



FIPL

Federazione Italiana PowerLifting - fondata nel 1983



International
Powerlifting
Federation

affiliata



European
Powerlifting
Federation

Accademia Italiana della Forza

L'impegno della FIPL e dell'Area Didattica a me affidata, è proiettato verso una forte divulgazione delle più moderne logiche di sovraccarico. Questo impegno ha portato, dal febbraio 2010, ad un'escalation di riconoscimenti e attenzioni da parte di un pubblico sempre più vasto e sempre più preparato.

Visto che, come si dice, le rivoluzioni nascono dal basso, è dal basso che abbiamo cercato di porre le basi del nostro progetto: ora la FIPL si presenta come unico capofila di un fronte sempre più vasto di professionalità altrimenti latenti. Un fronte portatore di idee ed intuizioni tese ad affrontare e risolvere i problemi derivanti dalle incongruenze, dall'approssimazione nella tecnica e dai pressapochismi che regnavano nell'universo della preparazione atletica effettuata con i sovraccarichi.

L'obiettivo dell'Accademia Italiana della Forza, quale membro dell'Accademia Italiana Powerlifting e della Federazione Italiana Powerlifting, è quello di dare voce a quel fronte, raccogliendo dalle innumerevoli potenzialità presenti in Italia, informazioni, pareri ed opinioni riguardo all'uso dei sovraccarichi nei piani di allenamento di altri sport. In questo modo vogliamo colmare la distanza che talvolta divide l'élite sportiva e culturale dalla base dei praticanti.

Questa piccola ma evidente e radicale rivoluzione è partita senz'altro e senza dubbio dalla FIPL e dal mondo agonistico del Powerlifting che in essa si riconosce.

Un mondo che fino a ieri era messo alla berlina, perché il powerlifting era considerato un "non sport", senza nessun possibile contatto con l'allenamento atletico.

La FIPL, tramite l'area Didattica che coordina dietro incarico del Consiglio Federale, è impegnata nell'applicare agli esercizi del powerlifting quei solidi fondamenti di Scienza e Scienza dello sport. Con queste solide basi teoriche e pratiche vogliamo dare una risposta ad alcune domande che, fino ad oggi, hanno avuto risposte soltanto empiriche ed approssimative:

- Come "fare i pesi"?
- Come "fare i pesi" nei piani di Preparazione Fisica generale per altri sport?

Nella FIPL, nell'Accademia Italiana Powerlifting e in particolare nella nuova Accademia Italiana della Forza, vogliamo dare voce a tutte quelle menti aperte le cui stimolanti intuizioni sull'uso dei pesi stanno riempiendo di concetti e di nozioni il web

L'obiettivo è senz'altro quello di concorrere con la FIPL nella piena applicazione dei dettati dello Statuto Federale “.....la diffusione, l'organizzazione dello sport del powerlifting....”.

Per arrivare alla piena attuazione di questi intendimenti l'Accademia Italiana della Forza si propone di proiettare questi nuovi concetti, che crediamo siano il futuro della scienza dello sport, nelle sedi Accademiche Ufficiali (la cosa sta già partendo con lo sviluppo di sperimentazioni e tesi) e nei canali maggiori di diffusione che trattano della preparazione atletica mirata alla forza.

Siamo convinti, e lo diciamo spesso, che chiunque si interessa di “forza” non possa non passare attraverso l'Area didattica della FIPL ed, in particolare, attraverso l'Accademia Italiana della Forza.

Troverete nel programma del prossimo corso istruttori 2012 che si terrà a Milano nel mese di febbraio, i principi tecnico-teorici che saranno alla base dei progetti fin qui enunciati.

La FIPL, attraverso questo piano didattico e formativo, al quale altri ne seguiranno, consoliderà in tal modo la propria posizione quale unica struttura in grado di fornire a tutti coloro che intraprendono la professione di Preparatore Atletico, quelle indispensabili competenze non sempre acquisibili nell'attuale contesto culturale e sportivo.

Arnaldo Gruzza
Consigliere FIPL
Resp. Area Didattica FIPL