

n° 9 Novembre 2009

Tempo **S**port

**A giugno Riccione
sarà la capitale
dello sport CSAIN**

**Accordo con
il Credito Sportivo:
disponibili mutui
per 15 milioni di euro**



Il presidente Fortuna ha firmato una convenzione con l'Istituto del Credito Sportivo: a disposizione 15 milioni di euro per mutui finalizzati allo sviluppo della pratica sportiva e dell'impiantistica delle nostre società

Il 4 novembre il presidente Fortuna ha siglato un importante accordo con l'Istituto per il Credito Sportivo, presente anche il presidente di quest'ultimo ente, il dott. Andrea Cardinaletti.

L'accordo prevede la concessione di un mutuo di 15 milioni di euro, finalizzato allo sviluppo della pratica sportiva di base, destinato quindi alle associazioni sportive dilettantistiche affiliate all'Ente. Una convenzione che consentirà allo CSAIN di promuovere la pratica sportiva e la realizzazione di impiantistica sportiva.

I mutui, di durata massima ventennale, saranno concessi al tasso d'interesse determinato con le modalità previste nel Piano dei tassi dell'Istituto vigente al momento della concessione. L'intervento dell'ICS avrà validità triennale.

L'Istituto per il Credito Sportivo è stato istituito con la legge n° 1295 del 24 dicembre 1957. Nel panorama delle banche italiane, rappresenta un istituto di credito specializzato nel concedere finanziamenti connessi al settore dello sport e della cultura. Nell'attività dell'Istituto rientravano il credito per la costruzione, l'ampliamento e la ristrutturazione di impianti sportivi o strumentali all'attività sportiva compresa l'acquisizione delle aree e degli immobili da destinare a tali attività. La Legge Finanziaria del 2004 ha previsto un vero e radicale cambiamento nell'assetto statutario dell'Istituto che, pur mantenendo inalterato il suo impegno in favore dello sport, ha disciplinato

Lo CSAIN trova una CASSAFORTE

l'ampliamento della sua sfera di competenza ai beni e alle attività culturali.

Oggi, l'ICS si è riorganizzato allargando il proprio ambito di intervento anche al settore della cultura. Inoltre, attraverso un Business Process Reengineering, l'Istituto ha rivisitato le procedure di finanziamento ed ha realizzato specifici interventi volti ad ottimizzare in modo sistematico gli assetti organizzativi, i ruoli, le responsabilità e l'efficacia dei controlli. Sono state infatti predisposte nuove

linee di mutuo per i privati e per gli Enti Pubblici ed è stata costruita una rete commerciale che si muove su tutto il territorio nazionale al fine di aumentare l'efficienza, semplificare e snellire i processi interni e migliorare il servizio rivolto alla propria clientela. •

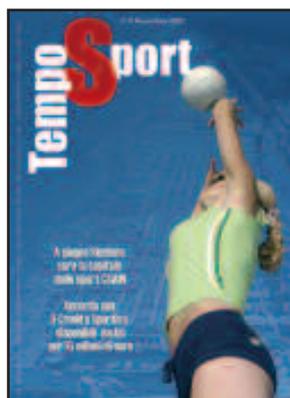
*Istituto per il Credito Sportivo
Via Giovanni Battista Vico, 5
00196 Roma
Tel 06/3215483
n° verde 800.298.278
www.creditosportivo.it*



Il presidente del Credito Sportivo dott. Andrea Cardinaletti

sommario

N° 9 NOVEMBRE 2009



RIVISTA DELLO CSAIN
Centri Sportivi
Aziendali e Industriali

DIRETTORE

Luigi Fortuna

DIRETTORE RESPONSABILE

Giacomo Crosa

VICE DIRETTORE

Sandro Aquari

COORD. REDAZIONE

Paolo Germano

PROGETTO GRAFICO

E IMPAGINAZIONE

Ambra Aquari

SEGRETERIA DI REDAZIONE

Maria Grazia Biancofiore

Silvano Morra

Simonetta Sgrigna

SEDE E SEGRETERIA

Viale dell'Astronomia, 30

00144 Roma

Tel. 06.5903526 / 06.5925637

Fax. 06.5903242 / 06.5903484

redazionetemposport@csain.it

Sito web: www.csain.it

Stampa: Grafica Giorgetti,

Via di Cervara, 10 - 00155

Roma (tel. 06-2294336)

Iscrizione Tribunale di Roma

n.187/08 del 02/05/2008

Numero chiuso in redazione

il 10 novembre

La riproduzione parziale o totale

degli articoli è consentita solo

citando la fonte



ASSOCIATO
FEDERTURISMO
CONFINDUSTRIA



Italia
Coni

Lo CSAIN trova una cassaforte

2 Sei mesi nel segno
di tradizione e innovazione
di Luigi Fortuna

3 Insieme per la cultura
dello sport
di Giacomo Crosa

4 Riccione diventa "casa" CSAIN
di Paolo Germano

6 «Sarà un muro tutto azzurro»
di Carlo Santi

10 Fratelli di mischia
di Alessio Crosa

15 Da Rosetta al boom "rosa"
di Gianfranco Colasante

18 Non perdiamo il campioncino
*di Antonio La Torre
e Antonio Dotti*

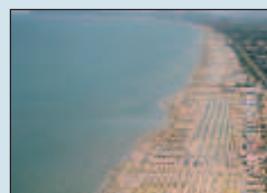
21 FMSI, per lo sport
e per la vita
di Maurizio Casasco

24 Pensiamo al cuore
di Elisabetta Rubino

26 L'altra metà dello sport
di Bruna Rossi

29 Caccia all'oro bianco
di Luciano Barra

32 Tecnici equestri,
dal diploma alla "laurea"
A cura del CTE e CSAIN
Equitazione



4

6



10



18



24



29



34 La palestra della mente
di Bruna Germano

36 Il dono del guscio spinoso
di Santino Morabito

38 Un menù "Special one"
di Roberto Minnetti

40 Mondo CSAIN

46 Organigramma CSAIN

48 Pedalando verso il futuro
di Fernando Saccoccio



di Luigi Fortuna

SEI MESI NEL SEGNO DI TRADIZIONE E INNOVAZIONE

Gentili Lettori, Temposport ha lungamente superato il giro di boa: era maggio 2008 e, con orgoglio possiamo affermare che ci credevamo e più che mai, continueremo a profondere risorse, mezzi e alta professionalità per un'informazione di qualità.

