

Bob e skeleton: lezione di sport invernali al liceo Ferraris di Varese

Pubblicato: Lunedì 9 Maggio 2022



Cortina 2026 incombe e gli **studenti del liceo sportivo Ferraris di Varese si preparano.**

Sabato scorso, 7 maggio, i **ragazzi delle classi I, III e IV** hanno assistito a una lezione speciale. In cattedra è salito l'**atleta olimpico Lorenzo Bilotti** che ha parlato di una disciplina poco praticata in Italia: **il bob.**

Lorenzo, tornato da pochi mesi dalle olimpiadi di Pechino, ha raccontato alle ragazze e ai ragazzi la sua storia, **dagli esordi nell'atletica leggera** (Bilotti stato più volte medaglia d'oro in velocità) all'approdo, **nel 2016, al mondo del bob.** Ha illustrato in cosa consiste la disciplina, come si svolgono gli allenamenti, come è strutturata una pista e come lui, da sportivo, abbia gestito la sua carriera di professionista. Entusiasti i giovani studenti che gli hanno rivolto molte domande su come in passato abbia affrontato le sfide della vita, tra cui diversi infortuni che spesso gli hanno fatto temere di dover abbandonare il mondo dello sport. Lorenzo ha un motto "**good times create weak people, weak people create bad times, bad times create strong people, strong people create good times**" (Robbins) ed è stato un suo mantra.



Oltre al bob, gli studenti hanno approfondito anche, grazie alla giovanissima **Alessia Crippa**, lo **skeleton**. Portando in aula la slitta da skeleton, il casco, la tuta e le scarpe, l'atleta ha mostrato, anche grazie ad alcuni video, la disciplina e le tecniche di gara. Lo skeleton è poco conosciuto, ma per Alessia è stata l'occasione di riscatto dal mondo sciistico che non le offriva esaltanti prospettive: con la sua slitta ha ritrovato grinta e intraprendenza. «Quando ero alle superiori volevo essere più forte, più veloce e più capace dei miei compagni maschi», ha raccontato Alessia in aula, «ce l'ho messa tutta e alla fine, ce l'ho fatta!».



Alla lezione ha preso parte anche **Luca Aletti**, osteopata della squadra italiana di bob e docente ricercatore presso l'Accademia di Osteopatia AIMO di Saronno. Aletti ha spiegato alcuni elementi del mondo della terapia sportiva, che può essere una strada affascinante ed estremamente professionalizzante da intraprendere nel loro futuro.: « quella del terapeuta è una gara senza classifiche o medaglie, ma la conquista del benessere dell'atleta è la vera vittoria».

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it