

Costantino Rocca, l'asso di bastoni



Rocca nasce il quattro dicembre 1956 ad Almenno San Bartolomeo (Bergamo). È sposato dal 1981 con Antonella, padre di Chiara (quattordici anni) e Francesco (otto anni). All'età di sedici anni abbandona la scuola per andare a lavorare, arrotondando i guadagni il sabato e la domenica al Golf Club l'Albenza (Bergamo). E' stato proprio a ventitré anni che la sua vita è cambiata quando, dopo averne trascorsi otto alla catena di montaggio in una fabbrica di scatole in polistirene e avendo la possibilità di giocare a golf una sola volta al mese, gli è stato proposto di diventare caddie master all'Albenza. Due anni dopo era 4 di Handicap, passava professionista e andava a Roma a prendere il brevetto di insegnante. Professionista dal 1981, inizia la scalata al successo nel 1993, vincendo l'Open V33 du Grand Lyon e il Peugeot Open de France. La doppia affermazione gli permette di partecipare, lo stesso anno, primo italiano nella storia, alla Ryder Cup. Nel 1995 ha collezionato una serie di piazzamenti d'onore nel British Open (battuto ai play-off da John Daly), nel Turespana Open, nell'European Master, nell'Open delle Balleari e nel Benson&Hedges, classificandosi terzo nell'Open d'Italia alle Rovedine. Nel 1996 si è imposto nel Volvo Pga Championship; l'anno seguente si è aggiudicato il Canon European Master in Svizzera. Nel 1997, in Ryder Cup, sul campo di Valderrama contribuendo al successo dell'Europa. Ha partecipato a nove edizioni della World Cup, l'ultima nel '98. In Nuova Zelanda, dove ha conquistato la medaglia

d'argento in coppia con Massimo Florioli.

Il successo è dovuto anche alla innata naturalezza e spontaneità: Costantino Rocca non ha nulla della classica star, è un uomo diponibile e amabile. Il nostro campione è il simbolo dell'uomo che si è fatto da solo senza diventare superbo o snob. Un portavoce del golf italiano nel mondo di cui siamo particolarmente fieri.

Golf Magazine: Quali sono gli elementi più importanti nel golf?

Costantino Rocca: Psicologia, tecnica e preparazione atletica.

Una buona impostazione psicologica è fondamentale soprattutto all'inizio. Bisogna conoscere le proprie potenzialità, porsi dei traguardi. Il traguardo è personale, per alcuni la vittoria, per altri la qualifica, ma la pressione che si mette addosso è comunque la stessa. La psicologia è questo: se sei convinto di quello che sai fare, lo fai con sicurezza e il più delle volte ti riesce.

La tecnica è fondamentale. Nel proprio bagaglio tecnico bisogna avere tutti i colpi. Bisogna creare un buon feeling con ogni tipo di colpo, praticarlo, quando capiterà di doverlo giocare bisognerà essere sicuri di saperlo fare. La tecnica è molto importante ma non bisogna sottovalutare la tecnologia ossia nuovi shaft che annullano quasi la differenza tra giocatori potenti fisicamente e meno dotati. Questa nuova tecnologia dona ad entrambi la possibilità di effettuare tiri lunghi e dritti.

Da non trascurare la preparazione atletica. Nel golf ci sono muscoli che devi preparare più di altri. Bisogna smettere di considerare il golf un gioco, quando si arriva a un certo livello è uno sport a tutti gli effetti, ecco allora che la forma fisica assume la sua importanza. Giocare diciotto buche è faticoso, senza contare che la tensione irrigidisce i muscoli e si devono imparare movimenti che li sciolgono.

G. M.: Esiste un talento naturale nel gioco del golf?

C. R.: Anche nel golf esistono i fuori classe, i campioni che posseggono delle doti naturali, come Ballesteros, per esempio.

G. M.: Cosa pensa dell'inizio di alcuni giocatori famosi come caddie (Isao Aoki,...), può essere utile per acquisire una buona tecnica di gioco?

C. R.: Guardando si impara, certamente. Non è sufficiente, ma è importante. In Italia sono pochi i caddie perché non fa parte della nostra tradizione, però posso affermare che la maggior parte dei professionisti italiani proviene dalla strada.

G. M.: E' molto importante elaborare uno stile personale?

C. R.: Ognuno di noi ha un suo stile peculiare. Poi, come dicevo prima, guardando gli altri giocare si impara. Può capitare di restare colpiti da come alcuni giocatori puttano o

da come approcciano, perciò si tenta di fare propri, senza copiare, degli stili. Viene istintivo cogliere delle sollecitazioni positive e modificarle sulla base della propria esperienza e della propria capacità.

