

IPOVISIONE A CAVALLO? NON È UN PROBLEMA!

Ciao! Mi chiamo Giulia ,ho 20 anni,vengo da un paesino in provincia di Roma e la mia più grande passione sono i cavalli . Sono nata cieca per colpa della presenza della cataratta in entrambi gli occhi . Ho fatto degli interventi per rimuoverla e per impiantare un cristallino che mi potesse permettere di vedere almeno un minimo . Inoltre ho fatto anche un intervento di strabismo poiché ero anche strabica .

Ho deciso perciò di scrivere un articolo in cui racconto in modo anche ironico e leggero come io , ragazza ipovedente , pratico equitazione anche in modo agonistico e come supero o cerco di superare i limiti che questo problema mi crea . Spero che questo articolo possa essere d'ispirazione per tutte le persone nella mia stessa situazione o con altre disabilità



Vi siete mai chiesti se una persona ipovedente può fare equitazione anche a livello agonistico?

Ciao! sono Giulia , sono una ragazza ipovedente e vi

racconterò come me la vivo io .

Inizio col dire che sono nata cieca e grazie ad alcuni interventi ho potuto recuperare poca vista . Sin da piccola sono stata avvicinata al mondo dell' equitazione tramite l' ippoterapia cioè una terapia con i cavalli o pony in cui persone di ogni età e con

qualsiasi disabilità o problematiche sia fisiche sia mentali possono trovare conforto in questi magnifici animali grazie alla serenità che essi trasmettono, pensate che l'ippoterapia aiuta anche le persone con depressione o donne che hanno subito abusi o violenze.



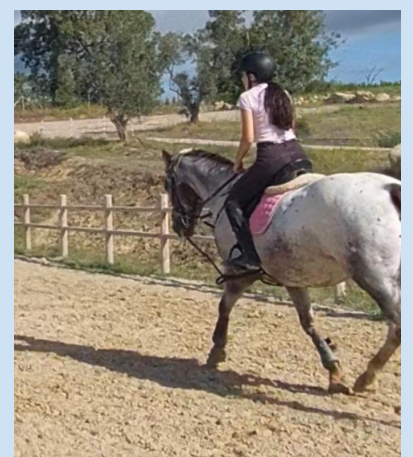
Ma tornando a me ,ricordo ancora del pony di nome Diabolo, della fantastica istruttrice Raffaella e di quanto lei mi abbia insegnato in quei 3 anni.

Nel 2015 , dopo 6 anni di stop ho deciso che l'equitazione era la mia strada e fu così che ricominciai ma passiamo al dunque.

Tutti noi amazzoni e cavalieri abbiamo momenti di difficoltà, come d'altronde succede in ogni sport ma diciamo che io a volte ho qualche problemino in più, e che me ne privo ?ahahahah.

Iniziamo con la parte più semplice degli allenamenti:Il tanto temuto lavoro in piano

Beh , c'è poco da vedere perciò me la vivo come tutti, cioè con l'idea "sì il



lavoro in piano è molto utile anche e soprattutto per chi fa salto ma non ce la posso fareee"(ovviamente si scherza , anche il lavoro in piano inizia a piacermi).

Passiamo poi agli allenamenti di salto ,Già qui si ride!

Finché sono esercizi tipo gabbie, linee e dentro fuori va tutto bene (escludendo i miei errori tecnici o di assetto che non possono mai mancare) ma il divertimento arriva quando devo affrontare un salto che sta messo in diagonale , una spezzata o interi percorsi .

Immaginatevi il mio istruttore che a momenti deve usare il megafono per dirmi passo passo dove devo girare per arrivare a quel salto ,magari anche nelle giornate un pó più ventose in cui mentre galoppo non sento nemmeno la mia stessa voce, immaginatevi sempre lui che si mette a modi segnale stradale vicino al salto che devo affrontare per farmelo vedere bene , immaginatevi quando capita quel salto coi pilieri completamente bianchi e le barriere scolorite o



color sabbia , lì sì che si ride davvero!. Ed è in quei momenti che la mia cavalla (da fare santa anche lei) diventa in qualche modo i miei occhi e mi aiuta tantissimo , è il bello del binomio no?Le difficoltà si affrontano insieme e ci si aiuta a vicenda .