Tradizione, aggiornamento continuo e innovazione applicata rappresentano il nostro procedere nei primi sei mesi del nuovo assetto associativo. Senza soste ci stiamo incontrando e continueremo a farlo, secondo un calendario stabilito, per apprendere e poter sviluppare positività.

Lo sviluppo è già tangibile, non solo aridamente numerico, ma in attività mirata e ben strutturata e in territori sempre più ampi. Il nostro movimento, coinvolgente e formativo, ci ha fatto aprire a convenzioni con Federazioni CONI, che ci considerano partner e non come usurpatori di Loro attività. Noi ci fermiamo da sempre alla promozione.

Sono adesso alla firma le convenzioni con la Federazione Ginnastica e la Federazione Wushu. E' stato appena concluso l'accordo con l'Istituto per il Credito Sportivo, per un'impiantistica da sviluppare a sostegno di parecchie delle nostre sedi regionali e, alla Fiera di Verona, la British Horse Society, ha attribuito a CSAIN il Know how della formazione, che sarà portata avanti dalla sezione CSAIN Equitazione. Lenzuolo di uguale dimensione, attività cresciuta con regolarità e soddisfazione, pertanto bisognava individuare possibili macro economie ed eventuali razionalizzazioni di spesa, come accorpamento di progetti, contratti più convenienti, appello alla comprensione da parte delle sezioni nazionali, cosa stupendamente avvenuta e, non ultima, la ricerca del fiore all'occhiello: una polizza assicurativa che ci consentisse, nel solco della tradizione, di potere

ampliare l'offerta assicurativa e offrirla anche ai nuovi settori sportivi e del tempo libero. Non meno importanti le nuove opportunità derivate dai nuovi sponsor. Oggi, con orgoglio possiamo affermare che siamo riusciti, pur con un notevole contenimento dei premi, a soddisfare tutte le ulteriori esigenze, nell'interesse esclusivo dei nostri Associati. L'offerta di utility per i Soci e loro Famiglie, più ampia e duratura, ci vede fortemente impegnati, attraverso la collaborazione con la Sport Service e i gruppi di lavoro individuati, all'attuazione di opportunità nei seguenti settori: bancari, assicurativi, telefonici, turistici e di tempo libero. Da pochi giorni, si è svolto con successo il raduno nazionale della sezione specialistica UDACE-CSAIN, a Riccione. Il ciclismo CSAIN, attraverso l'opera dell'UDACE-CSAIN, è una grande e autosufficiente realtà. Siamo coscienti di essere ingombranti, in quanto puntigliosi, efficienti, protettivi del nostro sistema, perfezionisti, persecutori del doping, formatori, organizzati, ma soprattutto presuntuosamente orgogliosi, onesti e rispettosi delle altre organizzazioni, specie della F.C.I., nonostante spesso additati. Ci sentiamo di affermare e sostenere una volta per tutte che: UDACE-CSAIN è CSAIN da oltre trent'anni. In ultimo desideriamo dare a tutti, un appuntamento per celebrare insieme, dal 4 al 13 giugno 2010, a Riccione, la più grande kermesse CSAIN e il compimento dei 55 anni dalla fondazione.

Continuare quindi ad applicare la corretta cultura d'impresa, magari arricchendoci lungo il nostro cammino di nuovi Amici, come l'ANIF di Federvarie di Confindustria, presieduta da Gian Paolo Duregon, che rappresenta, passateci il termine, l'Ordine degli Imprenditori del Fitness. E altro ancora che scopriremo, uniti e insieme. ●



di Giacomo Crosa

INSIEME PER LA CULTURA DELLO SPORT

Ben ritrovati. Riprendo da quel “ora tocca a voi” con il quale c’eravamo lasciati in chiusura d’editoriale lo scorso mese. Qualche segnale ricevuto mi fa sperare che ora il motore di TempoSport sia pronto per girare a pieno regime. Sono contento per voi, voi tutti, protagonisti a vario titolo di quello straordinario arcobaleno di esperienze, di passione, di espressioni sportive e culturali, che caratterizzano il nostro complesso mondo CSAIN.

Meritate tutti, anche attraverso queste pagine, un riconoscimento e un applauso. E’ giusto che ciò accada. Per il resto noterete come nel corpo della rivista siano aumentate le pagine tecnico-scientifiche. Noi crediamo che parlare a chi opera sul fisico e sulle menti delle persone, in termini di arricchimento culturale non sia mai sbagliato, anzi doveroso. Non escludo che tra i lettori ci siano persone che non mancheranno di dire: “Ma io queste cose le conosco già”. Non perdo tempo, neanche virtualmente, a replicare.

Noi, di TempoSport, sappiamo di avere un “pubblico” ricettivo, convinti come siamo che un dettaglio in più, uno stimolo in più, una parola in più aiutino a ridurre la percentuale d’errore: tutti coloro che “fanno una qualche cosa” inevitabilmente e fisiologicamente li commettono. Anche noi, ovviamente, nella nostra opera. In questa logica e con riferimento particolare a questo numero di TempoSport, mi piace sottolineare il contributo di

Bruna Rossi, psicologa di fama internazionale, amica e compagna d’avventura ai miei tanto cari Giochi Olimpici del Messico 1968; mi piace sottolineare l’entusiasmo con il quale ha accettato la mia proposta Antonio La Torre, la cui cultura è talmente di qualità da esser stato chiamato a far parte del comitato tecnico della Preparazione Olimpica del CONI, insieme a Elio Locatelli e Arrigo Sacchi. Mi piace infine mettere in rilievo l’accordo con la Federazione Italiana Medico Sportiva presieduta da Maurizio Casasco: sarà al vostro fianco da questo numero in poi con la valenza dei suoi associati ed esperti. Il mio grazie a tutti loro rivolto è di tipo urlato. Citando queste “new entries” mi sento di coinvolgere doverosamente nel mio urlo chi da tempo ci offre contributi importanti: Santino Morabito, uomo che ha la capacità di raccontare frammenti di scienza dell’alimentazione con il potere dirompente di una favola e infine Bruna Germano con i suoi matematici linguaggi. Nel salutare voglio ricordarvi che il fuoco di Olimpia sta viaggiando in lungo e in largo per lo sterminato territorio canadese. Potrà riposare a Vancouver dal 12 febbraio 2010. A proposito di Giochi Olimpici Invernali, ricordo ai distratti che Giorgio Di Centa, fondista vincitore di due medaglie d’oro ai Giochi di Torino 2006, è stato nominato portabandiera della squadra italiana. Ho alcune cose da dire su questi due argomenti. Sarà il tema del prossimo editoriale. ●

