

Aprile 2019

12 Mesi, 12 Top-Riders, 12 Interviste

by Mad4One

Intervista con

Kaito Shoji

I GRANDI ATLETI SANNO DARE IL MEGLIO SÌ
SE STESSI AL "MOMENTO GIUSTO"
ED OGNI VOLTA CHE KAITO SI È ESIBITO È
STATO IL SUO MOMENTO GIUSTO
E TUTTO È ANDATO ECCEZIONALMENTE BENE.
PASSIONE, ENERGIA, LAVORO PAROLE CHE
RICORRONO SPESSO IN QUESTA INTERVISTA,
E CHE HANNO CONTRIBUITO A RENDERE QUESTO
ATLETA UNO DEI MIGLIORI MONOCICLISTI DI
TUTTI I TEMPI.

QUESTO È IL MOTIVO PER CUI KAITO SHOJI È UNO DEI MIGLIORI ATLETI DEL MONDO NEL MONOCICLO

I GRANDI ATLETI SANNO DARE IL MEGLIO DI SE STESSI AL "MOMENTO GIUSTO". ED OGNI VOLTA CHE KAITO SI È ESIBITO È STATO „IL SUO MOMENTO GIUSTO“ E TUTTO È ANDATO ECCEZIONALMENTE BENE. FIN DALL'INIZIO HA PADRONEGGIATO A PIENO DUE SPECIALITÀ BEN DISTINTE: QUELLO CHE KAITO È RIUSCITO A REALIZZARE NEL FREESTYLE È STATO NOTEVOLE, MA NON È TUTTO, È STATO ANCHE UNO DEI MIGLIORI ATLETI AL MONDO DI VELOCITÀ SU PISTA. IL CAMPIONE DEL MONDO KAITO, DIECI VOLTE MEDAGLIA D'ORO AD UNICON È L'ESEMPIO CONCRETO DEL PENSIERO DI PIETRO MENNEA (IL PIÙ GRANDE VELOCISTA ITALIANO DI TUTTI I TEMPI) CHE DISSE „PER DIVENTARE UN CAMPIONE DEL MONDO IL TALENTO NON È TUTTO, SERVE ANCHE TANTA PASSIONE, DETERMINAZIONE E AMBIZIONE.“



KAITO HA SOLO 8 ANNI QUANDO PER LA PRIMA VOLTA SALE SU UN MONOCICLO. LA VELOCITÀ SU PISTA E IL FREESTYLE DIVENTANO PRESTO LA SUA PASSIONE. LA SUA PRIMA GARA INTERNAZIONALE DI RILIEVO È NEL 2004 QUANDO PARTECIPA AL MONDIALE A TOKYO. DUE ANNI PIÙ TARDI (UNICON XIII SVIZZERA) KAITO È MEDAGLIA D'ORO NEL FREESTYLE JUN. EXPERT INDIVIDUALE E IN NUOVA ZELANDA (UNICON XV) SI AGGIUDICA TRE MEDAGLIE D'ORO NELLA FINALE ONE FOOT 50M, NELLA FINALE WHEEL WALK E NEL FINALE STAFFETTA 4X100M. A BRESSANONE (UNICON 2012) NON È DA MENO, AL CONTRARIO! QUI FISSA IL RECORD DEL MONDO IN WHEEL WALK, E LO TROVIAMO BEN 9 VOLTE SUL PODIO CON TRE ORI, TRE ARGENTI E TRE BRONZI. IL 2012 E' L'ANNO NEL QUALE KAITO ENTRA A FAR PARTE DEL TEAM MAD4ONE. A MONTREAL (UNICON XVII) SI CONFERMA UN FUORICLASSE SIA SU PISTA SIA NEL FREESTYLE: È ORO NEL FREESTYLE EXPERT DI COPPIA, ARGENTO NEL FREESTYLE EXPERT INDIVIDUALE, E NUOVAMENTE ORO IN WHEEL WALK E ARGENTO NEL 100M SU PISTA. KAITO È RIMASTO LONTANO DALLE GARE INTERNAZIONALI BEN 4 ANNI (DAL 2014 DI MONTREAL LO RIVEDIAMO SOLO NEL 2018 AD ANSAN), QUANDO, A SOLI 10 MESI DAL MONDIALE 2018 SI È DETTO „... QUESTO UNICON PUÒ ESSERE PER ME L'ULTIMA OCCASIONE PER VINCERE NEL FREESTYLE INDI...“. IN QUEL MOMENTO L'OBIETTIVO ERA STATO FISSATO. HA LAVORATO SODO E SI È PREPARATO A SALIRE NUOVAMENTE SUL PODIO PIÙ ALTO DEL MONDO. TANTE SONO LE VITTORIE NAZIONALI ED INTERNAZIONALI DI KAITO CHE È DIFFICILE RIUSCIRE A SINTETIZZARLE SU UN UNICO FOGLIO. PIÙ DI 200 SONO I RICONOSCIMENTI INTERNAZIONALI E OLTRE 150 QUELLI NAZIONALI CONSEGUITI IN 18 ANNI DI GRANDE PASSIONE. OGGI ABBIAMO IL PIACERE DI INTERVISTARLO

