

l'Adige.it

Quotidiano indipendente del Trentino Alto Adige

Home | Territori | Rovereto | Medaglie olimpiche un po' «roveretane»



Rovereto



Medaglie olimpiche un po' «roveretane»

Ven, 23/02/2018 - 11:39

CONNECT 0 TWITTER LINKEDIN 0 EMAIL STAMPA



PER APPROFONDIRE:

[Federico Pellegrino, Olimpiadi, sci da fondo, cerism](#), [rovereto](#)

Tempo di lettura: 1 minuto 39 secondi

Le medaglie olimpiche della nazionale italiana fondo e biathlon parlano anche un po' roveretano perché ben cinque campioni che hanno ottenuto i prestigiosi riconoscimenti a PyeongChang si sono «allenati» nei laboratori del **Cerism di Rovereto**, presso il centro di ricerca **Sport, montagna e salute**, dell'**università di Verona**. **Federico Pellegrino**, detto «Chicco», argento nello sci di fondo, e **Dominik Windisch**, bronzo nel biathlon nella 10 km maschile e nella staffetta mista, insieme a **Lukas Hofer**, **Lisa Vittozzi** e **Dorothea Wierer**, hanno tutti eseguito test ed esperimenti sotto il controllo degli esperti del Cerism.

«In realtà - spiega **Barbara Pellegrini**, responsabile dell'area ricerca del Cerism, nonché ricercatrice specializzata nella biomeccanica dello sci da fondo - abbiamo sottoposto a test tutta la nazionale maschile e quella femminile di fondo e biathlon. Le ricerche si sono svolte l'estate scorsa, quando tradizionalmente gli atleti si concentrano sul potenziamento muscolare e sul perfezionamento del gesto atletico, rimandando gli allenamenti su neve ad un altro momento. Gli atleti si sono esercitati su skiroll su un grande tapis roulant, con sensori ed una maschera, e noi abbiamo potuto misurare il fiato, l'energia, la frequenza cardiaca, l'aria ventilata, l'uso della muscolatura, la resistenza allo sforzo, la spinta sui bastoni e anche quanto è economica la tecnica. Il nostro è l'unico centro italiano che ha queste apparecchiature specifiche per lo sci di fondo e gli studi che effettuiamo permettono di rilevare eventuali punti deboli e punti di forza. Poi è l'allenatore a decidere come procedere. Quindi a fine estate abbiamo fatto i test di controllo».

«Campioni un po' si nasce - prosegue Pellegrini - grazie alla predisposizione genetica naturale, e un po' lo si diventa perché

È ACCADUTO QUI:

PIÙ LETTI PIÙ CONDIVISI PIÙ COMMENTATI



GOSSIP 24 FEB 2018
Momenti di paura per la blogger e imprenditrice Chiara Ferragni, che dallo sc



ITALIA 24 FEB 2018
«Stiamo lavorando con le associazioni del territorio che collaborano da tempo



ALTO ADIGE - SÜDTIROL 24 FEB 2018
È deceduto poco dopo il ricovero all'ospedale di Bolzano un climber di 60 anni



VALSUGANA - PRIMIERO 24 FEB 2018
Il tema della Valdadastico tiene banco da parecchi anni, ma ultimamente le tens



RIVA - ARCO 24 FEB 2018
Difficile comprendere appieno ciò che stanno provando sulla propria pelle i c

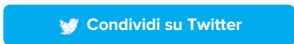
FOTOGALLERY



l'allenamento costante è indispensabile. Per un un successo olimpico servono un allenamento duro, la tecnica, l'impegno, la giusta predisposizione psicologica e alla fine anche un po' di fortuna». Pellegrino, Windisch, Hofer, Vittozzi e Wierer, anche grazie al Cerism, ce l'hanno fatta.

RIPRODUZIONE RISERVATA © Copyright l'Adige

Ti sei ricordato di condividerlo con i tuoi amici?



[View the discussion thread.](#)



Annunci PPN



Nuova Tiguan Allspace
Da € 279/mese TAN 3,99% TAEG 4,82%. Sabato 24 e domenica 25
[Scopri di più!](#)



e-light offerta luce
L'offerta conveniente di Enel Energia a portata di click.
[Aderisci ora](#)



Renault CLIO DUEL
Gamma CLIO da 9.950 €
[Scopri l'offerta](#)



L'Adige **nuovi servizi esclusivi con L'A card**

L'A card

scopri l'elenco dei vantaggi

[Clicca qui](#)

VIDEOGALLERY



Krizia: la forza delle donne
[Commenti](#) 0
23 FEB. 2018



Francia, ecco Narnia: il gatto bicolore star dei social
[Commenti](#) 0
23 FEB. 2018



Jesolo, la spiaggia è imbiancata dalla neve: sorpresa sul litorale veneto
[Commenti](#)

636 23 FEB. 2018

[Guarda tutti i video](#)

“ **L'Adige - Quotidiano indipendente del Trentino Alto Adige**

ANNUNCI PPN



e-light offerta luce
L'offerta conveniente di Enel Energia a portata di click.
[Aderisci ora](#)