



Seguici su



Cerca nel sito

Cerca nel sito

Cerca



Invia messaggio

Sport Home Calcio Calcio a 5 Basket Pallavolo Rugby Pallanuoto Altri sport

L'INTERVISTA

## Karate, Valdesi: "Costruiamo un'Italia di campioni per continuare la tradizione vincente"

Il Direttore Tecnico della Nazionale Italiana: "Porto la mia esperienza per aiutare la crescita dei ragazzi"

di ALESSANDRA GIORGI - 05 Febbraio 2024 - 19:52



Ascolta questo articolo ora...

Roma – Una **lunga e luminosa carriera nel karate** professionistico da atleta e pluricampione mondiale di kata, sia individuale che a squadre. **E adesso una nuova avventura.** Dall'ottobre del 2021 **Luca Valdesi è il Direttore Tecnico della Nazionale Italiana di Karate** (aprendo un nuovo ciclo) e, con entusiasmo, segue oggi gli atleti e si mette a disposizione sia della Fijlkam, che del gruppo tricolore per conquistare altre importanti medaglie. In questi due anni e mezzo, **l'Italia del Karate ha proseguito a vincere**, a seguito di una **lunga e importante tradizione pluriennale.** E Valdesi è fiero dei suoi ragazzi e del gruppo di lavoro.

Per l'Italia l'obiettivo faro del 2024 **saranno gli Europei di maggio**. E non solo intesi come competizione continentale a cui l'Italia ha sempre puntato per fare medaglia e crescere, ma anche perché, nei nuovi regolamenti WKF, la tappa di questo evento è importante per **qualifica al Mondiali a Squadre di Pamplona** di fine anno. Una novità che darà tanti bellissimi stimoli.

Lui stesso è anche il **Direttore Tecnico del Gruppo Karate Fiamme Gialle**, la sua squadra agonistica e oggi tecnica. E' impegnato anche alla World Karate Federation, come membro della **Commissione Regolamenti del Kata Mondiale**.

Ai recenti **Assoluti di Karate**, svolti al PalaPellicone dal 2 al 4 febbraio ([leggi qui](#)), il Direttore Tecnico della Nazionale ha parlato della **sua nuova vita azzurra** e degli obiettivi che desidera conquistare, in concertazione al Team Italia. **Lo ha detto a Il Faro online**.

Di seguito la sua intervista.

**Dopo tanti anni di medaglie e di Nazionale come atleta, oggi sei alla guida della Nazionale come Direttore Tecnico. Come stai vivendo questa nuova avventura?**

"Raccolgo una pesante eredità. Il prof. Aschieri è stato per tanti anni alla guida della Nazionale. Ha portato un karate innovativo e tanti nuovi spunti su cui si può ancora lavorare. Ringrazio innanzitutto la Fijlkam, nella persona del Presidente Falcone e il Settore Karate che hanno riposto in me la fiducia, per questo ruolo che è veramente molto delicato, oltre a essere importante. Il Presidente Benetello e i Consiglieri hanno visto in me una figura che potesse continuare una tradizione così forte. Ricordiamo che l'Italia è fra le prime Nazioni al mondo nel Medagliere in tutte le competizioni. E' una grande responsabilità. Cerco di affrontare questo mio incarico con la massima serietà, dedizione e trasparenza. Quello che sto cercando di fare e sin dall'inizio, è di rendere una base della Nazionale un po' più ampia. Aprire le porte di un ambiente, che per tanti anni è stato un po' chiuso per esigenza, ovviamente, di gara. Adesso stiamo cercando di ricreare un ambiente nuovo, mantenendo tutti i grandi campioni che abbiamo all'interno e che sono ancora molto competitivi, hanno stimoli importanti e lo dimostrano a tutte le gare. E intanto stiamo cercando di affiancare loro tutta una nuova leva di atleti che possono continuare la tradizione. Cerchiamo spesso di portarli in Nazionale maggiore, in quanto l'intensità e le metodiche di allenamento danno degli stimoli maggiori e forti a questi giovani atleti, che possono crescere più velocemente".

**Saranno tantissime le gare nel 2024. Quale sarà quella di punta per l'Italia?**

"La gara obiettivo sarà l'Europeo di maggio, in Croazia. Veramente una gara importante per un duplice motivo. Il primo è che è ovviamente il Campionato d'Europa e per noi è sempre stata una tappa fondamentale per partecipazione e per fare medaglie, il secondo è che quest'anno lo stesso Europeo è importante per qualificare le squadre al Campionato Mondiale (a Squadre) che ci sarà a fine anno. E' una bella cosa, sia da importanza secondo me, sia alla disciplina individuale che quella a squadre. Ci sarà un interesse nel tempo, focalizzato, alla specialità. Noi abbiamo qualificato tre squadre su quattro attraverso le medaglie prese al Mondiale precedente e abbiamo necessità e volontà di qualificare la squadra femminile di kumite e lo potremo fare mediante questo Europeo".

**E' entusiasmante evidentemente per le ragazze del kumite avere un obiettivo del genere, tramite qualifica..**

"Molto entusiasmante. Immagino che sentiranno una pressione maggiore rispetto al solito perché sanno che questa gara sarà importante anche per il Mondiale futuro. Le squadre prima partivano a prescindere, in qualificazione. Adesso ci sarà la porta della qualifica. Sono sicuro che le nostre atlete hanno tutte le carte in regola per fare bene al Mondiale. Siamo tutti fiduciosi".

**Quali sono, nel tuo bagaglio di conoscenze e competenze, da leggenda della Nazionale, i consigli che dai ai ragazzi?**

"Non posso dimenticare la mia esperienza personale. Il consiglio è relativo alle metodiche di lavoro e all'aspetto mentale che bisogna avere in certe competizioni. Sono sempre stato un fautore del lavoro e del sacrificio per arrivare all'obiettivo. Cerco di portare tutto questo all'interno del gruppo. La maggior parte degli atleti fanno parte dei Gruppi Sportivi Militari e sono ottimamente seguiti dai loro tecnici, sono abituati a mole di lavoro importanti, a sacrifici ad intensità elevate. Uno stimolo in più che viene dato personalmente da me, li aiuta a dare quel 'quid' in più".

**Del tuo kata cosa ritrovi nella vita di tutti i giorni? E cosa porti di esso?**

"Il controllo, inteso come non soltanto emozionale e fisico, ma anche della situazione. Quando fai un lavoro propriocettivo dove devi essere concentrato su te stesso, hai delle percezioni aumentate, anche quello è un allenamento. Quando tu alleni tanto il fisico, quest'ultimo si perfeziona, mentre quando tu alleni l'introspezione e la propriocezione, per forza di cose aumenti la capacità critica e di controllo sull'ambiente che ti circonda. Me lo riporto nella vita di tutti i giorni, cerco sempre di avere analisi critica e ho dei feedback immediati".

Foto Fijlkam