



Esercito Italiano e Rugby Femminile: a Corvara un raduno tra addestramento, leadership e spirito di squadra

Pubblicato il 04/08/2026

L'incontro tra **Esercito Italiano** e **Nazionale Femminile di Rugby** ha dato vita a Corvara, nel cuore delle Dolomiti altoatesine, a un'intensa settimana di preparazione che ha unito allenamento atletico, crescita personale e sviluppo dello spirito di squadra. L'iniziativa, realizzata grazie alla collaborazione con la **Federazione Italiana Rugby (FIR)**, ha offerto alle Azzurre un percorso capace di andare oltre la semplice preparazione fisica, mettendo al centro valori come disciplina, fiducia reciproca, sacrificio e leadership. In un ambiente naturale e operativo di grande fascino, le atlete hanno alternato il lavoro tecnico alle attività esperienziali organizzate dal personale dell'Esercito, confermando come la collaborazione tra sport e Forze Armate rappresenti un modello efficace per la crescita individuale e collettiva. Il raduno ha inoltre ribadito la solidità del rapporto tra la FIR e l'Esercito Italiano, fondato sulla condivisione di principi che accomunano il mondo militare e quello del rugby.

Allenamento, team building e preparazione atletica

Il programma del raduno è stato costruito per integrare la preparazione tecnica con attività finalizzate al rafforzamento della coesione del gruppo. Accanto alle tradizionali sedute di allenamento in palestra e sul campo da rugby, le atlete hanno preso parte a **escursioni sulle Dolomiti**, prove di **orienteering**, esercizi di abilità e attività di problem solving coordinate dal personale dell'Esercito Italiano.



Le diverse esperienze sono state progettate per migliorare la comunicazione, sviluppare la fiducia reciproca e affinare la capacità di prendere decisioni in situazioni di pressione, aspetti fondamentali tanto in ambito sportivo quanto in quello militare. Un contributo significativo è arrivato anche dagli incontri con il **team di psicologi dell'Esercito**, che ha accompagnato le giocatrici in un percorso dedicato alla gestione dello stress, alla leadership condivisa e al consolidamento delle dinamiche di gruppo.

Parallelamente, la Nazionale Femminile ha proseguito il proprio programma di preparazione estiva, lavorando sugli aspetti atletici e tecnico-tattici in vista dei prossimi appuntamenti agonistici. L'integrazione tra allenamento e team building ha consentito di costruire un percorso completo, nel quale ogni attività contribuiva allo sviluppo delle competenze individuali e della forza del collettivo.

Valori condivisi e una collaborazione che guarda al futuro

Disciplina, spirito di squadra, sacrificio, responsabilità e capacità di affrontare insieme le sfide rappresentano valori comuni al rugby e all'Esercito Italiano. Proprio su questi principi si fonda la collaborazione con la **Federazione Italiana Rugby**, che negli ultimi anni ha dato vita a iniziative sempre più strutturate per sostenere la crescita delle Nazionali.



Esercizi di leadership e amalgama. Fonte Esercito Italiano.

L'esperienza vissuta a Corvara segue infatti quella della **Nazionale Maschile**, che nel 2023 aveva scelto la stessa località per un analogo percorso di preparazione e team building in vista della **Rugby World Cup** disputata in Francia. Il successo di quell'iniziativa ha contribuito a consolidare un modello basato sull'integrazione tra preparazione atletica, crescita personale e sviluppo dello spirito di squadra.

Anche il raduno della Nazionale Femminile conferma l'efficacia di questo approccio. Il contesto naturale delle Dolomiti, unito alle competenze formative dell'Esercito Italiano, ha permesso alle Azzurre di vivere un'esperienza capace di rafforzare non solo la condizione fisica, ma anche la coesione del gruppo e la fiducia reciproca. Un patrimonio destinato ad accompagnare la squadra nei prossimi impegni internazionali e a consolidare ulteriormente una collaborazione che continua a dimostrare quanto **sport e Forze Armate possano condividere gli stessi valori di servizio, resilienza e gioco di squadra**.

Link notizia: <https://www.esercito.difesa.it/comunicazione/esercito-italiano-e-nazionale-femminile-di-rugby/201945.html>