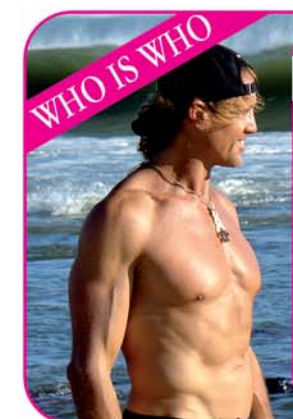


BOTTOM TURN

Inizia da questo numero un approfondimento sui movimenti base del wave riding, ovvero il Bottom Turn, il Cut Back e per finire l'Aerial. Il nostro esperto, Massimo Mannucci, ci introduce nell'armonioso mondo delle surfate spiegandoci cosa fare per eseguire un perfetto Bottom Turn, distinguendo anche le due tecniche in base al tipo di tavola utilizzata: Twinzer o Sigle Fin.

TESTO DI Massimo Mannucci • FOTO DI Felice Zompanti • PLACE Sud Africa



WHO IS WHO

MASSIMO MANNUCCI

Forte e vivace waver toscano, trascorre la maggior parte del suo tempo tra il Sud Africa e Maui, possiede un'ottima preparazione sia a destra che a sinistra. Maniaco del trimm e della preparazione fisica, un perfezionista dell'arte del wave riding. I suoi sponsor sono: Goya Boards, Simmer Sails, Maui Fin C., Maresia, Teva, Piansa-Firenze, CentroSurfFirenze.



WIND
direction

FULL POWER CARVING



WIND
direction

STRAIGHT IN THE POCKET

INTRO

Il windsurf è uno sport di grandi appassionati, e ognuno di noi riesce, chi più chi meno, ad arrivare a fare il grande passo: surfare un'onda. Non c'è dubbio che la soddisfazione nel raidare, ovvero far scivolare la tavola in basso e in alto su quell'onda, ti crei scompensi cerebrali per settimane intere; purtroppo la tua vita ha subito il drammatico punto di non ritorno... Ci sei entrato dentro, diventi schiavo di questo bellissimo gioco: il wave riding! All'inizio ti accontenti, consapevole che ancora il tuo livello non è eccelso, poi, desideri sempre di più, onde sempre più perfette, lisce, grandi...

Per spadacciare come il migliore dei moschettieri! Il wave riding richiede due movimenti base: 1) Bottom Turn 2) Cut Back L'uno è complementare dell'altro, senza un buon Bottom il Cut Back non sarà mai esaltante, al contrario, la giusta esecuzione permette sinergia, ed entrambe le manovre diventano una cosa sola, con risultati eclatanti. Ci sono due modi di affrontare il Bottom Turn, vediamo quali sono.

FULL POWER CARVING

È senza dubbio il Bottom Turn più bello da vedere, quello che dà maggiori soddisfazioni. Lo si esegue spesso con condizioni di onda ben formata, diciamo da logo in su. La velocità è alla base della riuscita di questa manovra. Sei sceso giù da una bella massa d'acqua con ottimo tempismo, la parete davanti a te si sta formando e tu decidi di darci dentro ed andare fino in fondo alla base di quell'onda così bella con la massima velocità disponibile, sfruttando anche, consapevolmente, la lunga discesa. La pressione sui rails della tua tavola è omogenea, per far sì che la tavola non perda la massima velocità, il corpo è completamente proiettato in avanti con il braccio della mano dell'albero (quello

vicino alla maniglia del boma) che si estende al suo massimo, contemporaneamente la mano della vela cazza la bugna, (quella posteriore, posizionata vicino alla balumina della vela). In questa posizione devi mantenere la velocità, senza indugi né sforzi, la vela è completamente scarica di vento, ben distesa sul pelo dell'acqua, l'abbrivio della discesa e della posizione ti fa carvare l'acqua con lo sguardo libero da ogni impedimento e in "focus" sul lip dell'onda di fronte a te. Successivamente devi alleggerire tutto il peso cercando di far coincidere questo momento con una elevazione del corpo e la conseguente apertura della vela, ora sei pronto per il tuo miglior Cut Back.

Questo tipo di Bottom è estremamente consigliato con tavole Single Fin. **STRAIGHT IN THE POCKET** Questo tipo di Bottom Turn lo si utilizza spesso su onde medio piccole, dove il tempo di manovra è molto ridotto. Se tra un Bottom e un altro il tempo di break dell'onda è molto ridotto e non c'è abbastanza tempo, devi aggredire! Questo è il Bottom da usare. È un Bottom che si affronta con una certa disinvoltura. Sei uscito da un'onda media e il lip di fronte a te si sta già formando molto velocemente, per non perdere tempo preziosissimo, resti sul "face"

dell'onda (in questo caso si parla di "pocket"), l'anca interna del tuo corpo si sposta aggressivamente verso la faccia dell'onda e la vela è bella carica di vento, spingi sui rails cercando di indirizzare la prua della tavola il più verticale possibile all'impatto con il lip. Spesso in questi casi metà della tavola è dentro l'acqua, e nelle tavole con twinzer una delle pinnette è addirittura fuori dall'acqua. In questo caso devi fare molta pressione con i piedi e contemporaneamente cercare di allargare il più possibile le mani sul boma. Il tuo sguardo è solo sul lip... Vai e spaccalo in due! Questo tipo di Bottom è consigliato con tavole Twinzer.