La famosa cittadina romagnola ospiterà in giugno, per dieci giorni, l'Olimpiade del nostro ente. Ma non ci sarà solo sport: in programma eventi di svago, turismo e cultura. Firmato l'accordo tra il sindaco Massimo Pironi e il presidente Fortuna

Riccione diventa "casa" CSAIN

Si tornerà a Riccione. Si tornerà in terra di Romagna per un evento CSAIN che caratterizzerà non solo il nostro 2010 ma che ben s'inserirà nella dinamica storia del nostro Ente. Si tornerà a Riccione per celebrare nello stesso tempo anche i 55 anni della nostra vita.

Per molti la località in riva all'Adriatico non sarà una novità. Lo scorso settembre lì si sono svolte le fasi finali dei campionati nazionali di calcio, calcetto, beach volley, beach soccer e basket. E' stato un successo di partecipazione, di pubblico e di emozioni vissute. Alla fine si è creata e cementata una grande sintonia tra l'Amministrazione Comunale e lo CSAIN. E così, il prossimo anno e per dieci giorni, il meglio di tutte le nostre attività sportive e culturali, avrà modo di manifestarsi in una kermesse straordinaria e su di un palcoscenico di prestigio.

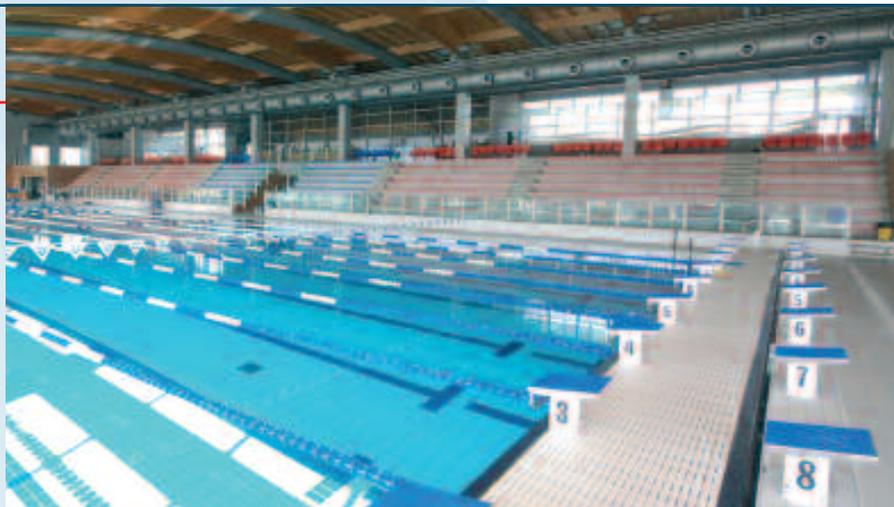
Lo CSAIN prenderà possesso di Riccione dal 4 al 13 di giugno. Questo dopo l'accordo sottoscritto tra il Sindaco Massimo Pironi e il Presidente Luigi Fortuna.

Saranno dieci giorni di sport, ma anche di turismo ricreativo e sociale, di momenti di formazione, di convegni e attività culturali. Ovviamente i dettagli dell'evento sono ancora in via di definizione, ma uno schema di base per quanto riguarda lo sport è il seguente: da venerdì 4 a domenica 6 giugno 2010 si

svolgeranno le finali di pallavolo, basket, ginnastica artistica, nuoto, atletica, wushu, ju jitsu, karate, judo, taekwondo, beach volley. Da venerdì 11 a domenica 13, le altre finali, e così ecco calcio a 11 open, calcio a 11 over 40, calcio a 5 uomini, calcio a 5 donne, beach soccer open, ginnastica aerobica, ritmi-



Il sindaco di Riccione Massimo Pironi (al centro) e il presidente Luigi Fortuna dopo la firma dell'accordo



La bella piscina olimpica al coperto di Riccione

ca, hip hop, tennis, scherma, danza. Facendo riferimento a tutto ciò, i responsabili nazionali di tutti gli sport si stanno attivando per definire al meglio i programmi e le attività sul territorio, in modo tale che entro il 10 aprile del 2010 si siano svolte le fasi interlocutorie, quelle regionali e si possano quindi conoscere i partecipanti al gran finale. Questo non toglie che saranno gradite iscrizioni, diciamo libere, per chi voglia partecipare all'evento e quindi essere parte, anche da spettatore, di un'atmosfera che si annuncia effervescente e intrigante, approfittando di pacchetti turistici vantaggiosi che sono in via di definizione.

Non solo sport si diceva. Le vie di Riccione e il suo lungomare, saranno per tutte le sere, dalle 21 alle 23.30, un palcoscenico prestigioso per quanti dello CSAIN si esibiranno in spettacoli culturali, ricreativi e sportivi. Cittadinanza e turisti potranno apprezzare l'abilità di singoli e gruppi nelle arti marziali, aerobica, danza e scherma, potranno entusiasinarsi agli spettacoli della nostra miglior tradizione folklorica, teatrali e della bandiera. Saremo in tanti a Riccione. Non mancheremo di raccontare i dettagli della marcia di avvicinamento a quello che vuole diventare l'appuntamento più importante e di sintesi del futuro dello CSAIN.

