

C'è una "rampa" che porta al podio, ma la strada per arrivarci è esattamente la stessa

## MA LA STRADA PER ARRIVARCI È ESATTAMENTE LA STESSA

Harken Staff



Photo courtesy John Ruf

**VELISTA DA SEMPRE**, John Ruf ha conseguito una laurea in legge presso la University of Wisconsin—Madison. Attualmente è il Vice President Compliance Officer presso lo studio Robert W. Baird & Co a Milwaukee, Wisconsin (USA). John abita sul lago di Pewaukee: le acque "di casa" della Harken.

*"Nella vela, la parte mentale è preponderante rispetto a quella fisica. Con la mente, si possono sia creare che risolvere tantissimi problemi: è come una partita a scacchi senza scacchiera"*

—John Ruf



Wendy Vertz Photo

**J**ohn Ruf era un velista "da circolo" di livello medio che amava regatare con la sua barca contro gli amici più di qualunque altra cosa al mondo. A volte vinceva e a volte perdeva, ma alla fine della giornata, la parte migliore era sempre il ritorno al Circolo e il racconto di storie un po' esagerate sulle regate. Oggi, la concentrazione di John nello sport della vela è cambiata drasticamente, infatti è deciso a puntare a un bersaglio più grande: una medaglia olimpica.

L'ambizione di John di gareggiare nelle Olimpiadi è grande e con la classica ricetta dell'allenamento costante e del lavoro sodo, l'obiettivo è raggiungibile. Ha un allenatore e si prepara con dedizione, ma — come per quasi tutti noi — ci sono dei momenti in cui gli è difficile trovare dentro di sé la forza di continuare. John Ruf deve cercarla molto più a fondo della gran parte delle persone, perché anche le operazioni più semplici per lui sono enormemente impegnative. Abbiamo detto che è paraplegico costretto su una carrozzella?

### Colpo di Testa

Quando John regatava con gli E-Scows sul lago di Pewaukee (USA-Wisconsin), non ha mai preso in considerazione le Olimpiadi, perché le regate a livello di Circolo gli davano tutte le soddisfazioni che voleva. Ma dopo che si trovò obbligato su una sedia a rotelle, si rese conto che non avrebbe mai più gareggiato con il suo E-Scow.

"Un giorno, leggendo *Sailing World* mi imbattei nella descrizione di un 2.4. Nello stesso numero, lessi un articolo sulla vela per i disabili e appresi che il 2.4 sarebbe stata una classe nelle Paraolimpiadi. L'idea che avrei potuto conquistare la stessa medaglia di un velista olimpionico nella classe Finn mi affascinava.



Photo courtesy John Ruf

Magari c'è una rampa che porta al podio, ma la strada per arrivarci comunque è esattamente la stessa", ha pensato John.

Lentamente, l'idea prese forma e John ha trasformato un avvenimento di quelli che ti cambiano la vita e che l'avrebbe potuto sconfiggere, in una possibilità di eccellere nello sport che ama.

Il 2.4 è una versione in scala ridotta di una classe metrica molto più grande (tipo 12M SI). In questa barca il velista si posiziona molto in basso nello scafo, con la sola testa sopra il livello della coperta, consentendogli di controllare tutto con le mani da una posizione seduta: la soluzione perfetta per John.

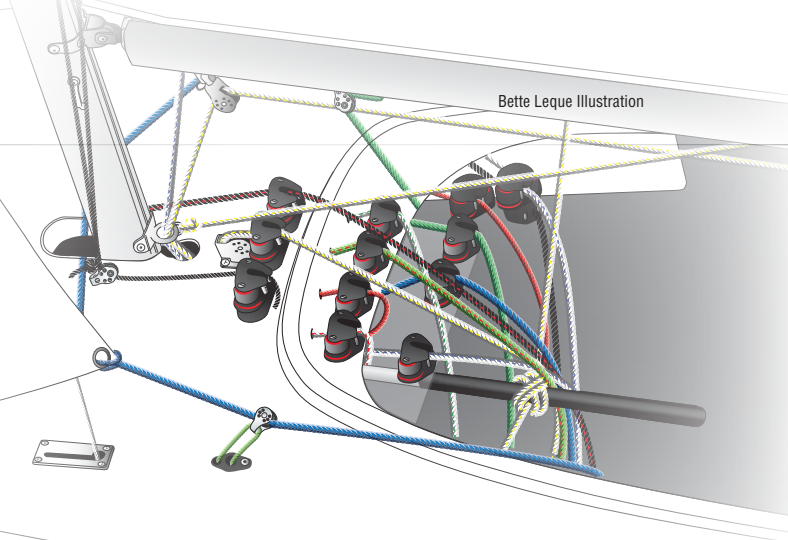
Un altro vantaggio è che sebbene il 2.4 sia stato selezionato come Classe Olimpica per velisti disabili, spesso le regate si svolgono con velisti normodotati e disabili che regatano insieme, alla pari, sullo stesso percorso.