I RISULTATI

ECCO I PIÙ IMPORTANTI:

UNICON

| | | | | |
|---------|----------|-------------------------|---------------------------|--------------------------|
| 2004 | Unicon12 | Tokyo, Japan | Individual Jr.Expert | 3rd Place |
| 2006 | Unicon13 | Langenthal, Switzerland | Individual Jr.Expert | Jr.Expert World Champion |
| 2009/10 | Unicon15 | Wellington, New Zealand | Individual Expert | 6th Place |
| | | | Pairs Expert | 2nd Place |
| | | | Group Expert | 2nd Place |
| | | | Expert Final One Foot 50m | 1st Place |
| | | | Expert Final Wheel Walk | 1st Place |
| | | | Final Relay 4×100m | 1st Place |
| 2012 | Unicon16 | Brixen, Italy | Individual Expert | 3rd Place |
| | | | Group Expert | 3rd Place |
| | | | Standard Skill Expert | 1st Place World Champion |
| | | | Expert Final 100m | 2nd Place |
| | | | Expert Final One Foot 50m | 3rd Place |
| | | | Expert Final Wheel Walk | 1st Place World Record |
| | | | Expert Final 400m | 2nd Place |
| | | | Expert Final 800m | 2nd Place |
| | | | Final Relay 4×100m | 1st Place |
| 2014 | Unicon17 | Montreal, Canada | Individual Expert | 2nd Place |
| | | | Pairs Expert | 1st Place World Champion |
| | | | Final 100m | 2nd Place |
| | | | Final Wheel Walk | 1st Place |
| 2018 | Unicon19 | Ansan, Korea | Individual Expert | 1st Place World Champion |
| | | | Pairs Expert | 4th Place |
| | | | X-Style Expert | 2nd Place |

COMPETIZIONI GIAPPONESI – FREESTYLE INDIVIDUALE

| | | | |
|------|-----------------|-----------|-----------------------|
| 2004 | Jr.Class | 1st Place | All Japan Jr.Champion |
| 2005 | Expert Class | 2nd Place | |
| 2009 | Technical Class | 1st Place | All Japan Champion |
| 2012 | Technical Class | 1st Place | All Japan Champion |
| 2013 | Technical Class | 1st Place | All Japan Champion |
| 2014 | Technical Class | 1st Place | All Japan Champion |

Podium Male Freestyle Expert - Unicon XIV Ansan, Korea:





CONOSCIAMO L'ATLETA SHOJI, PLURICAMPIONE NEL FREESTYLE E NEL RACE, MA CHI È KAITO?

Francamente mi sento un ragazzo come tutti gli altri, e come tutti di norma lavoro e quando sono libero vado al cinema, faccio un viaggio o vado ad un concerto... Sì, sono un ragazzo come tanti ad eccezione di quando salgo sul monociclo. 😊

QUANTO HANNO INCISO NELLE TUE SCELTE E IN GENERALE NELLA TUA VITA DI ATLETA I GENITORI, LA FAMIGLIA GLI AMICI?

Sì, hanno inciso molto nella mia vita. Penso che ho potuto andare in mono per 18 anni proprio grazie al loro supporto. Se non avessi avuto questo aiuto non sarei oggi quello che sono.

FREESTYLE E DANZA: MOLTE VOLTE SEMBRA CHE QUESTE DUE DISCIPLINE SI FONDONO PERFETTAMENTE NELLO SPORT IN UN'UNICA ESPRESSIONE. SECONDO TE NEL FREESTYLE È UNA COSA NORMALE O È IL RISULTATO DEL RAGGIUNGIMENTO DELLA PERFEZIONE?

Penso sia il risultato del raggiungimento della perfezione. Penso che oggi, rispetto al passato, si dia maggior enfasi agli elementi artistici. Come il Flatland è sostanzialmente una presentazione di abilità, penso che la perfezione nel Freestyle sia la fusione di abilità e danza. La combinazione di questi due elementi ha dato vita a molte routine semplicemente uniche e bellissime.

SEI UN PERFEZIONISTA SOLO NELLO SPORT O ANCHE NELLA VITA?

Nella vita di tutti i giorni non sono un perfezionista, ma una volta che prendo una decisione di solito la porto fino in fondo.