Di una cosa però posso vantarmi :Le distanze , quelle che tutti noi riders puntualmente non vediamo e dobbiamo pregare che il cavallo ci salvi . Bhe , io non sono da meno eh , ma nonostante ciò riesco a vederle, o forse a sentirle, ancora lo devo capire . Ammetto che ancora per me , anche se salto da 5 anni non è facile vedere le distanze dato che non ho una reale concezione della distanza da un oggetto all'altro e degli spazi , Ammetto che non è per niente facile perciò più che vederle cerco di sentirle e seguire ovviamente anche le indicazioni del mio istruttore che magari , da brava allieva quale sono a volte non ascolto e faccio i disastri come a mio solito ma questi sono dettagli che forse è meglio tralasciare ahahah.

Ultimamente per quanto riguarda questa cosa sto avendo dei miglioramenti e ne sono davvero felice , grazie anche al mio istruttore che mi sta dando una grande mano .

Passiamo ora ad un altro fantastico argomento ovvero le gare : ahhh qui sì che si fa sul serio!



Iniziamo con la ricognizione del percorso . Se per caso sono la prima in ordine di partenza dopo la ricognizione e di conseguenza devo farla

velocemente sono guaiiii. Oltre alla splendida fortuna di non riuscire a leggere i numeri vicino ai salti non riesco ad imparare subito a memoria il percorso e tutte le girate da fare perciò se mi basta fare il giro del percorso solo 2 volte a piedi (approfittando per fare una sana camminata veloce assieme al mio istruttore dato che il tempo a disposizione è sempre molto limitato) posso ritenermi fortunata ahahahah.

La parte più bella arriva oraIl campo prova , ho detto tutto .

Immaginatevi di essere ipovedenti e di stare dentro ad un campo prova , magari anche affollato. Chi salta di qua , chi salta di là, attenzione a vedere se quel cavallo ha il fiocco rosso , lo slalom tra la pista l'interno



del campo fra quelle persone che prendono il campo prova come una sorta di parcheggio o area di sosta per potersi rilassare o fare gossip pre gara con la/il propria/o amica/amico. Finalmente sto sulla pista a mano sinistra e puntualmente arriva quella persona che non sa cosa vuol dire mantenere la destra e per un attimo mi devo trasformare in una cowgirl e fare una sorta di sliding stop per evitare un frontale. Insomma, un bel casino ma non saranno di certo queste cose a fermarmi . Ne esco oggi volta con un male agli occhi e alla testa assurdo eh , però già sono felice di uscire illesa ahahahah.

In campo gara invece la situazione è completamente identica agli allenamenti a casa;istruttore che si trasforma in un navigatore dicendomi dove devo girare , tra quanto devo girare, cosa devo fare dopo quel salto , di che colore è il prossimo salto che devo affrontare, per non farmi fare salti che non dovrei fare e voi direte "Ma Giulia, se hai imparato il percorso e se hai individuato i salti come fai a sbagliare?", beh , la vostra Giulia I ha fatto un bell' eliminato per aver saltato il 2 al contrario poiché era posizionato vicinissimo al numero 5 (l ostacolo che avrei dovuto saltare) . Non potete capire l'emozione di

aver buttato una gara per aver sbagliato salto , un'emozione pazzesca , davvero ahahah.

Ammetto che tutti questi fattori in gara mi portano parecchia ansia e stress ma quando riesco a completare un percorso, magari anche in modo decente mi sento davvero fiera di quello che sto riuscendo a fare .

Insomma , abbiamo capito che una persona gravemente ipovedente può tranquillamente montare e gareggiare come gli altri, anche se con qualche difficoltà in più e che i limiti sono davvero pochi. Uno di questi pochi limiti è il cross country;

Questa disciplina la temo un pó ma mi sarebbe piaciuto fare una gara di basso livello però a causa della poca vista mi risulterebbe impossibile

completare tutto il percorso in un ambiente abbastanza vasto. Poi ci sono altri limiti come ad esempio il fatto di non poter diventare istruttrice o di non potermi comprare un van tutto mio (non posso prendere la patente)ma non fa niente, me ne sono fatta una ragione e faccio quel che posso impegnandomi al massimo.



