

Nuoto Artistico

Sono Simone Maranca, dottore in scienze motorie e dal 2019 lavoro nel nuoto artistico come preparatore acrobatico e atletico. Ho iniziato questo percorso quasi come una sfida: valutare se le mie conoscenze pregresse di cheerleading e ginnastica artistica potessero funzionare anche per le spinte in acqua.

Nel mio percorso in questa disciplina ho lavorato con molte persone di fama nazionale, cercando di imparare sempre di più. Adesso collaboro con società in tutta l'Italia, e di tutti i livelli, da i più piccoli agli atleti più esperti.

Non mi importa il livello di partenza di una squadra, perché credo fermamente che un lavoro ben impostato, programmato e studiato sulle tecniche di base possa far arrivare chiunque al successo, in totale sicurezza, riducendo al minimo la percentuale d'infortunio.

Non è vero che per raggiungere un livello tecnico alto bisogna sempre predisporre di attrezzature all'avanguardia, con le giuste conoscenze e competenze può bastare anche solo il bordo vasca.

Mi piace entrare in connessione con chi alleno per comprendere le sue paure, ed aiutarlo a superarle. Adoro vedere come squadre che partono da zero riescono a raggiungere elementi tecnici creduti impossibili, per me la sfida è questa: dimostrare agli atleti che possono farcela anche loro.

CHEERLEADING

Sono Simone Maranca, dottore in scienze motorie, ex atleta della nazionale italiana, tecnico di ginnastica artistica e coach brevettato ICU.

Sono in questo mondo dal 2014, e posso dire che continua a stupirmi, perché alla fine uno sport così complesso ti entra nella mente e ci rimane per sempre.

Nel mio percorso da atleta ho cambiato varie squadre così da imparare quanto più possibile da ognuna di esse. Ho dedicato molto al cheerleading, costruendo la mia vita in sua funzione, sacrifici e impegni sono all'ordine del giorno, ma alla fine la dedizione e la passione ripagano sempre. Del cheerleading amo l'energia che mi trasmette, la forza e la leggerezza.

A 19 anni però ho capito che volevo costruire qualcosa di più solido, qualcosa di mia creazione, qualcosa con il mio stile, e nonostante sia stato uno dei coach più giovani e folli di sempre ho deciso di aprire la mia squadra: Rocket cheer team, dove continuo tutt'oggi a gareggiare.

Credo che la mia esperienza poliedrica possa dare molto ai miei atleti, adoro accompagnarli nel percorso di crescita tecnica e vedere l'entusiasmo che mettono nel superare i propri limiti.

Ho collaborato con diverse società in Italia, dalle squadre peewee ai team senior, dal livello 1 al livello 5.

Per me non è importante il livello di partenza di un team, ma è importante la volontà di andare avanti, di migliorarsi, e di confrontarsi, cercando sempre di trarre il lato migliore da tutto, anche dalle sconfitte, perché imparare a perdere vuol dire imparare a migliorare, ad essere umili, e ad andare avanti.

Tutt'ora continuo ad essere uno dei migliori tumbler in Italia, adoro insegnare e costruire nuovi elementi. Mi piace creare routine diverse dal solito, con elementi legati tra loro in maniera creativa e inaspettata, credo che ogni esercizio debba essere cucito perfettamente su chi lo

eseguirà, di modo che possa sentirlo come proprio, e possa dare il massimo nel farlo.