

# analisi del record del mondo di VICTOR SANEYEV

di VITOLD KREER

da « Ljogkaja Atletika », Mosca, n. 11: 24,25; 1973

a cura di KARL GORCZ

17 ottobre 1968: Città del Messico, Giochi Olimpici. Al sesto tentativo V. Saneyev ottiene il nuovo record del mondo con « un » salto di m. 17,39.

17 ottobre 1972: Sukhumi. Al sesto salto V. Saneyev ottiene metri 17,44 nuovo record mondiale.

Qui riportiamo la sequenza cinematografica di questo secondo risultato, mentre per un confronto con il precedente basta riandare al n. 9/1969 della rivista « Ljogkaja Atletika », nella quale è riportato il salto dei Giochi Olimpici.

## TECNICA DEL SALTO

La tecnica esteriore di salto non ha subito essenziali modifiche. L'ener-

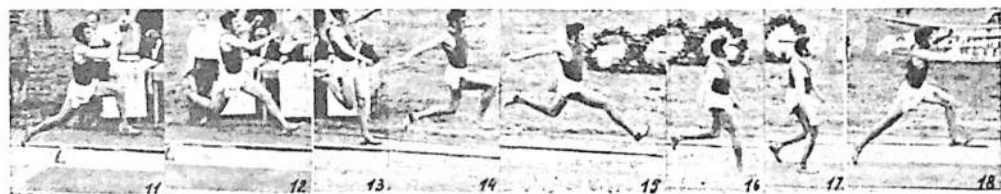
gico ultimo passo (fig. 1-7), il caratteristico massimamente « raccolto » potente stacco e l'alto sollevamento della coscia non hanno subito delle grosse variazioni.

Ugualmente l'energico primo stacco e l'aggressiva penetrazione dell'hop (figg. 8-10). L'equilibrio in volo è mantenuto grazie ad una lunga oscillazione e ad un tempestivo cambio degli arti inferiori (figg. 11-13). Un'alta oscillazione della coscia e quindi della gamba (fig. 14), rende possibile una presa di contatto con il terreno molto avanzata (figg. 15-16).

Tali azioni preparatorie permettono a Saneyev di raggiungere una particolare efficacia nello stacco,

diminuire la perdita in velocità orizzontale con questi angoli di atterraggio e di volo e un'identica altezza del volo stesso, che sfocia in un incremento nelle posizioni singole e nel salto totale senza rialzare la traiettoria.

Saneyev esegue i movimenti durante lo step in modo ampio e libero. Dopo il potente e sufficientemente lungo volo nella posizione dello step (figg. 17-19), l'atleta « si raccoglie » nella posizione intermedia della fase di volo (fig. 20). Egli fa ciò per, più avanti (figg. 21-22), poter « correre fuori » l'oscillazione e dopo una breve « raccolta », staccare con un'ampia o-



piccole differenziazioni negli angoli di stacco differenzi il saltatore di gran classe?

Il grafico ritmico del salto — corrispondente alle fasi del salto triplo — nuovamente non differiscono sostanzialmente in quanto nel '68 era: 6,50 + 5,05 + 6,04 o 37 + 29 + 34%. Nel 1972: 6,60 + 4,93 + 6,01 o 38 + 28 + 34%.

#### PREPARAZIONE DELLA FORZA E DELLA VELOCITA'

Nella tabella 2 sono riassunti i miglioramenti fisici di Saneyev. Pur correndo ed avendo un miglior grado di forza specifica non otteneva dei nuovi record. Al Messico Victor ottenne la medaglia d'oro con « timore ». Il record del mondo era semplicemente necessario, senza quest'ultimo non poteva vincere. Le stagioni seguenti passarono quietamente. Tuttavia nell'agosto del 1971 il cubano Peres Duenas portò il record del mondo 1 cm. più lontano. L'orgoglio del campione era ferito.

Si giunse al 17 ottobre 1972. Era-

no le cinque del pomeriggio, senza vento (al Messico c'era un vento di oltre 1 m./sec.) e la temperatura era di + 23°.

