

Sport individuali e spirito di squadra

Come funziona la kick boxing e perché mi ha insegnato un anomalo concetto di gioco di squadra

La kick boxing è uno sport da combattimento individuale.

Nella kick sono fondamentali tre cose

- tempismo
- spazio
- reattività

Nella kick boxing si combatte uno contro uno, nello spazio del tatami, senza uscire, prendendo meno punti possibile e facendone più che si può, parando e contrattaccando, giocando di anticipo e non cedendo mai al dolore.

Nella kick boxing lo scontro è 1 contro 1 ma ogni atleta sfida 5 avversari:

- sé stesso,
- l'altro combattente e
- 3 arbitri che dovranno dichiarare il suo punto.

Nella kick boxing si prendono tante botte, prima, durante e dopo la gara.

Al di là se poi se ne esce campioni o meno, la kick boxing è una allegoria della vita.

Se vuoi vincere devi agire velocemente, nel momento giusto e nello spazio esatto.

Questo e molto altro è quello che insegnano tutti gli sport da combattimento e tutte le discipline marziali

ed è per questo che è importante praticare questo genere di attività.

La kick boxing poi ha anche un altro aspetto che mi piace molto ed è quello delle GARE A SQUADRE.

Nella gara a squadre ognuno combatte contro un avversario dell'altra squadra.

L'ordine viene deciso dalla squadra secondo varie strategie ed è segreto fino al momento in cui si sale sul tatami

questo vuol dire che non saprai chi è il tuo avversario finché non te lo trovi di fronte.

Ogni atleta combatte e accumula punti per la squadra.

Alla fine vince la squadra che ha fatto più punti in tutto.

Questo è quello che ho imparato dalla kick boxing:

La kick boxing è uno sport di squadra anomalo: ognuno gareggia per portare più punti alla squadra e per sostenere col proprio impegno il compagno più debole.

Ogni atleta sa che dovrà lavorare in un combattimento uno ad uno per vincere quell'incontro e per accumulare punti

ma anche per aiutare il compagno che non ne ha fatti abbastanza.

Nessuno può far finta di combattere,

nessuno si può imboscare

ognuno deve essere presente a sé stesso lì e in quel momento e deve rendere

conto del proprio contributo alla squadra.

O si vince o si perde e ognuno ne è responsabile.

Si combatte da soli in un'ottica di vittoria comune

questo ho imparato dalla kick boxing.

Questo penso quando penso a un lavoro di squadra:

ognuno combatte il proprio incontro in un ottica di bene comune

ognuno cercherà di recuperare i punti persi dal compagno

ma non potrà combattere al posto suo.