

## **"LO SPORT MI HA CAMBIATO LA VITA". LA PASSIONE PER IL TIRO CON L'ARCO DI DEBORA AUTIERO**

**L'atleta, 39 anni, è campionessa italiana non vedente di tiro con l'arco con mirino tattile. "Tutte le mie medaglie le ho portate in istituto perché non c'è maggiore gioia che condividere i premi con i miei compagni"**

PALERMO - "Questo sport mi rende felice e serena verso gli altri". Parole di Debora Autiero, 39 anni, campionessa italiana non vedente di tiro con l'arco con mirino tattile. Recentemente, per motivi di salute, non potendo partecipare al campionato di para-archery Italiano Indoor di Palermo, il campione nazionale Nino Lisotta, disabile Inail in carrozzina, le ha voluto dedicare il premio che ha vinto. Debora in questo momento si sta preparando per concorrere al campionato nazionale di Sarzana in Liguria programmato per il mese di giugno: gareggia per conto dell'associazione Dymond Archery Palermo sponsorizzata dall'Istituto dei Ciechi di Palermo diretto da Gaetano Palmigiano e presieduto da Carmela Patti.

"Per raggiungere buoni risultati e tirare una freccia a 90 metri non basta avere soltanto la vista - sottolinea Debora Autiero -. Non ci vuole neppure tanta forza fisica ma soprattutto tecnica: la freccia ed il braccio devono stare in una sorta di allineamento perfetto per potere dare energia e potenza al tiro. Tirare le frecce mi dà una sensazione di benessere complessivo - aggiunge ancora l'atleta -. Lo sport ci rende più felici, aiutandoci a vivere meglio. Tutte le mie medaglie le ho portate in istituto perché non c'è maggiore gioia che condividere i premi con i miei compagni". La giovane ha perso la vista nel 2005 a causa di un meningioma della doccia olfattiva: un tumore benigno che ha gravemente compromesso i nervi ottici danneggiandoli irreparabilmente. Dopo alcuni mesi dall'evento, Debora decide di avvicinarsi al mondo dei non vedenti, iscrivendosi all'Istituto dei ciechi Florio e Salamone di Palermo dove è stata accolta calorosamente, riuscendo a ritrovare a poco a poco la sua serenità. "Ho iniziato a praticare questo sport nel 2008 e da quel momento non l'ho lasciato più. Mi sono avvicinata al tiro con l'arco grazie al docente di attività integrative e di sostegno Felice Gulotta - dice Debora Autiero - e l'allenatore Guglielmo Fuchsova, presidente dell'associazione Dymond Archery e tecnico nazionale della Pararchery che ha sempre creduto molto in me".

Nel 2007, in occasione della giornata paraolimpica di Palermo di piazza Politeama, in cui c'era la presentazione di un ventaglio di prove sportive per i non vedenti, il docente Felice Gulotta ha chiesto informazioni per potere avviare un ciclo di lezioni di tiro con l'arco all'interno dell'istituto dei ciechi. "Nel 2008 siamo stati, infatti, il primo istituto del sud d'Italia ad iniziare con un progetto questo sport per i non vedenti - riferisce Gulotta -. Il progetto, dedicato a 40 allievi per 40 settimane, oltre ai non vedenti coinvolgeva anche giovani con altre disabilità. Il progetto è stato rinnovato all'inizio dell'anno scorso. Le lezioni di tiro con l'arco si svolgono stabilmente due volte alla settimana - prosegue Gulotta -. E' opinione diffusa che possa essere uno sport solo per chi ha una vista molto acuta mentre invece la freccia si tira con tutto il corpo".

"La prima volta che ho provato il tiro con l'arco l'ho fatto solo per rispetto al mio docente - racconta ancora Debora Autiero -. Willi (Guglielmo Fuchsova, ndr) mi ha incoraggiato moltissimo ed è grazie a lui che sono riuscita ad andare avanti perché vedeva in me delle buone qualità: ho deciso poi di avviarmi seriamente a questo sport preparandomi per le competizioni agonistiche". Dopo solo un mese di allenamento, nel 2010, infatti, Debora partecipa al primo campionato nazionale di Varallo Pombia (Novara) conseguendo due medaglie di bronzo. "Da quel momento in poi ho cominciato a crederci seriamente - racconta la Autiero -. Il tiro con l'arco mi rilassa molto e soprattutto mi scarica ogni tensione perché non mi fa pensare ad altro se non a fare una buona performance. La buona mira dipende da tutto l'equilibrio complessivo di corpo e mente: la massima concentrazione unita alla buona conoscenza di tutte le sensazioni corporee. Occorre soprattutto riuscire a memorizzare sui tuoi piedi la stessa posizione: una postura armonica che sia vincente e più stabile possibile". Sempre nel 2010 Debora partecipa ad un altro campionato italiano open nella distanza dei 30 metri a Poggibonsi (Siena) effettuando 60 tiri e ottenendo una medaglia d'oro e una di bronzo. Nell'agosto del 2010 partecipa pure ai campionati europei di Vischi in Francia. "Durante le nostre gare un ruolo molto importante è quello dello spotter, colui che è come se facesse muovere i nostri occhi, spostandoci il mirino tattile e adeguandolo al meglio alla posizione raggiunta dall'atleta - racconta -. Ogni volta che si tira una freccia lo spotter dice dove è andata in modo da potere regolare e bilanciare la postura". In vista delle prossime competizioni sportive, l'atleta non vedente attualmente si allena nel centro di tiro con l'arco -ASD Dymond Archery di Palermo per quattro volte alla settimana. (Serena Termini)

(Fonte: [www.superabile.it](http://www.superabile.it))