

# Ardea, la 15enne Ilaria di Mitri selezionata per la Materclass Endurance

Di Redazione - 30 Aprile 2019 - 16:59



Una ragazza di **Ardea** tra i sei selezionati per la prima Masterclass di endurance a livello internazionale ideata da **Italia Endurance Academy**: una promessa per il futuro della disciplina equestre. «Un'esperienza fantastica. Ho imparato tante cose nuove che prima non sapevo». È entusiastico il giudizio di **Ilaria Di Mitri** sulla Masterclass di endurance appena conclusasi ad Agello (PG). Selezionata a livello europeo assieme ad altri cinque riders, la giovane di Ardea (classe 2004), tesserata con il circolo ippico umbro **Wild Horse ASD**, ha potuto così trascorrere quattro giorni (23-26 aprile) di autentica full immersion nel mondo dell'endurance, in compagnia dei più grandi professionisti italiani della disciplina equestre.

## Cos'è l'endurance

L'endurance è, dopo il salto a ostacoli, il secondo sport equestre più diffuso al mondo. Le sue origini risalgono ai Pony Express, il servizio di posta prioritaria americano che tra il 1860 e il 1861 collegava la costa atlantica con quella pacifica tramite l'utilizzo dei cavalli. Tale sistema, che contava su una sorta di staffetta tra i vari

Pony Express, si rivelò straordinariamente efficace, riducendo di molto i tempi di recapito della posta. **Oggi l'endurance è una vera e propria disciplina sportiva**, che consiste in corse di resistenza su percorsi di varia natura e di lunghezza compresa tra 30 e 160km con cavalli arabi e angloarabi. Peculiarità di questo sport è l'attenzione alla salute del cavallo, che ogni 30-35km viene sottoposto a un check up medico completo. Dagli anni Novanta in poi, anche grazie all'interessamento delle famiglie reali dell'Emirato del Dubai e di quello di Abu Dhabi, l'endurance ha conosciuto una crescita di interesse esponenziale, e oggi è praticato e seguito da un vasto pubblico.

## La Masterclass

Unica nel suo genere a livello internazionale, la Masterclass di endurance ha visto protagonisti sei cavalieri, promesse nel panorama italiano, e tanti professionisti di primo livello di questa disciplina sportiva. Ospitati presso l'Italia Endurance Academy, l'istituzione di riferimento in Italia nel mondo dell'endurance nonché la promotrice dell'iniziativa, i giovani riders (oltre a Ilaria Di Mitri, Maria Letizia Grazia Orecchioni, Matilde Giacosa, Samuel Perri, Federico Valeri e Martina Vida) hanno potuto godere di uno scenario di straordinaria suggestione – le colline umbre che circondano l'abitato di Agello – e della presenza di autentici campioni, prima tra i quali Costanza Laliscia, coordinatrice della Masterclass.

A soli 19 anni, Costanza Laliscia è l'amazzone di punta nel panorama italiano. La sua collezione di ori e argenti, a livello internazionale, è cresciuta nel tempo assieme alla volontà di consegnare a chi pratica l'endurance il senso di un'esperienza sportiva a tutto tondo. Per questa ragione, la Masterclass da lei coordinata ha voluto articolarsi su un lavoro in sinergia con il cavallo, ma anche sull'importanza di possedere conoscenze veterinarie e preparazione fisica specifica, sull'utilità di saper gestire una competizione, e sul valore aggiunto che può derivare dall'approcciarsi al mental coaching, alla leadership e alla comunicazione.

A salutare una full immersion di quattro giorni è giunto anche Marco Di Paola, presidente della Federazione italiana sport equestri, che ha espresso il proprio entusiasmo per la ricchezza sia pratica che valoriale del corso stesso. Oltre a Costanza Laliscia e a Carolina Tavassoli Asli, campionessa e amazzone di grande esperienza del Fuxiateam, nel corso della Masterclass i sei giovani hanno partecipato attivamente alle lezioni pratiche e teoriche di Billy Lombardi (lavoro in piano), Bijoy Brachini ("Il team: together everyone achieves more"), Fabian Steivano (Percorso "Ostacle, course, race"), Angelo Paris, medico veterinario ("Il cavallo da endurance: gestione generale" e "Il cavallo da endurance: valutazione della capacità atletica") e Mario Becchetti ("Endurance: valori, leadership e comunicazione").