



Da piccoli il volano, da grandi il badminton

di Gabriele Botti

Sonja Walser, presidente, coordinatrice, allenatrice e anima degli Amici Badminton Cadro.



A VOLTE SI RIMANE SORPRESI DALLA VITALITÀ DI PICCOLE ASSOCIAZIONI SPORTIVE CHE, GRAZIE ALLO SFORZO DI PERSONE ILLUMINATE, DIVENTANO VERI E PROPRI PUNTI DI RIFERIMENTO DELLA COMUNITÀ. È IL CASO DEGLI AMICI BADMINTON CADRO (ABC), GRUPPO NATO NEL 2010 SULLA SPINTA DI SONJA WALSER E DI UNA DECINA DI APPASSIONATI. ORA I SOCI SONO UNA TRENTINA, DAGLI 8 AI 70 ANNI.

«Sa, non è facile attirare nuove leve». L'incontro con Sonja Walser – presidente, coordinatrice, allenatrice e anima degli Abc – inizia da qui, dalla presa di coscienza che la concorrenza è agguerrita. Le alternative

sono praticamente infinite: «Ci sono una marea di sport, molti dei quali più popolari del nostro e anche più pubblicizzati. I ragazzi si avvicinano a questa disciplina considerandola spesso come un secondo sport, un puro gioco

Missile che viaggia a 300 km/h!

Il badminton (o comunemente chiamato volano) è uno sport che si gioca in singolo (maschile e femminile) e doppio (maschile, femminile e misto) su un campo rettangolare diviso da una rete alta 1,55 metri (uomini) e 1,52 (donne). Lo scopo è di colpire un volano usando una racchetta e facendolo passare sopra la rete in modo che l'avversario non riesca a ripedirlo indietro prima che tocchi terra. Ogni volta che si

ottiene ciò, il giocatore o la coppia guadagnano un punto. Il primo che ottiene 21 punti (sul 20 pari si può proseguire finché non si hanno 20 punti di vantaggio) vince un set e un incontro può essere composto da un qualsiasi numero dispari di set (normalmente 3).

Il colpo risolutore del badminton è lo smash (schiacciata), che viene eseguito molte volte con il salto: è il colpo più veloce del gioco e il vola-

no può superare i 300 km/h! Tra i più veloci sport di racchetta, nel badminton si rendono necessarie prestanza fisica, agilità e prontezza di riflessi: l'effetto è spettacolare, con scambi rapidi, cambi di fronte e movimentati recuperi. Le competizioni agonistiche internazionali vengono praticate solitamente al coperto: data l'elevata leggerezza dei volani, anche un piccolissimo alito di vento potrebbe deviarne la traiettoria.

«Occorrono agilità, forza, tecnica e cervello»

Francesco Saurwein è un po' l'eccezione che conferma la regola: quindicenne, da qualche tempo si è buttato a capofitto su questo sport, preferendolo ai «soliti» calcio, hockey e affini.

Francesco, come mai questa scelta? «È stato tutto abbastanza casuale: un amico mi ha portato in palestra e mi ha fatto scoprire questa disciplina. Ovviamente, sapevo già cosa fosse il volano, come tutti ci avevo già giocato, ma il badminton mi ha subito stregato e sorpreso in positivo. Arrivavo dal tennis e il passaggio è stato piuttosto semplice: in fondo, sono parenti».

Sei sempre stato uno sportivo? «Sempre! A me lo sport piace tantissimo, mi piace il movimento, camminare, correre.

Non sto quasi mai fermo e non ho la PlayStation (ride, ndr). Abbiamo appena ripreso l'attività dopo la pausa estiva e contavo i giorni per poter tornare in palestra ad allenarmi. Per me, praticare uno sport è essenziale sia per il corpo che per la mente. Mens sana...».

Giusto! E cosa ti piace in particolare del badminton? Perché lo consiglieresti? «È una disciplina completa: richiede agilità, forza, tecnica e cervello. Senza contare che fermi non si sta mai. Credo che sia consiglia-

bile a chi ama il dinamismo e a chi voglia abbinare lo sforzo fisico al divertimento».

