IL POZZO



Periodico n°8 — Voci, storie e visioni del Club — Ottobre 2026



LADIES AND GENTLEMEN DON'T NEED RULES

Qualche tempo fa, sul tee della buca 1 di un campo che ho avuto occasione di giocare, mi sono trovato davanti a un cartello. Poche parole, in inglese:
"Ladies and gentlemen don't need rules."
Le signore e i gentiluomini non hanno bisogno di regole.
L'ho letto, ho sorriso e sono partito per il mio giro. Ma quella frase è rimasta con me per tutte le diciotto buche.
Perché il golf, in fondo, è proprio questo. È uno sport pieno di regole, eppure è forse quello nel quale le regole più importanti sono quelle che nessuno dovrebbe avere bisogno di ricordarci. Riparare un pitch mark. Rimettere a posto una zolla. Rastrellare un bunker pensando a chi ci finirà dentro dopo di noi. Non rallentare inutilmente il gioco. Abbassare la voce quando qualcuno sta per giocare. Utilizzare i Golf Car ricordandosi che sono un mezzo per muoversi sul campo e non un lasciapassare per arrivare proprio dappertutto.
Salutare.
Togliersi il cappello quando si entra in Club House.
E rispettare le persone che ogni giorno lavorano al Club: in campo, in segreteria, al caddie master, al ristorante. Perché il rispetto non dovrebbe mai dipendere dal ruolo che ricopriamo, né dovrebbe esserci bisogno di scriverlo in un regolamento.
Piccoli gesti. Nessuno dei quali ci farà giocare un colpo sotto il par. Ma che, messi tutti insieme, dicono molto del golfista che siamo.

E pensando a tutto questo, pensando al nostro Club, è difficile non ricordare il Maestro Eugenio Ridolfi. Per tanti anni Eugenio è stato, e credo possa essere considerato ancora oggi, uno dei depositari di questo modo di intendere il golf al Golf Club Verona. Generazioni di giocatori sono passate davanti a lui, hanno imparato un grip, uno swing, un colpo dal bunker. Ma insieme alla tecnica hanno imparato anche altro.
Hanno imparato che esiste un modo di stare sul campo e un modo di stare in un Club.
Un patrimonio fatto di rispetto, educazione, attenzione agli altri e amore per il gioco che non si trova scritto sullo score e che difficilmente si può insegnare con un regolamento. Si trasmette con l'esempio, giorno dopo giorno, generazione dopo generazione. Forse è anche per questo che, dopo aver letto quel cartello, ho pensato al Golf Club Verona.
Noi quel cartello al tee della 1 non ce l'abbiamo.
A pensarci bene, però, forse ce l'abbiamo addirittura prima.
Mi piace immaginarlo appeso al nostro cancello d'ingresso.
Anzi, permettetemi un piccolo moto d'orgoglio: mi piace pensare che non abbiamo nemmeno bisogno di appenderlo. Perché quelle parole dovrebbero essere già stampate dentro ciascuno di noi quando varchiamo quel cancello.
Ladies and gentlemen don't need rules.

Naturalmente le regole servono. E chi, come il sottoscritto per mestiere, ogni tanto è costretto anche a ricordarle, sa benissimo quanto servano.
Ma sarebbe bello che servissero sempre meno.
Perché un Club non diventa un luogo speciale grazie alla quantità dei suoi regolamenti, dei suoi cartelli o dei suoi divieti.
Lo diventa quando le persone che lo frequentano condividono spontaneamente un modo di comportarsi, un'attenzione verso gli altri e un rispetto per ciò che appartiene a tutti.
In fondo, forse, l'eleganza di un Club si misura anche dal numero di regole che non è necessario ricordare.
E c'è un'altra cosa che mi piace di quella frase.
Non parla di bravi giocatori.
Non parla di handicap.
Non parla di swing, di score o di classifiche.
Parla di ladies and gentlemen.
Perché si può essere ottimi golfisti senza essere necessariamente gentiluomini. E si può giocare 36 di handicap ed esserlo fino in fondo.
Forse è proprio questo uno degli insegnamenti più belli che il nostro sport continua a portarsi dietro da secoli.
La prossima volta che entrerete al Golf Verona, guardate per un attimo il nostro cancello.
Il cartello non lo vedrete.
Ma mi piace pensare che ci sia.
O, ancora meglio, che non ci sia bisogno di metterlo.