### Libertà ed Amicizie

Ciò che a John piace di più, del suo 2.4, è che quando è in acqua non pensa mai alla sua disabilità e alle difficoltà quotidiane che lo accompagnano.

"Dopo una regata, mi sono reso conto che non avevo mai pensato, neanche una volta, al fatto che non ero sulla mia sedia a rotelle. Non sono appeso ad un trapezio, non gareggio su un 49er, ma per quanto riguarda la condotta del mio 2.4, la sedia a rotelle non mi ostacola, come fa per tutto il resto. Non ci sono molte altre cose, tra quelle che faccio, che mi danno la stessa sensazione".

John dice che uno degli aspetti più importanti che gli ha dato la vela sono le amicizie. "A pensarci bene, tutte le mie amicizie sono nate dalla vela. Non sono solo amicizie 'da vela', perché non è quello l'unico argomento delle nostre conversazioni. Mi ritengo molto fortunato per aver conosciuto queste persone. Sono molto importanti per me".



Bette Leque Illustration

### Pronti per Qingdao

John spera di rappresentare gli Stati Uniti nella classe 2.4 alle Paraolimpiadi del 2008. Non avrà neanche un minuto per pensare alla sua condizione di paraplegico: infatti, sarà concentrato esclusivamente sulla necessità di gareggiare al meglio contro concorrenti ai massimi livelli. Se John vincerà una medaglia, sarà fantastico. Se non la vincerà, andrà comunque bene, perché avrà comunque raggiunto traguardi molto importanti: l'esperienza di una competizione Olimpica è il vero premio.

Dopo le Olimpiadi, John tornerà al suo circolo sul lago di Pewaukee e racconterà le sue esperienze agli amici bevendosi una birra. E alla fine, non è questa una delle cose migliori della vela: avere delle splendide storie da raccontare ai tuoi migliori amici?

### SITI WEB

**Shake-A-Leg: Miami** [www.shakealegmiami.org/](http://www.shakealegmiami.org/)

**Shake-A-Leg: Newport** [www.shakealeg.org/](http://www.shakealeg.org/)

**Team Paradise:** [www.teamparadise.org/](http://www.teamparadise.org/)

**International 2.4 Metre Class:** [www.inter24metre.org](http://www.inter24metre.org)

**International Association for Disabled Sailing Alternatives:** [www.sailing.org/](http://www.sailing.org/)

Betsy Alison, cinque volte vincitrice del premio Rolex per la migliore velista statunitense dell'anno e due volte Campionessa Mondiale Yingling, è l'allenatrice della squadra USA per le Paraolimpiadi. Recentemente, ha presentato al gruppo un velista a quattro zampe di nome Morrow, un cane di assistenza di razza Labrador/Golden Retriever che accompagnerà la squadra alle regate. Morrow è stato addestrato a raccogliere e trasportare giubbotti di salvataggio, utensili, stampelle e altri piccoli oggetti. Inoltre, trainerà le sedie a rotelle su per le rampe dei moli e aiuterà nei salvataggi in acqua. Ma forse il compito principale di Morrow è di servire da anti-stress per la squadra. Gli piace tantissimo andare in acqua nella barca dell'allenatrice e si diverte in modo speciale quando interagisce con gli altri velisti.



Photo Courtesy Betsy Alison