In questo spirito ben s'inseriscono le parole del Sindaco di

Riccione, Massimo Pironi: «La notizia che i prossimi campionati nazionali dei Centri Sportivi Aziendali e Industriali si svolgeranno a Riccione nel giugno 2010, mi convince, sempre più, che abbiamo intrapreso la strada giusta. In questi ultimi anni si è investito tanto nell'impiantistica sportiva e si è completata una fitta rete di strutture, diffusa su tutto il territorio cittadino, che permettono ai residenti e a tutti i turisti di poter svolgere una serie innumerevole di discipline sportive. Il principio ispiratore è, senza ombra di dubbio, il valore sociale e culturale che abbiamo sempre attribuito alla pratica sportiva. Non voglio però nascondere che, per le caratteristiche della nostra città, il costante svolgersi di eventi sportivi d'interesse nazionale e internazionale ha incrementato il numero di presenze in città. Infatti, oggi le presenze sportive rappresentano il segmento dell'economia turistica di Riccione, secondo solo al balneare. Un

RICCIONE, CAPITALE DEL TURISMO E NON SOLO

Riccione (circa 35.000 abitanti fissi) è una delle capitali del turismo italiano e internazionale. Il turismo a Riccione è quello di massa, costituito soprattutto di giovani, attratti dalla quantità e varietà di locali e discoteche presenti sul suo lungomare e sulle colline della città, insieme ai parchi di divertimento, mete preferite dei bambini. Il tutto ha contribuito a rendere la città capitale del divertimento e delle vacanze relax. Negli ultimi anni la città ha evidenziato una continua crescita di turisti stranieri di provenienza russa, che si aggiungono agli "storici" clienti tedeschi. Ma da diverse stagioni, grazie alla sua straordinaria struttura di accoglienza e all'anima attività dei suoi abitanti e dei suoi amministratori, ha saputo far crescere la sua presenza anche nei settori della cultura e dello sport, non trascurando, soprattutto d'inverno, il settore congressuale grazie al Palariccione, un'efficiente e moderna struttura, e al suo aeroporto internazionale.

risultato decisamente importante per una città sempre più proiettata a offrire impianti sportivi di ottimo livello assieme alla proverbiale ospitalità e accoglienza della gente di Romagna». Lo CSAIN, i suoi protagonisti tutti, sono pronti a fare la loro parte. ●



Lo stadio per calcio e atletica

Intervista a Carlo Magri, un imprenditore che dal 1995 è presidente di una delle Federazioni più prestigiose, quella della pallavolo. Il volley italiano, dopo il trionfo europeo delle donne, aspetta ora il rilancio degli uomini dal passato d'oro. L'occasione sarà il prossimo anno con i Mondiali che l'Italia ospiterà

«Sarà un MURO tutto azzurro»



Carlo Santi è una delle firme di punta dello sport del Messaggero. Da anni è specializzato in sport olimpici (atletica, nuoto, basket, volley, etc), ma scrive anche di calcio e di politica sportiva. Ha seguito numerose edizioni dei Giochi olimpici e i Mondiali di diverse discipline.

In un mondo di giganti c'è un dirigente che riesce a trovare in ogni situazione la soluzione giusta. Autentico equilibrista dello sport e della sua politica, Carlo Magri, settant'anni da compiere il prossimo agosto, parmense (è nato a Calestano), in passato

padrone del Parma Volley con il quale ha vinto cinque volte il tricolore (1921-83-90-92-93) e per altre sei volte è stato secondo, guida la Federazione italiana ininterrottamente dal 1995. «Adesso sono un po' stanco - dice Magri - e penso che la prossima volta, dopo Londra, lascerò il mio posto». Costruttore edile con un'innata propensione a frequentare Montecitorio e i palazzi romani, per la passione per il volley, il Parma prima e la Federazione dopo, Carlo Magri ha sempre sacrificato tutto, amicizie com- prese.

La storia sportiva di questo imprenditore comincia alla fine degli anni Settanta rivoluzionando, a Parma, il mondo della sponsorizzazione con l'abbinamento Santal grazie al quale è riuscito a portare nel suo club giocatori come Lanfranco, Errichiello e Kim Ho Chul conquistando subito due scudetti. Erano gli anni, quelli, in cui nel volley (e non solo) c'erano grandi imprenditori, autentici colossi come Benetton, Berlusconi e Ferruzzi che hanno cercato di

dare l'assalto a Parma. Tutto inutile perché Magri non solo ha resistito ma, chiamando Beбето, ha vinto altri due titoli.

La stagione d'oro della pallavolo italiana, quella targata Velasco prima e Montali dopo - ma anche Beбето - è sotto la sua gestione anche se il filosofo argentino in nazionale (nel 1989) lo ha chiamato Manlio Fidenzio. Ha vinto tutto tranne l'oro olimpico e sempre, Magri, ha vissuto ogni manifestazione con passione al limite tra il dirigente e il tecnico, perché lui un po' allenatore si sente e vorrebbe trovare la soluzione. Mai, però, si è intromesso nel lavoro dei suoi coach suggerendo sestetti o sostituzioni. La grandezza del dirigente è anche questa, straordinario nelle relazioni con l'esterno ed esperto delle cose di campo in modo da intervenire limitando i possibili errori di valutazione.

Presidente Magri, l'Italia nel 2010 ospiterà i Mondiali maschili. Una bella soddisfazione per il movimento italiano?

«Il prossimo sarà un anno parti-



Il presidente Carlo Magri durante un'intervista

colare. Ci sono i Mondiali e questo sarà uno stimolo per tutti, sarà una maniera per rilanciare il movimento ma il 2010 dovrà essere, per i club, la stagione da dedicare all'azzurro. La nazionale per il volley è un traino eccezionale e i risultati di questa squadra non devono mancare».

Lei si riferisce alla questione degli stranieri, troppo impiegati nelle squadre di serie A?

«I nostri giovani devono essere valorizzati per fare in modo di ritornare, con la nazionale, a essere vincenti. Gli stranieri devono essere limitati solo per questa ragione».

Avete creato, per le ragazze, un Club Italia con una squadra allenata dal citta Massimo Barbolini.

«Un esperimento che giudico positivo da portare avanti anche con gli uomini. Guardi, torno al discorso sugli stranieri. Il guaio è che gli stranieri sono impiegati quasi sempre nei posti decisivi dove, invece, noi dovremmo far crescere i nostri atleti, soprattutto quelli emergenti».