DURANTE LA FASE DI ALLENAMENTO SEGUI UNA DIETA SPECIFICA? L'ALIMENTAZIONE GIOCA UN RUOLO NELLA TUA PERFORMANCE?

Evito il bere quando si avvicina la gara. Comunque non seguo diete in particolare. Di norma vado in palestra due o tre volte alla settimana ad allenare il tronco e la parte inferiore del corpo. Rinforzare il tronco aiuta a migliorare il senso dell'equilibrio.

ASCOLTI MUSICA DURANTE L'ALLENAMENTO? SE SÌ, QUALE MUSICA PREFERISCI?

Non ascolto musica durante l'allenamento, ma nella vita di tutti i giorni la ascolto spesso (pop, rock, EDM, colonne sonore...). Così, ascoltando musica di genere diverso, posso trovare la musica adatta alla mia prossima routine.



SECONDO TE IL FREESTYLE È CAMBIATO NEGLI ANNI? IN CASO AFFERMATIVO, QUALI SONO A TUO AVVISO I CAMBIAMENTI PIÙ IMPORTANTI?

Penso che oggi il Freestyle è molto più variato e ha molti più trick di un tempo. La nascita e lo sviluppo del sistema SNS (Social Network Sites) ha permesso a molti utenti di paesi diversi di condividere video di esibizioni e di giochi. Penso che molti cercano di fare nuovi trick riferendosi proprio a questi video. A mio avviso oggi il freestyle non è solamente un insieme di trick, è una performance più elaborata (coreografia, espressione, costumi...). Penso che il Freestyle verrà ulteriormente diversificato in futuro.

BILLIE JEAN KING DISSE: "LO SPORT TI INSEGNA AD AVERE CARATTERE, A GIOCARE SECONDO LE REGOLE E A SAPERE COSA SI PROVA A VINCERE E A PERDERE: QUINDI LO SPORT È ANCHE UNA SCUOLA DI VITA". CONCORDI?

Sì, concordo. Il monociclo ci fa capire l'importanza di fare sforzi, di perseverare e di sviluppare l'immaginazione. Se non avessi praticato sport, avrei avuto un carattere completamente diverso. Penso che questo si applichi non solo al monociclo ma a qualsiasi sport. Anche se avessi scelto un altro sport, il mio carattere sarebbe stato forgiato dallo sport.

QUALE È LA CHIAVE DELLA PERSEVERANZA?

La chiave per perseverare è avere obiettivi chiari ed energia. Una volta che l'obiettivo è fissato, so di poter costruire piccole cose che tendono a questo obiettivo fino a raggiungerlo. Inoltre, l'energia (fisica e mentale) nel fare qualche cosa è un fattore determinante.



I PROSSIMI OBIETTIVI E SOGNI ...

Non ho ancora preso una decisione definitiva, ma mi piacerebbe contribuire a rendere il monociclo uno sport più importante.

A QUALE ETÀ HAI INIZIATO AD ANDARE IN MONOCICLO E CON QUALE SPECIALITÀ?

Ho iniziato ad andare in monociclo a 8 anni e da subito ho praticato freestyle e corsa su pista, diciamo che siamo 50/50% tra una disciplina e l'altra.

CI SONO SICURAMENTE COSE CHE TI SONO RIUSCITE CON PIÙ FACILITÀ DI ALTRE, COME HAI FATTO A RAGGIUNGERE IN TUTTO IL LIVELLO ATTUALE?

La mia routine contiene trick difficili e trick facili. Io mi alleno fino a quando non riesco ad eseguire tutti i trick in modo perfetto 5 volte consecutive, questo prima di provare la routine con la musica. Questo aumenta le probabilità di eseguire ogni trick in modo corretto. Inoltre, dato che la mia routine è molto fisica, è altrettanto importante allenarla con la musica. Per avere sempre nuova energia che ti permette di continuare la routine fino alla fine, ripetila ed esercitati con la musica.

MONTREAL - CAMPIONE DEL MONDO DI COPPIA E II. POSTO NEL SINGOLO. POI HAI LAVORATO AL CIRQUE DU SOLEIL IN RUSSIA. CI RACCONTI DI QUESTA ESPERIENZA?

Qui ho fatto la mia routine migliore in assoluto con un partner veramente grande (Natsume Yamamoto). Natsume ha grande talento e una notevole forza espressiva che hanno reso questa routine veramente fantastica. Lei vive in una prefettura diversa dalla mia e fa parte di un altro team. Così, abbiamo fatto diversi avanti e indietro allenandoci nel weekend una volta da me una volta da lei. Questa routine è stata realizzata da Satomi Sakaino (Campione a UNICON15 e atleta del Cirque du Soleil). Satomi fa parte del mio team ed ha un grande talento. Abbiamo utilizzato la colonna sonora di un film che parla di un Samurai. Il film è stato realizzato da un famoso regista giapponese. Gli elementi che maggiormente caratterizzano questa routine è la coreografia e l'originalità della performance.

