

REVO LAB

BASTA CHE NON SMETTI!

Sintesi del progetto

Un laboratorio sportivo e sociale di Volley Revolution
per contrastare l'abbandono sportivo giovanile.

SPORT | ETICA | INCLUSIONE

ASD VOLLEY REVOLUTION - 2026

1. L'idea

REVO LAB (Revolution Lab) è il laboratorio operativo del progetto **“Basta che non smetti”**, promosso da Volley Revolution per offrire una risposta concreta al drop-out sportivo giovanile.

Il principio è semplice: **non chiedere ai ragazzi di adattare tutta la propria vita allo sport, ma costruire una proposta sportiva capace di adattarsi anche alla loro vita.**

“Non ti chiedo di diventare campione. Ti chiedo di restare in movimento.”

2. A chi si rivolge

Il progetto è rivolto soprattutto a **ragazzi e ragazze tra i 16 e i 29 anni** che hanno smesso, stanno pensando di smettere o non riescono più a sostenere i ritmi dell'attività agonistica tradizionale per studio, università, lavoro o altri impegni.

3. Come funziona REVO LAB

- **Un allenamento a settimana**, per rendere compatibili sport, studio, lavoro e vita sociale.
- Partecipazione al **Campionato CSI Open Misto**, mantenendo una dimensione competitiva senza trasformare il risultato nell'unico obiettivo.
- **Gruppo aperto ed eterogeneo**: possono convivere persone con esperienza e ragazzi che riprendono dopo una pausa.
- **Tutti giocano**: niente panchine fisse per chi è meno bravo.
- Allenamenti orientati al **miglioramento tecnico e fisico**, ma dentro un ambiente accogliente e sostenibile.

4. Un modello diverso di sport

REVO LAB supera l'idea della classica piramide nella quale chi non prosegue verso livelli agonistici sempre più elevati finisce per uscire dal sistema. Propone invece uno **sport circolare**: nella vita una persona può passare dall'agonismo a un'attività meno impegnativa, tornare successivamente a competere oppure restare nello sport come tecnico, dirigente o volontario.

L'attività ricreativa, quindi, **non è una “serie B” dello sport**: è uno spazio che permette alle persone di continuare.

5. Il metodo REVO LAB

Il ruolo dell'allenatore cambia: non è soltanto un istruttore, ma un **coach-facilitatore** che crea le condizioni perché le persone abbiano voglia di tornare in palestra.

- **Persona prima dell'atleta:** studio, lavoro e vita personale vengono rispettati.
- **Errore sicuro:** sbagliare fa parte dell'apprendimento e non diventa motivo di giudizio o umiliazione.
- **Flessibilità tecnica:** gli esercizi vengono adattati ai diversi livelli.
- **Competizione sana:** si prova a vincere, ma il risultato non determina il valore delle persone.
- **Ascolto e co-progettazione:** i ragazzi partecipano alla costruzione dell'esperienza e possono proporre idee e attività.

6. I risultati dell'esperienza

Il documento progettuale registra una **case history concreta**: circa 20 atleti e un tasso di permanenza del 100% nell'ultima stagione considerata. Il gruppo riunisce studenti, universitari e giovani lavoratori provenienti da più comuni della Valtiberina umbra e toscana.

La disponibilità di alcuni ragazzi a percorrere decine di chilometri per un solo allenamento settimanale evidenzia il valore percepito di una proposta capace di conciliare pallavolo, relazioni e ritmi di vita reali.

7. Perché è importante

- **Contrasta l'abbandono sportivo** e la conseguente sedentarietà.
- **Mantiene i giovani dentro la comunità sportiva**, anche quando non possono sostenere l'agonismo tradizionale.
- **Crea socialità e appartenenza** tra giovani provenienti anche da territori diversi.
- **Conserva capitale umano:** chi continua oggi può diventare domani allenatore, dirigente, arbitro, volontario o genitore sportivo.
- **Valorizza gli impianti sportivi** e può utilizzare fasce orarie altrimenti poco sfruttate.

8. Un modello replicabile

“Basta che non smetti” può diventare una **cornice culturale e un modello replicabile** anche da altre società sportive interessate ad affiancare all'agonismo una proposta più flessibile e inclusiva.

Per farlo servono soprattutto uno spazio settimanale, un coach formato al metodo, apertura verso chi non sostiene l'agonismo intenso e un'organizzazione economicamente accessibile.

REVO LAB IN UNA FRASE

**La pallavolo per chi ha meno tempo,
ma non ha perso la voglia di giocare.**

ASD VOLLEY REVOLUTION

Progetto REVO LAB - “Basta che non smetti”
Responsabile progetto: Valerio Giunti
Via P. Togliatti 84 - 52037 Sansepolcro (AR)
asdvolleyrevolution@gmail.com - 339 319 4037