrebbe proseguire».

Marco Mencarelli può definirsi formatore ancor prima di allenatore? «Se misuriamo gli anni di esperienza, gran parte della mia vita sportiva è stata costruita nelle squadre giovanili, quindi a livello formativo. Non solo di atleti e atlete, perché con la federazione mi occupo dell'istruzione degli allenatori. Federazione che, come si vede, mi utilizza su vari fronti. La mia carriera di tecnico al servizio dell'ottenimento di alti risultati sportivi è una prerogativa degli ultimi due anni. In precedenza il mio obiettivo principale era rappresentato dalla formazione di giocatori. Il fatto di averne portati tanti a disposizione delle nostre squadre nazionali rappresenta per me una grande gratificazione».

Qual è la principale differenza nell'allenare una selezione giovanile rispetto a una compagine senior? «La differenza è enorme. Una squadra giovanile è formata da giocatori che non cono-

scono i meccanismi per arrivare a conseguire un risultato di altissimo livello. Quindi, tutto ciò che fai trova resistenze molto spesso legate a mancanza di autostima e di fiducia in sé stessi, ostacoli a volte difficili da superare. In una squadra senior, a maggior ragione se di prima fascia, molto spesso gli elementi che la compongono hanno piena consapevolezza di quali sacrifici occorra fare, di cosa bisogna mettere in gioco per provare a raggiungere un risultato sportivo. Con loro occorre in primo luogo gestire il momento: tutta la parte di coaching che esercitiamo è legata all'evento della competizione, magari in una partita da "dentro o fuori", di per sé molto diversa da una normale sfida di regular season. Esistono quindi vari momenti di approccio che l'allenatore deve gestire in maniera differenziata. Si tratta di una metodologia del tutto diversa per rapporto a una squadra giovanile, dove vi è poco coaching, tanto insegnamento e molta perseveranza sui principi: tutto deve essere insegnato, compresa l'abitudine a vincere. È vero, i giovani sono pagine bianche, prive però della conoscenza dei loro limiti. E molto spesso l'inesperienza che li accompagna fa da contraltare alla grande voglia di apprendere».

In Italia il volley è una disciplina che per popolarità è seconda solo a calcio e basket, mentre per risultati conseguiti è probabilmente la prima in assoluto... «Non c'è un segreto, c'è cultura. Abbia-

mo una scuola pubblica con limiti importanti sul piano formativo e educativo-motorio, ma che dedica alla pallavolo una certa attenzione. Inoltre, esiste un sistema competitivo che costituisce un punto di riferimento importante per la crescita. L'unione di questi due aspetti crea un periodo molto lungo di pratica della pallavolo. E se si può giocare dai primi anni di scuola fino a 40 anni e oltre, significa che la pallavolo diventa un fatto di cultura sportiva. Con il passare degli anni questa cultura si è radicata in alcune regioni - ad esempio Emilia-Romagna, Marche e Lombardia - ciò che ha condotto alla professionalizzazione della disciplina e ha permesso a persone come me di fare della loro passione la loro ragione di vita, la loro professione. Possibilità legate al fatto che la grande diffusione attrae pure un numero importante di sponsor e la sponsorizzazione è ciò che permette importanti investimenti sulle squadre, sui giovani. Non necessariamente a grossi investimenti corrispondono grossi risultati sul piano sportivo, ma è difficile che a grossi investimenti non corrispondano grossi risultati sul piano formativo. E tutto ciò dà vita a una struttura in grado di alimentarsi in modo continuo».

Per le ragazze bellinzonesi un'occasione più unica che rara per assimilare gli insegnamenti di un maestro. Un'esperienza che Mencarelli sarebbe pure disposto a ripetere...



Mencarelli durante la lezione tenuta alle ragazze del G&B Volley