In questa routine ho utilizzato per la prima volta musica elettronica e mi sembra abbastanza diversa dalle mie precedenti performance. Anche questa routine è stata creata da Satomi. Le sue routine sono sempre ricche di creatività e ogni volta propone idee alle quali non avrei mai pensato. La caratteristica di questa routine è un ricco numero di trick in una atmosfera inorganica densa e primitiva. Ho fatto alcuni cambiamenti alla routine e, lo stesso anno, ho vinto la convention nazionale.

La vittoria a UNICON mi ha permesso di salire sul palco del Cirque du Soleil. Abbiamo avuto la possibilità di esibirci su un palcoscenico stupendo dove lavorano professionisti provenienti da ogni parte del mondo. Questo brano si basa sulla storia di un eroe che vive nel mondo moderno e si è smarrito nella neve e nel ghiaccio. Noi entriamo in scena



nelle sembianze di un elfo. Oltre alla routine di coppia abbiamo preso parte anche allo spettacolo di un altro artista e abbiamo danzato nella parte finale. Lo spettacolo è andato in scena per un mese intero. Si è trattato di una pièce grande ed importante che abbiamo replicato per un mese ed anche come spettacolo di Natale e di Capodanno. Questo spettacolo è stato per tutti noi una grande esperienza professionale e di vita.

LAVORARE PER OBIETTIVI, QUALE È IL CONSIGLIO CHE DARESTI DA UN GIOVANE CHE VUOLE DIVENTARE UN CAMPIONE?

La cosa più importante, e direi fondamentale, per diventare un campione è continuare ad allenarsi per migliorare. Io non ho avuto talento da subito, ma sono riuscito a diventare un campione proprio perseverando nei miei sforzi verso l'obiettivo che mi ero posto. Ci sono voluti 18 anni. Sicuramente ci sono diversi modi per raggiungere i tuoi obiettivi, ma comunque è importante fare ogni sforzo in quella direzione.



UNICON XIX, ANSAN. QUI TI SEI RICONFERMATO CAMPIONE DEL MONDO NEL SINGOLO EXPERT. MA, È STATA VERAMENTE UNA PARTECIPAZIONE PIANIFICATA? QUANTO TI SEI ALLENATO PER QUESTO TITOLO?

Ho deciso di partecipare a UNICON XIX 10 mesi prima dell'inizio del campionato. Ero convinto che UNICON XVII sarebbe stato il mio ultimo Mondiale. D'altro canto ho pensato che questo UNICON sarebbe potuto essere per me l'ultima occasione a livello mondiale per vincere nell'individuale. Da 3 anni avevo iniziato a lavorare e non avevo a disposizione così tanto tempo per l'allenamento come in passato. Così ho deciso di lasciare da parte la corsa su pista e di dedicarmi al freestyle. Il mio allenamento? ca. 15 ore a weekend e 4 ore al giorno negli altri giorni della settimana.

GRAZIE KAITO. E' STATO UN INCONTRO BELLO ED EMOZIONANTE. ORA SAPPIAMO SICURAMENTE MOLTO DI PIÙ DI TE SIA COME UOMO SIA COME ATLETA. GRAZIE PER LA TUA TESTIMONIANZA CHE CI RICORDA CHE NELLO SPORT COME NELLA VITA COSTANZA E DETERMINAZIONE SONO ALLA BASE DEL SUCCESSO. NON TI NASCONDIAMO CHE SAREBBE FANTASTICO VEDERTI NUOVAMENTE QUI IN EUROPA AL MONDIALE 2020. QUINDI, PER ORA TI LASCIAMO CON UN SEMPLICE "ARRIVEDERCI, ALLA PROSSIMA!".

FINO AD OGGI ABBIAMO INCONTRATO ALCUNI DEI GRANDI (MASCHI) DEL MONOCICLO, MA, NON DIMENTICHIAMOCI CHE IL NOSTRO MONDO PARLA IN PREVALENZA AL FEMMINILE 😊

LA PROSSIMA INTERVISTA È DEDICATA A DUE ECCEZIONALI ATLETE, REGINE DELLA VELOCITÀ SU PISTA, LE GEMELLE ALINA E LEONIE CZIMEK. LE ABBIAMO INCONTRATE ALLO STADIO JAHN DI BOTTROP DURANTE IL LORO ALLENAMENTO SERALE.