I primi cinque salti di Saneyev furono tutti oltre i 17 metri pur non ottenendo il record. Solo all'ultimo tentativo ottenne tanto. I giudici andarono subito a misurare, ma Victor era già balzato fuori dalla sabbia con le braccia alzate, con la certezza di aver stabilito il nuovo record del mondo!

#### CONCLUSIONI

I livelli di forza e velocità sono in Saneyev aumentati. L'esecuzione tecnica è migliorata di qualcosa rispetto al 1968. Le condizioni di gara del Messico erano comunque di gran lunga migliori di quelle riscontrabili a Sukhumi. Psicologicamente il Messico senza alcun dubbio stimolò in ben diversa misura Victor. Considerando tutti questi fattori è possibile sperare che il 17,44 non sarà l'ultima correzione di Saneyev al libro dei record.

scillazione delle braccia, senza perdere velocità orizzontale.

A conclusione della prova V. Saneyev esegue un due e mezzo in posizione sufficientemente stabile e con cambio degli arti inferiori (figg. 24-32) e il movimento di compensazione circolare delle braccia. Mettendo a confronto le tecniche di atterraggio dei due diversi salti, noi possiamo osservare che questo salto soffre alquanto per la dura inclinazione in avanti del busto. Ciò interferisce alquanto con il mantenimento della posizione orizzontale degli arti inferiori.

Un'altra considerazione da farsi è che in Saneyev migliorarono le doti di competizione. Nel 1968 Saneyev saltò i 17 metri una sola volta, mentre alla fine del 1972 aveva superato tale misura ben 13 volte.

Allo scopo di conoscere la struttura interna del salto, aiuterà molto l'analisi comparativa dei parametri cinematici e dinamici del salto di 17,59 e 17,54 presentati nella tab. 1 (queste misure sono i valori « reali » dei salti di 17,39 e 17,44, misurati dal punto di stacco a quello di arrivo al suolo). Dal confronto è possibile notare un'identica velocità dell'ultimo passo della rincorsa e il tempo di stacco nell'hop, step e jump. Ci sono approssimativamente gli stessi angoli di piazzamento degli arti inferiori sul terreno, ma la preparazione ammortizzante dei muscoli (angolo di flessione dell'articolazione del ginocchio) nel salto di 17,54 in tutti gli stacchi è minore. Saneyev denotava a Sukhumi dunque un sostentamento più elevato e più fermo.

Di qui constatiamo come le analisi cinematografiche abbiano rivelato una sostanziale uguaglianza nei valori tecnico-dinamici.

Può essere comunque che queste

TABELLA 1

PARAMETRI	STACCO					
	1°		2°		3°	
	17.39	17.54	17.59	17.54	17.59	17.54
Velocità prima dello stacco (m/sec.)	10.2	10.2	9.4	9.4	8.4	8.4
Tempo di stacco (sec.)	0.133	0.133	0.155	0.155	0.180	0.180
Angolo di piazzamento della gamba (gradi)	63	60	64	66	66	68
Angolo di stacco (gradi)	60	60	58	55	55	55
Angolo di più grande flessione al ginocchio	42	40	50	45	53	50
Distanza di salto (cm)	650	660	505	493	604	601

TABELLA 2

INDICI DI CONTROLLO	ANNI	
	1968	1972
50 m. con partenza in piedi (effettuato in movimento)	6.65	6.5
150 m. partenza in movimento	16.2	15.9
Salto triplo con dieci passi di rincorsa + 2 passi di avvio (m.)	16.15	16.60
5 balzi sull'arto di stacco con sei passi di rincorsa + 2 passi di avvio	23.05	23.70
Squat a 90° (kg.)	160	170
Squat a 90° per avanti (kg.)	120	125
Peso (7.257 kg.) dorsale e frontale (m.)	<u>17.20</u> 15.90	<u>17.00</u> 16.00