Il Mondiale in casa potrebbe, in questi mesi, far cambiare idea a qualche club?

«Dopo quello organizzato nel 1978 questo è il riconoscimento

del lavoro svolto dalla Federazione negli ultimi cinquant'anni. Spero che nei club qualcosa cambi per permettere di avere anche altri riconoscimenti, in particolare dal punto di vista tecnico».

Il Mondiale si chiuderà a Roma, al Palaeur.

«Sarà una festa, ma il mio augurio è che festa sia in tutte le sedi della manifestazione. Il Mondiale è dell'Italia, non di una città. Di una cosa sono certo fin da ora: saremo competitivi con

la nazionale e perfetti come organizzatori. Il Mondiale rilancerà tutta la pallavolo azzurra». **Non possiamo dimenticare che l'Italia è stata eletta, dalla Federazione mondiale, la squadra del secolo scorso e Lorenzo Bernardi il miglior giocatore.**

«Due premi che sono stati non solo apprezzati ma il riconoscimento del nostro valore, di un gruppo, e una Federazione, che si è sempre messa al servizio della pallavolo con tutti i suoi uomini».

In estate ci sono stati attriti, definiamoli così, con la Lega per quanto riguarda i club e una polemica terminata in tribunale e conclusa addirittura dopo l'inizio dei campionati.

«Il campionato lo gestisce la Lega, questo deve essere chiaro. I tribunali? Certo, non è stato piacevole in nessun senso, neppure per l'immagine, essere ricorsi ai tribunali. In futuro saremo certamente più attenti».

Ha una soluzione?

«Controllare con la massima attenzione i bilanci delle società».

Un club, Montichiari, ha lasciato la sua terra per trasferirsi a Monza.

«Concessione delle regole anche se io, personalmente, non sono d'accordo su questa



Gli azzurri Birarelli e Travica a muro durante l'ultimo Europeo

L'ITALIA GIOCHERÀ LA PRIMA FASE A MILANO

Il 24 ottobre sono stati sorteggiati a Roma i gironi dei Mondiali maschili di pallavolo che l'Italia ospiterà dal 24 settembre al 10 ottobre. La nazionale italiana si ritroverà come avversari Giappone, Egitto e Iran e giocherà a Milano. I gruppi saranno sei di quattro squadre. Al termine della prima fase verranno eliminate sei formazioni. Le diciotto qualificate verranno suddivise nuovamente in sei gironi da tre squadre che si disputeranno tra Catania, Milano e Ancona. Anche qui verranno eliminate le ultime di ciascun gruppo. Alla terza fase dunque passeranno le prime due, in tutto 12 squadre, che verranno a loro volta divise in quattro gironi da tre, tra Roma e Firenze. Le vincenti di ogni raggruppamento giocheranno per i primi quattro posti a Roma, le seconde classificate per i piazzamenti dal quinto all'ottavo a Modena, le terze classificate per quelli dal nono al dodicesimo a Firenze.

I GIRONI

Gruppo A (Milano):
Italia, Giappone, Egitto e Iran

Gruppo B (Verona):
Brasile, Spagna, Cuba e Tunisia

Gruppo C (Modena):
Russia, Portorico, Australia e Camerun

Gruppo D (Reggio Calabria):
Stati Uniti, Argentina, Venezuela e Messico

Gruppo E (Torino):
Bulgaria, Cina, Francia e Repubblica Ceca

Gruppo F (Trieste):
Serbia, Polonia, Germania e Canada

mossa. Si è privata una zona, Montichiari appunto, con grande passione della sua pallavolo».

La nazionale femminile in ottobre si è confermata campione d'Europa. Un successo straordinario quella di Simona Gioli e delle sue compagne.

«Questa squadra è una grande realtà dello sport italiano. Dimostra l'amore che c'è nei suoi confronti da parte di tutti, delle ragazze in primis, dello staff tecnico guidato da Barbolini, delle società che ci permettono di avere sempre le giocatrici al massimo della forma».

Intanto la nazionale ha perso la Augero che ha rinunciato alla maglia azzurra.

«Ci dispiace molto. Tai è un patrimonio del nostro movimento ma quando un'atleta prende una decisione come la sua, bisogna prendere atto. Barbolini riuscirà a trovare la soluzione giusta».

Si aspettava, presidente, tante soddisfazioni dalla nazionale femminile anche se lo scorso anno quell'Italia, attesa a grandi traguardi a Pechino, in Cina ha fallito?

«Sapevamo tutti delle qualità delle nostre giocatrici e del lavoro svolto. Pechino? Rimane una pagina amara di una formazione di altissimo livello. E' un po' quello che accadde, con gli uomini, a Barcellona. L'Olimpiade sembra stregata per noi». **Lo sport italiano è sempre più donna.**

«Credo che ci siano molte concomitanze, nessuna ragione particolare. In campo maschile spesso la concorrenza è maggiore e vincere diventa più difficile. In tanto, godiamoci queste vittorie».

Parliamo di città delle sue nazionali. Lei ne ha avuti, e assunti, diversi, da Velasco ad Anastasi passando per Montali.

«Tutti bravi, questo è innegabile. Ognuno ha avuto le sue

caratteristiche. Legato a qualcuno in particolare? Devi dire: a tutti».

Andrea Anastasi non ha avuto troppa fortuna agli ultimi Europei.

«Troppi giocatori assenti, qualche soluzione che il città ha adottato non ha reso come si sperava. Adesso dobbiamo pensare al 2010 con l'intento di recuperare quegli elementi che potranno darci competitività ed esperienza».

Tra le donne sembra ci sia stato qualche problema con Marco Bonitta nella squadra femminile dopo aver vinto il primo Mondiale nel 2002, problema legato alla sua gestione tecnica.

«Il rapporto si era concluso e abbiamo deciso un avvicendamento dopo le sue dimissioni dall'incarico. Solo questo».

L'Italia maschile dalla fine degli anni Ottanta con Julio Velasco ha dominato portando nel mondo del volley le sue strategie, i suoi studi, il suo lavoro. Dopo, altri si sono avvicinati a noi. Cosa è accaduto, presidente?