G. M.: Come riesce a mantenere la concentrazione?

C. R.: *Mantenere la concentrazione è difficile, particolarmente durante i più giorni destinati ai tornei. È l'esperienza che conta, saper stare in campo, riuscire a sopportare i colpi sbagliati senza scoraggiarsi per poter realizzare poi i colpi migliori.*

G. M.: Come mai ha scelto di diventare testimonial Unicef?

C. R.: *Fare del bene è importante. Da poco ho fondato con un amico un'associazione a scopo benefico, l'abbiamo chiamata Birdie.*

G. M.: Quando capì che voleva diventare un giocatore di golf e vivere giocando a golf?

C. R.: *L'ho capito veramente quando sono diventato professionista nel 1991. Prima volevo insegnare, poi invece ho scelto la via del pro.*

G. M.: Quali sono i segreti del Suo gioco?

C. R.: *La forza di volontà, la costanza e l'umiltà.*

G. M.: Non ha mai pensato di scrivere un libro?

C. R.: *No, non ci ho mai pensato. I miei pensieri e le mie energie sono dedicate al gioco.*

G. M.: Ritieni che il golf sia veramente un gioco nobile che rispetta molto le regole?

C. R.: *Penso che sia uno sport che possa aiutare a rispettare le regole, a me ha insegnato molto: il rispetto per gli altri, per la natura. È uno sport bello proprio per le regole, perché così diventa completo.*

G. M.: Il gioco del golf è spettacolo secondo Lei, come lo era per esempio per Arnold Palmer?

C. R.: *Certamente, lo spettacolo fa parte del golf. In Italia si sente meno questo aspetto di spettacolarizzazione, all'estero invece è normale. Speriamo che anche qui diventi un elemento fondamentale di questo sport. Significherebbe che il golf.*

G. M.: Quanto conta la dieta per ottenere buoni risultati a livello professionale?

C. R.: *La dieta è importante, come per qualsiasi tipo di sport. Portare cinque chilogrammi in più, tanto per fare un esempio, per otto chilometri a piedi, è pesante.*

G. M.: Esiste una tattica di gara? Per esempio l'australiano Peter Thomson iniziava tranquillamente, faceva due giri normali e il finale in crescendo.

C. R.: *Dipende molto dallo stato d'animo con il quale entriamo in campo. È una questione personale, di carattere ma anche di bravura. Nel golf vige una legge: meno colpi fai, meglio è. Non credo che esista perciò una vera tattica di gioco, perché l'unica legge da rispettare è quella che ho*

appena citato. Esistono invece delle strategie per superare gli ostacoli, per uscire dai bunker, per le pendenze...

G. M.: È vero che il golf è lo sport che ti permette di vincere fino a quarantacinque anni, e che il calo è solo dopo quell'età?

C. R.: *Credo che il golf sia uno sport unico, proprio perché dà la possibilità di giocare fino a tarda età. Se un appassionato di golf è in grado di reggersi sulle gambe, può tranquillamente ancora giocare a ottantasei anni o anche oltre. A livello agonistico ci sono giocatori di settantacinque anni che giocano bene e vincono tranquillamente: hanno acquisito esperienza e inoltre si divertono!*

G. M.: Quanto è importante iniziare a giocare giovani a golf? Lei iniziò a sette anni, giocando al buio in un campo vicino a casa. Ci racconti la Sua esperienza.

C. R.: *Veramente a sette anni giochicchiavo... però credo che effettivamente sia importante iniziare da piccoli. Sette od otto anni è l'età giusta, dato che lo swing non è un movimento naturale. Credo che si dovrebbe sentirsi dentro l'attrazione verso questo tipo di sport, il bambino non va costretto a giocare. Iniziare da piccoli è una carta vincente per chi poi prosegue in questo tipo di sport, perché ciò che si impara da bimbi diventa parte del nostro vissuto e non si dimentica facilmente.*

G. M.: Conta per lei avere tifo alle gare oppure ne è innervosito - come Bobby Jones - ?

C. R.: *Più persone ci sono durante i tornei più sono contento. Avere del pubblico che tifa per te è bello, l'energia che il pubblico ti regala è carica di positività. Bisogna fare attenzione a non caricarsi troppo, però, perché altrimenti si perde di concentrazione.*

G. M.: È importante avere dei buoni maestri per raggiungere dei risultati?

C. R.: *L'insegnamento è importante, per l'impostazione, soprattutto se una persona non è dotata di swing naturale. Credo comunque che sia fondamentale sperimentare, esercitarsi per capire le difficoltà e far loro fronte con le azioni più idonee... l'esperienza va fatta e va fatta da soli, nessuno la può regalare o inculcare, per quanto lo desideri. Avere una persona vicina che ti segue è in ogni caso uno stimolo positivo che può spingere a fare meglio.*

G. M.: Il golf è fatto anche di momenti magici: ce ne racconti qualcuno.

C. R.: *La Ryder Cup del 1995 è forse il ricordo più bello di tutta la mia carriera golfistica. Giocare per la squadra è appassionante, ci metti tutto, cuore e anima, perché il risultato non conta solo per te, ma anche per i compagni, per il tuo Paese, o meglio per l'Europa, visto che si tratta di una sfida tra due continenti. Ho giocato bene tutti e tre i giorni, ma un colpo in particolare è rimasto negli annali: la buca in uno alla 6 di Oak Hill. Non ci crederete, ma giocando nei giri di pratica mi ero immaginato di fare buca in uno, proprio lì, alla 6 di Oak Hill.*