Passiamo infine all'argomento passeggiate:Beh , in quei casi non ho problemi , ci vado sempre in gruppo e con persone su cui posso contare in caso di difficoltà. La mia cavallina in passeggiata mi trasmette tanta sicurezza , infatti adoro andare in passeggiata e vorrei farne di più. A volte mi è capitato di avere dei momenti di paura ma sono stati davvero pochi e si è sempre risolto tutto per il meglio .



Per quanto riguarda invece sellare , dissellare , pulire il cavallo , allacciargli la coperta etc... non ho per niente difficoltà, sono in grado di fare tutto ciò come tutti gli altri ma con metodi tutti miei ;Avete presente quelle azioni tipo stringere il sottopancia quando si è in sella , sistemarsi le staffe , allacciare il pettorale , allacciare la testiera etc...?, bhe , uso semplicemente il tatto per sentire ad esempio se sto mettendo la staffa al quarto o al quinto buco o se sto allacciando correttamente la coperta, dove non arriva la vista arriva il tatto . Per concludere infine questo articolo ho pensato di dire altre curiosità ma un po 'più buffe .

Quando guardo delle gare , anche se in quel momento non sto usando il telefono con lo zoom della fotocamera riesco comunque a capire come sta andando la gara e voi vi chiederete : "Se a malapena da lontano vedi il cavallo come fai a vedere come sta procedendo?" La risposta è più semplice di quello che pensate: Uso semplicemente l'udito !

Un galoppo più spedito ha ovviamente un rumore diverso da un galoppo calmo . Il suono di una barriera che cade si riconosce, se tutti urlano "no" le cose sono due : o fa barriera o viene eliminato che sia per caduta o per altri motivi, riesco anche a riconoscere quando il cavallo arriva molto vicino al salto , quando parte bene o quando stacca troppo lontano . La parte buffa è che spesso e volentieri le mie amiche rimangono sorprese quando mi vedono commentare i percorsi della gente in gara senza usare la fotocamera del telefono per vedere bene. E niente, la risposta è questa , quando non funziona bene un senso gli altri 4 compensano alla grande .

Con questo articolo sulla mia vita da ipovedente a cavallo vorrei incoraggiare chiunque stesse nella mia situazione a non scoraggiarsi mai e che se si

vuole si può arrivare lontano nonostante i propri limiti . Non nego che io ho avuto ed ho tutt'ora momenti di sconforto che mi fanno pensare di non essere abbastanza, di non essere in grado di fare questo sport, di dover smettere ma la mia passione è più forte, la vostra passione deve essere più forte di questi stupidi ed inutili pensieri. Io continuo ad inseguire i miei sogni , quel che sarà sarà, intanto io ci provo e la cosa più importante è questa e la stessa cosa dovete farla anche voi .

Infine vorrei anche ringraziare In primis la mia cavallina Brunella che mi trasmette ormai da 4 anni tantissima sicurezza ,voglia di fare e mi aiuta tantissimo facendomi però capire i miei errori , a volte davvero diventa i miei occhi. La mia vecchia istruttrice Arianna che è stata la prima a darmi tanta grinta, a farmi crescere, conoscere i miei limiti e a far passare tante mie stupide paure , la mia vecchia istruttrice Maura che mi ha aiutata tantissimo e soprattutto il mio attuale istruttore Gianflavio che mi sta cambiando in meglio sia in ambito tecnico ma anche psicologico. Crede molto in me (tanto è vero che si arrabbia moltissimo quando vede che io non credo in me stessa),

spero sia fiero di me e di tutti i progressi che grazie a lui sto facendo.

Un giorno mi disse "Tu se vuoi le cose le sai fare , devi credere in quello che fai " , questa frase me la ripeto e me la ripeterò sempre durante i momenti no .

Qualunque cosa accada , anche se a volte è difficile , credeteci sempre, **SEMPRE !**