«Ci hanno guardato e copiato. Scherzi a parte, non dimentichiamo che nel panorama europeo la concorrenza è aumenta-



Massimo Barbolini, il città della nazionale femminile



Le azzurre gioiscono dopo aver conquistato il titolo europeo

ta con la nascita di nuovi Paesi. Tante squadre in più e in un contesto più vasto non sempre è possibile essere i leader incontrastati».

Presidente, è vero che allo sport italiano, tutto lo sport, manca troppo la scuola? E' è anche membro della Giunta del Coni e di questo ne discutete, vero?

«Ci credo poco. Certo, la scuola serve ma, penso, che la scuola abbia il compito di preparare mentalmente i ragazzi. La parte sportiva spetta alle società, che sono quelle che formano i giocatori nel nostro caso o gli atleti in altri. La mia convinzione è che il ragazzo vada preparato allo sport culturalmente».

Allora, presidente, cosa manca all'Italia sportiva per forgiare i giovani?

«Mancano gli oratori. Quelli mancano, gli oratori dove si giocava da mattina a sera, dove c'era qualcuno, il prete o un semplice istruttore, a controllare e distribuire qualche consiglio. Spero si sia capito per davvero che non c'è una solida base. Aggiungiamo, poi, il calo demografico e anche culturale».

Esiste un altro problema da

affrontare, n e l l o sport giovanile: i ragazzi stranieri, a n c h e quelli nati qui.

«In altre nazioni la questione è stata affrontata, come in Francia. Lo sport deve essere lo strumento per l'integrazione. Servono leggi adeguate

anche per salvaguardare i giovani che spesso non possono competere per questioni di passaporto».

Nel 2010 arrivano le Olimpiadi giovanili e l'Italia potrebbe non poter schierare qualche ragazzo perché non è in possesso del nostro passaporto.

«E' il primo aspetto da chiarire. Chi è nato in Italia da genitori

stranieri fino al diciottesimo anno di età non è nostro cittadino. A questi giovani si vieta la soddisfazione di una grande manifestazione all'inizio della carriera e la possibilità di giocare nella squadre nazionali juniores».

Il Mondiale maschile nel 2010 e poi, l'anno seguente, il Mondiale di beach volley a Roma.

«Bella soddisfazione per la nostra pallavolo. Vedrete, al Foro Italico, perché lì si svolgerà il Mondiale del beach, ci sarà un'attenzione speciale. Il beach attrae molto, è un bel movimento, cattura i giovani, li appassiona. Sarà estate, il Foro diventerà bellissimo come lo è stato per i Mondiali di nuoto».

Il Foro Italico che potrebbe, nel 2020, essere teatro delle Olimpiadi.

«Sarebbe straordinario riavere i Giochi a Roma. Non solo perché i Giochi sono il massimo dello sport ma perché permetterebbero a questa città di cambiare volto, di essere al vertice mondiale per impiantistica e strutture. Solo un'Olimpiade sa cambiare il volto di una città e di un Paese». ●



Un gruppo di tifosi con la mascotte dei Mondiali 2010



Fratelli di MISCHIA

L'Italia del rugby è ripartita per l'avventura del 6 Nazioni contando sempre sui fratelli Bergamasco. Mirco e Marco rispondono alle nostre cento domande per scoprire affinità e diversità

La popolarità del gioco del Rugby è in continua ascesa. Lo è anche nel nostro paese. La cronaca recente torna a certificarlo anche come sport olimpico nella formula a sette giocatori. Per il mondo della palla ovale il futuro è stracolmo di certezze. Nel nostro paese sono sempre di più i giovani che si avvicinano a questo esercizio di coraggio e lealtà. A questo successo molto ha contribuito l'avventura della nostra nazionale nello straordinario torneo delle Sei Nazioni. Rugby a 15. Poco importa che le vittorie azzurre si continuo sulle dita di una mano, quello che attrae è il fascino di una partita che vede trenta giocatori interpretare una filosofia antica nella quale la fisicità degli scontri esalta un'etica comportamentale necessariamente assoluta. Prima, durante, e dopo la partita. Basti pensare al cosiddetto "terzo tempo", quel momento che segue l'ostilità agonistica e che vede i protagonisti, prima avversari, unirsi nella festa del

dopo, priva di rancori e generosa di allegria e di rispetto reciproco. Quel "terzo tempo" che il nostro calcio sta cercando di introdurre, deformandolo in verità, per cercare di migliorare la sua natura spesso caratterizzata da atteggiamenti beceri. Inevitabile riportare quanto scritto da un giornalista statunitense, Henry Blaha, a questo proposito: "Il rugby è un gioco bestiale giocato da gentiluomini, il calcio è un gioco da gentiluomini giocato dalle bestie". Andando oltre l'enfasi spettacolare di tali espressioni, vale la pena sottolineare ancora una volta l'attrazione che questo sport sta esercitando su molti giovani e giovanissimi. Una nuova generazione di giocatori si sta formando. Ci vorrà del tempo perché si possa manifestare pienamente nella forma di giocatori veri. Val la pena aspettare. E' giusto aspettare. Nel frattempo il nostro quindici azzurro, per crescere, non ha paura di confrontarsi in test

match contro squadre che sono la storia del Rugby. In questo mese di novembre, il 14 a Milano, contro i mitici All Black, i tutti neri con la loro danza haka, poi il 21 a Udine, contro il Sud Africa ed il suo altrettanto mitico XV Springboks, campioni del mondo in carica, infine contro le Isole Samoa ad Ascoli il 28. In una squadra che non manca, per necessità tecnica, di oriundi e naturalizzati, il cuore della tradizione italiana è soprattutto in due fratelli nati entrambi a Padova: Marco e Mirco Bergamasco. In ogni partita il loro talento non passa mai inosservato. I loro profili, la loro furia agonistica, i loro movimenti, hanno la plasticità di due eroi greci che il buon Fidia avrebbe sicuramente ritratto ispirato da ammirazione vera. Sono proprio loro i protagonisti del nostro incontro ravvicinato, sicuri che le loro parole stimoleranno buoni pensieri, soprattutto nei giovani che leggendo, virtualmente li ascolteranno.

chi sei?