Andrea

IL POZZO CAMBIA VESTE

I lettori più attenti se ne saranno già accorti: da questo numero Il Pozzo si presenta con una veste grafica rinnovata. Un piccolo cambiamento nell'immagine, non nello spirito. Continueremo a raccontare il nostro Club, le persone che lo vivono, il campo, lo sport, gli appuntamenti e le tante storie che fanno parte del Golf Club Verona. Cambiare veste significa anche provare a rendere queste pagine ogni volta un po' più piacevoli, immediate e capaci di rappresentarci. Il Pozzo cambia nell'aspetto, ma resta il nostro Pozzo.



QUANDO IL GOLF DIVENTA UNA QUESTIONE DI MENTE

La Gara Nazionale 54 buche in programma al Golf Club Verona ci offre l'occasione per parlare di un aspetto del golf che, nell'attività agonistica ma non solo, può fare una grande differenza: la componente mentale.

Perché non occorre necessariamente giocare una Gara Nazionale per scoprire quanto la mente possa influire sul nostro golf. Qualunque giocatore, indipendentemente dall'handicap e dai propri obiettivi, può trovarsi a fare i conti con aspettative, tensioni e difficoltà nell'esprimere sul campo ciò che sa fare. Per questo abbiamo chiesto a Isabella Biasia, Mental Coach, di raccontarci in cosa consiste il lavoro mentale applicato al golf e come possa diventare uno strumento utile per conoscere meglio il proprio gioco e, soprattutto, se stessi.

Lasciamo a lei la parola. Nel golf agonistico c'è un momento in cui la tecnica, la preparazione e le ore di allenamento devono lasciare spazio a qualcosa di diverso: la capacità di giocare quello che si sa fare, proprio quando la pressione aumenta.

È in questo spazio che si inserisce il mio lavoro di Mental Coach. Quando seguo un agonista, non parto mai dall'idea di insegnargli a "pensare positivo" o di eliminare la paura. Parto da una domanda molto più concreta: cosa uccede a questo giocatore quando la gara diventa importante?

Perché ogni atleta ha il suo modo di reagire alla pressione. C'è chi comincia a controllare eccessivamente lo swing. Chi anticipa mentalmente il risultato. Chi dopo un errore non riesce più a liberarsi del colpo precedente. Chi sul primo tee sente il peso delle aspettative. Chi, invece, gioca bene finché non si rende conto di essere in una posizione importante di classifica. Non esiste quindi una mentalità vincente uguale per tutti. Esiste un lavoro mentale costruito sulla persona e sul giocatore. Il mio lavoro comincia prima della gara. Una parte importante avviene lontano dal campo. Con l'atleta, cerco di capire quali sono i pensieri che compaiono nei momenti di pressione, quali emozioni li accompagnano e soprattutto quali comportamenti ne derivano. Perché dire a un giocatore "non pensarci" quando ha paura di sbagliare, non serve. Se vogliamo intervenire, dobbiamo prima capire che cosa sta cercando di controllare e perché. A volte il problema non è la paura dell'errore, ma quello che quell'errore significa per l'atleta: perdere posizioni, deludere qualcuno, non raggiungere un obiettivo, dimostrare di non essere abbastanza bravo. Ed è lì che il lavoro diventa interessante. Non cerco di eliminare le emozioni. Cerco di insegnare al giocatore a riconoscerle senza farsi guidare da loro. In gara non si cerca la mente perfetta.



Una delle cose che cerco maggiormente di trasmettere agli agonisti è che non devono aspettare di sentirsi perfettamente tranquilli per giocare bene.

La tensione può esserci.

La paura può esserci.

Il cuore può battere più velocemente.

Un colpo può essere andato completamente fuori piano.

Tutto questo può accadere senza compromettere necessariamente il colpo successivo. Il punto è imparare a non trasformare una reazione normale alla pressione in una seconda difficoltà.

