

Pedote sospende lâ attività e rimanda il varo

La vela nella realtà

Inviato da : RedHunter

Pubblicato il : 15/5/2020 17:10:24



Il progetto Vendée Globe di Giancarlo Pedote si basa sul concetto di 4PEOPLE, un valore condiviso con gli sponsor Prysmian Group e Electriciens sans frontières. Questo concetto si riassume bene nell'affermazione di Hervé Gouyet, presidente di Electriciens sans frontières (Elettrici senza frontiere in Italia): «Siamo tre attori in missione: condividere le nostre energie per aiutare gli altri, chi ha bisogno, ad avere accesso all'energia elettrica.

L'energia elettrica è una risorsa più importante di quello normalmente siamo propensi ad ammettere: la luce che la notte illumina le strade dando sicurezza a chi le utilizza; la corrente elettrica che ci permette di utilizzare gli elettrodomestici che ci aiutano nei lavori di casa; i computer e i cellulari che ci permettono di lavorare o restare in contatto con i nostri cari; l'elettricità per gli strumenti medici e per la santificazione degli ambienti. In questo periodo è più facile rendersene conto: basta pensare a quanto sia fondamentale l'energia elettrica negli ospedali, per chi ha bisogno di essi. E per tutti noi, quando restiamo a casa. È la riflessione di partenza di Giancarlo Pedote, skipper dell'IMOCA Prysmian Group, il quale, confinato a casa come tutti in questo periodo, continua a prepararsi per il Vendée Globe.

« Essere 4PEOPLE, per me e i miei sponsor, innanzitutto essere solidali con le persone che hanno bisogno. Di energia e acqua potabile, obiettivo principale dell'ONG Electriciens sans frontières che Prysmian Group ha invitato a salire a bordo con noi in questa campagna Vendée Globe; ma anche bisogno di protezione. Tutti abbiamo bisogno

di proteggerci e di proteggere i nostri cari, ogni giorno e ancor pi in questo periodo. Periodo in cui protezione significa seguire le disposizioni e prendere tutte le precauzioni. Per questo, come gi dichiarato, lo resto a casa, ».

lo resto a casa, non significa smettere di vivere. E neanche smettere di allenarsi.

Il confinamento sicuramente un'esperienza nuova per la maggior parte delle persone. Trovarsi a vivere in uno spazio ridotto, seppur il proprio, con una limitazione della propria libert, in balia delle preoccupazioni... per se stessi, per la propria salute, per la propria economia, per i propri cari. una situazione a cui le persone non sono abituate, che ha e che avr delle conseguenze che scopriremo tutti insieme.

« In questo momento denso di comunicazioni e riflessioni, forse vale la pena fermarsi e osservare. Osservare le proprie reazioni, emozioni, pensieri. Per conoscersi meglio e imparare qualcosa di pi su noi stessi e su chi vive insieme a noi", riflette Giancarlo Pedote. "Nel mio caso il confinamento significa soprattutto dover imparare a continuare la preparazione per il Vendee Globe in presenza costante dei bambini. Non semplice mantenere costante il livello di produttivit e nello stesso tempo essere a disposizione dei bambini che, giustamente, hanno bisogno dei genitori ».

I diversi lavori di preparazione al Vendee Globe

Prepararsi per il Vendee Globe implica anche tanto lavoro alla scrivania: lo studio della meteo, dei software di navigazione e delle istruzioni e dei percorsi di regata; il lavoro di organizzazione (dei file di verifica dei pezzi, dei file operazionali e di pianificazione...). Questi studi possono essere fatti anche a casa.

C' poi tutto il lavoro di "preparazione del quotidiano": lâ alimentazione a bordo, per il quale necessario prepararsi con largo anticipo; la preparazione dell'abbigliamento, anch'esso da sperimentare... una serie di temi sui quali possibile continuare a lavorare, temi che spesso, purtroppo, rischiano di essere accantonati per privilegiare le priorit legate all'imbarcazione.

Altri lavori, invece, possono essere adattati per continuare ad essere fatti anche da casa: lâ allenamento fisico, ad esempio, sicuramente va adattato. Le sessioni di allenamento in piscina e corsa di gruppo lasciano spazio ad allenamenti di rafforzamento muscolare in garage o nel salotto di casa, o sessioni di cardio e HIIT studiate per essere fatte sul posto o quasi.

Anche le riunioni con il team, gli sponsor e i collaboratori, possono essere mantenute, ma diventano virtuali...

« L'altra sera ho fatto una riunione aperitivo in video call con il mio preparatore mentale e il mio chinesiologo, con i quali sono anche amico. Abbiamo parlato di questa pandemia, della necessit di proteggere se stessi e gli altri con rispetto, buon senso, sistemi semplici e naturali per stimolare le proprie difese immunitarie. Soprattutto abbiamo parlato dell'importanza di mantenere un pensiero positivo, di combattere sia lâ indifferenza sia il panico. In questo momento di confinamento, il nostro stato

Il mio animo non cambierà la realtà delle cose, non influenzerà il decorso della pandemia. L'unica cosa che possiamo fare è cercare di essere tutti di aiuto e mantenere le nostre menti positive. A casa abbiamo fatto un cartello di divieto di entrare, e lo abbiamo messo nella porta di uscita, con uno smily perché non un divieto cattivo: un divieto che fa bene a noi stessi e al mondo. Un divieto 4PEOPLE», racconta Giancarlo Pedote.

«Aspettiamo che questa situazione si risolva, reagendo per quanto possiamo in maniera propositiva; cerchiamo di aiutare medici, infermieri, farmacisti rispettando le regole e mantenendoci sempre positivi, tutti uniti come un team, così che quando usciremo dal sistema depressionario, potremo ritornare a navigare più forti e sereni di prima. Che sia per il Vendee Globe 2020 o per il Vendee Globe che la vita di ognuno di noi. Intanto lo resto a casa e mi preparo».