Niente calcio, niente basket, niente hockey... «Ho scelto un'altra strada. In passato, ho praticato nuoto, judo e appunto tennis, sempre con la volontà di evitare il... divano. Non sopporto l'idea di passare i pomeriggi a far niente, ho sempre bisogno di fare qualcosa. A 6-7 anni facevo lunghe passeggiate in compagnia di mia mamma, stavamo in giro 2-3 ore ed era bellissimo. Per me era come giocare».

Militi in una società in cui i ragazzi della tua età scarseggiano. Ti piace il confronto con gli adulti? «Molto. Giocare contro qualcuno più grande

di te, e quindi probabilmente più forte, ti permette di migliorare. Si impara tanto da chi è più bravo. E fortunatamente non è detto che vinca sempre il più esperto...».



che viene abbandonato dopo pochi anni. Ma noi non siamo persone che si lamentano. Prendiamo atto della situazione e andiamo avanti, con entusiasmo!».

Ci troviamo nella palestra di Cadro: l'ex Comune, prima, e la Città di Lugano, poi, sono vicine a realtà come queste, tanto piccole quanto importanti. «Guardi, in effetti non possiamo lamentarci. Abbiamo a disposizione una bella struttura con quattro campi. Cosa che altrove, Lugano a parte, è impensabile. Qui possiamo dare sfogo alla nostra passione, ritrovarci e allenarci in un contesto stimolante». Intanto, attorno a noi, imperverzano diritti e rovesci, recuperi mozzafiato e schiacciate millimetriche, attacchi micidiali e strenue difese. Il badminton è uno sport che richiede discrete doti fisiche. «Sì, per raggiungere un certo livello occorre essere allenati, avere occhio, essere agili e potenti allo stesso tempo. Ovviamente, anche noi puntiamo sulla componente del divertimento. Il senso è praticare uno sport seriamente, allenarsi bene, muoversi, ma anche stare in compagnia, giocare e, appunto, divertirsi».

In Ticino il movimento del badminton fatica a decollare, mentre in Svizzera interna è diffuso su larga scala. Come mai? «Ci sono spiegazioni culturali e pratiche. Oltre Gottardo è molto praticato nelle scuole, e questo da anni. Il che rappresenta un fantastico modo per promuoverlo. Da noi ciò non accade. Inoltre, in Ticino non esistono grandi strutture. Sì, ci sono le palestre, ma gli spazi sono quelli che sono e noi, come ho detto prima, siamo un po' un'eccezione in questo senso. Senza contare che non è sempre facile trovare allenatori formati e preparati, in grado di condurre un gruppo».

Da dove arriva la sua passione? «Io sono totalmente «fuori» per questo sport. Lo sono da

Questione di... amicizia

Il club Amici Badminton Cadro nasce nel 2010. Gli allenamenti si svolgono nella palestra del quartiere e sono aperti a tutti (info@badminton-cadro.ch, 079 817 50 09). Riferimento cantonale della disciplina è invece il Badminton club Lugano (www.badminton-lugano.ch): attivo dal 1984, conta oltre

una cinquantina di soci e partecipa regolarmente a tornei in tutta la Svizzera.

Due parole anche sulla storia di questo sport: alle origini veniva praticato in India e furono i militari inglesi verso la metà del XIX secolo a diffonderlo in Europa. L'evento che gli diede il nome risale invece al 1873: alcuni amici di un

duca si ritrovarono nel suo castello a Badminton (Gloucester Shire) e presentarono questo gioco usando come volani dei tappi di spumante, delle rudimentali racchette e una corda al posto della rete. Il badminton, come il rugby, prende dunque il nome della località che lo ha tenuto a battesimo.

decine e decine di anni, sin da quando, piccolissima, giocavo a volano alla domenica. È un amore che risale all'infanzia e che cerco di trasmettere ai bambini: qualcuno di promettente ogni tanto sbuca da quella porta, il che mi fa ben sperare». Sogni nel cassetto? «Qualche giovane in più e un allenatore». Non esiste

una Federazione cantonale badminton: una lacuna che giudica come? «Credo sarebbe bello disporre di una struttura che coordinasse il movimento, che fungesse da riferimento dando nuovi stimoli. Però sappiamo che i praticanti sono ancora troppo pochi e che per ora non se ne parla. Vedremo».