Per questo lavoriamo molto sulla routine, sulla respirazione, sull'attenzione e soprattutto sulla capacità di tornare al presente. Nel golf il presente è estremamente concreto: questo colpo, questo bersaglio, questa esecuzione.

Non il risultato finale.

Non il punteggio che vorrei avere.

Non quello che stanno facendo gli altri.

Il colpo che sto per giocare.

Dopo un errore, il lavoro mentale diventa ancora più importante.

Perché sbagliare un colpo è inevitabile. Continuare a giocarlo nella propria testa per le successive buche, invece, è qualcosa su cui si può intervenire.

Insegno al giocatore come costruire una vera e propria capacità di "chiudere" il colpo.

Riconoscere quello che è successo.

Lasciare andare la componente emotiva.

Raccogliere, se necessario, l'informazione tecnica.

E poi tornare al gioco.

Non significa fare finta che l'errore non sia successo.

Significa impedirgli di diventare il protagonista della buca successiva.

Il mio obiettivo non è controllare la mente dell'atleta, anzi, è quasi il contrario. Voglio che l'atleta impari a non dover controllare di continuo la propria mente. Un golfista sotto pressione può iniziare a controllare tutto: il movimento, il pensiero, il respiro, la traiettoria, la sensazione del corpo.

Più cerca di controllare, più rischia di allontanarsi dall'esecuzione.

Il lavoro mentale serve anche a creare fiducia nella propria preparazione e nella propria capacità di eseguire, lasciando che ciò che è stato allenato possa emergere.

Per questo non lavoro soltanto sulla gara. Lavoro sull'allenamento, sulle abitudini, sul modo in cui l'atleta interpreta un errore, sulla relazione con le aspettative e sulle capacità di stare dentro alle situazioni difficili.

Perché la solidità mentale non si costruisce sul primo tee, si costruisce prima, per poter essere utilizzata quando serve.

Ogni gara è anche un laboratorio. Per me una competizione non è soltanto il momento in cui si cerca un risultato. È un'occasione per conoscere meglio il proprio gioco e, soprattutto, il proprio modo di stare dentro al gioco.

Una gara può dirci molto di un atleta. Può mostrarci cosa succede quando è in vantaggio, quando deve recuperare, quando sbaglia, quando sente di avere qualcosa da perdere o quando il risultato comincia a diventare concreto.

Sono informazioni preziose. Ed è proprio da queste informazioni che nasce il lavoro successivo.

Il mio obiettivo, alla fine, non è avere un atleta che in campo ripete continuamente frasi motivazionali.

È avere un atleta che, anche quando la gara si complica, sa riconoscere quello che gli sta succedendo e sa tornare a giocare.

Perché nel golf agonistico la mente non deve essere perfetta. Deve essere allenata. E soprattutto deve diventare una risorsa che accompagna il giocatore, senza sostituirsi al suo swing, alla sua tecnica e alla sua capacità di giocare.

Una gara non si perde necessariamente con un colpo sbagliato.

A volte si perde nei colpi che continuiamo a giocare nella nostra testa, perché la mente deve essere pronta a ripartire.

Un colpo alla volta.

Isabella Biasia

BUON COMPLEANNO A...

ANNA GIULIA DAL LAGO, GIOVANNI CERADINI, ROBERTO ROMANIN JACUR, ALBERTO FURLANI, MARTA BATTOCCHIA, SIMONE CABIANCA, GABRIELE ARSENIO, GIANFRANCO LESO, LEONARDO GOZZO, ELISABETTA GRECO, ANNA TOSI, SIMONE BRIGADOI, SILVIA MARIA CAVALLERI, PIER ANGELO DE BASTIANI, DONATELLA STEFANI, ANDREA GRECO, BARBARA THURNER, BEATRICE FADINI, MADDALENA FADINI, WANDA MENDINI, JOHANNES ZELGER, PIETRO DA SACCO, GREGORIO DE AMICIS, MATTEO MARAIA, MASSIMO FABBIANI, MAURO GOBBI, FRANCO MILLER, LUIGINA MOIOLI, PRASSEDE ZANONI, ANNA MILLER, GIOVANNI MANASSERO, JOHANNA RIMBL, ANTONINO BIROCCIO.