

L'esperienza olimpica di Jason Solari

Parigi 2024 è ormai passata alla storia. Parte di questa storia è sicuramente anche Jason Solari di Malvaglia che ha partecipato alle competizioni alla Pistola 10m che si sono svolte a Chateauroux a circa 300km a sud-ovest di Parigi

di Luca Filippini

Jason, che lavoro fai e come combini lo sport ad altissimo livello con le tue altre attività?

Lavoro al 50% come metalcostruttore in una ditta in valle e il resto del tempo lo uso per allenarmi rinunciando a buona parte del mio tempo libero.

Quante ore ti alleni a settimana allo stand di tiro?

In una settimana standard mi alleno al poligono di tiro per circa 15 ore effettive.

Oltre all'attività al poligono, svolgi anche allenamenti fisici in palestra, mentali e altro?

Sì, sono tante le cose importanti da allenare oltre alla tecnica di tiro. Dedico circa altre 10 ore per la muscolazione in palestra, l'allenamento fisico e la rigenerazione.

Com'è stata la tua preparazione specifica per i giochi?

Grazie al sostegno dell'Esercito ho potuto allenarmi come professionista per due mesi interi al 100%. Inoltre ho potuto partecipare a un campo di allenamento di una settimana in Francia a Bordeaux assieme ai tiratori della squadra francese, fatto che mi ha permesso di misurarmi con altri atleti di alto livello.

Le tue impressioni durante le gare; un aneddoto che ricordi con piacere...

I partecipanti ai Giochi Olimpici sono circa un quarto di quelli ai Campionati del mondo o in Coppa del mondo. Però tutta la manifestazione è più strutturata e chiaramente molto più mediatizzata di altre gare a cui ho partecipato.

L'aneddoto... le mie scorte di cibo vallerano ("*crenga e salam*") sono durati veramente poco... a causa dei colleghi.

Che impressioni hai avuto sul posto e sulla gente, sempre che tu abbia potuto "girare" un pochino...

Chateauroux è in mezzo al nulla e dunque offre anche pochi svaghi. Il personale e gli aiutanti sul posto erano molto disponibili e gentili.

Cosa porti con te dopo questa esperienza?

Tanti ricordi e una grande soddisfazione per essermi qualificato ai Giochi Olimpici. Anche se la gara è sempre la stessa, ai giochi è tutt'altra esperienza che mi può solo aiutare a migliorare.

Prossima stagione?

A breve inizia la stagione indoor e i miei obiettivi sono i Campionati Europei di marzo in Croazia e le gare di coppa del Mondo?

Ringraziamo Jason per la chiacchierata e gli porgiamo i migliori auguri per il futuro.