1) Nome e cognome:

Mirco Bergamasco
Mauro Bergamasco

2) Data e luogo di nascita

Mirco: 23 febbraio 1983,
a Padova
Marco: 1 maggio 1979,
a Padova

3) Segno zodiacale

Mirco: Pesci
Marco: Toro

4) Altezza

Mirco: 1m80
Marco: 1m83

5) Peso

Mirco: 95 kg
Marco: 102 kg

6) Numero di scarpe

Mirco: 44 1/2
Marco: 44 1/2

7) Capelli

Mirco: Castano chiaro ;-)
Marco: Castano chiaro

8) Occhi

Mirco: verdi
Marco: azzurri

9) Stato di famiglia

Mirco: single
Marco: celibe



Marco Bergamasco



Mirco Bergamasco in azione

10) Domicilio

Mirco: segreto professionale
Marco: Parigi

11) Studi

Mirco: diploma di ragioneria
Marco: diploma tecnico geometra, studente scienze motorie

12) Lingue straniere

Mirco: francese e inglese
Marco: francese e inglese, lo spagnolo? Non ancora...

profilo

13) Carattere:

Mirco: timido
Marco: estroverso

14) Qualità dominante

Mirco: ascoltatore
Marco: diplomazia

15) Difetto dominante

Mirco: testardo
Marco: iperattivo

16) Hobby

Mirco: niente di particolare
Marco: dipende dai momenti, "fai da te"

17) Mania

Mirco: mangiare dolci
Marco: mangiarmi le unghie

18) Desideri

Mirco: vincere il 6 Nazioni di rugby

Marco: famiglia

19) Complesso

Mirco: nessuno
Marco: ?

20) Superstizione

Mirco: pensare il contrario di quello che vorrei accadesse (non funziona quasi mai!!!!)

Marco: -

21) Modo di vestire

Mirco: molto semplice e sportivo jeans e t-shirt

Marco: casual ed elegante, mi adatto alle situazioni

22) Mezzo di locomozione

Mirco: macchina ma userei più la vespa se potessi

Marco: ultimamente bicicletta da corsa

23) Ora della sveglia

Mirco: 8h

Marco: dipende dalle giornate, può essere alle 7 e 30

24) Ora del sonno

Mirco: 23h30

Marco: variabile, il più delle volte dopo le 22 e 30

curriculum

25) Primo match visto:

Mirco: Selvazzano Rugby-Cus Padova

Marco: Petrarca contro "non so chi" nell'82/83

26) Primo incontro disputato

Mirco: proprio non ricordo!!!

Marco: con il Selvazzano Rugby al torneo "Città di Treviso" nell'85

27) Prima soddisfazione

Mirco: vittoria torneo nazionale under 9 a Udine

Marco: campione d'Italia under 18 con il Petrarca Rugby contro L'Aquila

28) Prima delusione

Mirco: primo cartellino rosso della mia carriera all'età di 16 anni durante una partita, per essermi rivolto male all'arbitro (ancora mi vergogno!)

Marco: finale scudetto under 21 persa con il Petrarca Rugby contro L'Aquila

29) Prima maglia azzurra

Mirco: con la nazionale maggiore il 02/02/2002 a Parigi contro la Francia..con le selezioni juniores mi sembra under 16,

Italia-Inghilterra a Udine vittoria per 11 a 5 (non ricordo benissimo)

Marco: Italia vs Olanda, qualificazioni per la World Cup '99 ad Huddersfield, in Inghilterra

30) Primo match del Sei Nazioni

Mirco: lo stesso della mia prima maglia azzurra con la nazionale maggiore (02/02/2002)

Marco: Italia vs Scozia, vinto al Flaminio

31) Primo scudetto

Mirco: con lo Stade Francais a Parigi nel 2004 anche se non ho giocato la finale, mentre in Italia mai

Marco: con la Benetton Rugby per la stagione 2000/2001

32) Match più spettacolare

Mirco: Scozia-Italia a Edimburgo il 24 febbraio 2007 segnammo 3 mete nei primo 6 minuti di partita con 3 intercetti

Marco: finale scudetto top 16 2004 con lo Stade francais contro Perpignan

33) Meta più spettacolare

Mirco: Italia-Inghilterra a Roma, stadio Flaminio 6 Nazioni 2006;

azione iniziata nei nostri 22 e terminata con una mia meta in mezzo ai pali dell'area di meta inglese!

Marco: Scozia vs Italia del 6 Nazioni 2001

34) Primo infortunio serio

Mirco: fortunatamente ancora non ho avuto infortuni seri; lo stop più lungo nel 2005, operato alla spalla a fine stagione perché instabile; 3 mesi e mezzo senza giocare

Marco: doppia frattura piede sinistro, match di play-off con il Petrarca contro Calvisano, stagione 1999/2000

35) Delusione più grande

Mirco: perdere in casa davanti al proprio pubblico!

Marco: sconfitta in finale di Hcup 2005 con Stade Francais contro Stade Toulousain

che effetto fa

36) Essere un personaggio:

Mirco: strano!

Marco: fa piacere, ripaga in un certo qual senso, ma lo si assapora quando si riesce e si vuol rimanere comunque se stessi

37) Il dolore fisico

Mirco: male!!!

Marco: male...

38) Un complimento vero

Mirco: gratifica

Marco: fa arrossire...

39) Un complimento falso

Mirco: ipocrisia

Marco: fa arrabbiare!

40) Vivere in quest'epoca

Mirco: sembra tutto più facile ma allo stesso tempo difficile

Marco: ci rende consapevoli che talvolta ci sbagliamo

41) Il denaro

Mirco: sollievo... l'impressione è che la vita diventi sempre più cara!

Marco: un bell'effetto... quando ce l'hai in tasca...è vero che è



Marco e Mirco giocano entrambi in Francia

importante, se non addirittura indispensabile, però "andrebbe usato con più cautela"

42) L'amore

Mirco: completa la vita

Marco: -

43) Il passare degli anni

Mirco: paura

Marco: nessuno, tanto prima o poi ci dobbiamo passare tutti!

le preferenze

44) Ora:

Mirco: 10h

Marco: 16.30

45) Giorni

Mirco: sabato e domenica

Marco: sabato

46) Mese

Mirco: febbraio

Marco: maggio

47) Stagione

Mirco: primavera

Marco: primavera

48) Numero

Mirco: 21

Marco: 7

49) Lettera

Mirco: T

Marco: O

50) Vacanza

Mirco: Polinesia

Marco: quando ne farò una come si deve lo dirò!

51) Città italiana

Mirco: Milano

Marco: Milano

52) Città straniera

Mirco: Mosca

Marco: New York

53) Nazione

Mirco: Italia

Marco: Italia

il palato

54) Aperitivo:

Mirco: Spritz

Marco: vino bianco

55) Antipasto

Mirco: prosciutto crudo e melone

Marco: affettati misti

56) Primo piatto

Mirco: le lasagne della nonna

Marco: risotto coi "fegadini"

57) Carne

Mirco: la fiorentina

Marco: filetto

58) Pesce

Mirco: trota salmonata

Marco: trota salmonata

59) Formaggio

Mirco: parmigiano

Marco: ...tutti!

60) Frutta

Mirco: Lyci

Marco: fico

61) Dolce

Mirco:

la zuppa inglese della nonna

Marco: tiramisù

62) Vino

Mirco: Amarone

Marco: rosso preferibilmente, un

Donnafugata potrebbe andare

63) Liquore

Mirco: Amaretto

Marco: grappa di Picolit

la cultura

64) Lo scrittore:

Mirco: Camilleri

Marco: Alessandro Baricco

65) Il fumetto

Mirco: Topolino

Marco: Diabolik

66) Il poeta

Mirco: Dante Alighieri

Marco: Alda Merini, Montale

67) Il pittore

Mirco: mio cugino Nereo

Marco: Van Gogh

68) La musica

Mirco: tutti i generi

Marco: quella che mi fa cantare

69) Lo scienziato

Mirco: Leonardo da Vinci

Marco: Rita Levi Montalcini

70) L'uomo politico

Mirco: Cavour

Marco: Andreotti

71) La scienza

Mirco: Aeronautica



Il più giovane Mirco

Marco: -

72) Il quotidiano

Mirco: L'Equipe

Marco: dipende, cerco di variare per conoscere diversi punti di vista

gli svaghi

73) Il cantante:

Mirco: Giorgia

Marco: Vasco Rossi

74) L'attrice italiana

Mirco: Caterina Murino

Marco: Maya Sansa

75) L'attore italiano

Mirco: Diego Abatantuono

Marco: Michael Schermi

76) Il comico italiano

Mirco: Claudio Bisio

Marco: non ce n'è uno...uno per tutti, Roberto Benigni!

77) L'attrice straniera

Mirco: Uma Thurman

Marco: Angelina Jolie

78) L'attore straniero

Mirco: Al Pacino

Marco: Al Pacino

79) Il presentatore

Mirco: Paolo Bonolis

Marco: Paolo Bonolis

i ricordi d'infanzia

80) La favola:

Mirco: i tre porcellini

Marco: Cappuccetto rosso

81) Il gioco

Mirco: risiko

Marco: battaglia navale

82) Il disegno

Mirco: le montagne, un sole

e la casetta che fumava

Marco: -

83) I genitori

Mirco: il terzo tempo

del Selvazzano rugby

Marco: Arturo e Lorenza

84) Il buio

Mirco: non mi faceva buio

Marco: i fantasmi

85) La scuola

Mirco: la "Francesco Baracca"

a Tencarola di Selvazzano

Marco: a tempo pieno, una

ricreazione lunghissima dopo il

pranzo

86) Gli insegnanti

Mirco: La prof.ssa di italiano

Barbieri

Marco: i migliori sempre

87) L'età decisiva

Mirco: 16 anni

Marco: tra i 16 ed i 18



Mirco e Marco in posa per calendario osé



La grinta di Mauro

il meglio di sempre

88) Il libro:

Mirco: Il Codice da Vinci

Marco: -

89) Il film

Mirco: Il Padrino

Marco: Forrest Gump

90) Il disco

Mirco: Pittura Freska

Marco: Rondò veneziano

91) Lo show televisivo

Mirco: Chi ha salvato Peter Pan!

Marco: -

92) Avvenimento sportivo

Mirco: Rugby World Cup

Marco: 6 Nazioni

93) Campione italiano

Mirco: Valentino Rossi

Marco: Yuri Chechi, Valentino

Rossi, Gennaro Gattuso

94) Campione straniero

Mirco: Bolt

Marco: Michael Schumacher

95) Vittoria più bella

Mirco: La vittoria del Sudafrica

ai Mondiali del 1995

Marco: Scozia vs Italia nel

6 Nazioni 2007

96) Sconfitta più incredibile

Mirco: quella degli All Blacks nei quarti dei mondiali 2007

Marco: Irlanda vs Italia nel 6 Nazioni 2006

97) Avvenimento privato

Mirco: il diploma in

ragioneria nel 2002

Marco: ... beh, è privato!!!

per concludere

98) Chi sono stati i tuoi allenatori:

Mirco: mio padre Arturo,

Babetto, Ravanelli, Lorigiola,

Cavinato, Kirwan, Berbizier,

Mallett e via così...

Marco: mio padre, Luca

Springolo, Marco Pierangelo,

Nicola Gottardo, Marzio

Zanato, Luca Giorio, Vittorio

Munari, Michael Ceika, George

Coste, Massimo Mascioletti,

Brad Johnstone, John Kirwan,

Pierre Berbizier, Nickolas

Mallett e spero di non aver

dimenticato nessuno...

99) Qual è il tuo motto preferito

Mirco: chi la dura la vince

Marco: non fare agli altri quello

che non vorresti fosse fatto a te.

100) Definisciti in poche parole

Mirco: gran lavoratore,

non mi arrendo mai!!!

Marco: vero!

Lo sport italiano al femminile continua a crescere per partecipazione e risultati. Tutto iniziò, a livello olimpico, con la presenza ad Anversa 1920 della tennista Gagliardi, unica donna azzurra insieme a 169 uomini.

Gianfranco Colasante, storico dello sport, ci racconta la storia di questa dimenticata "suffragetta"



*Gianfranco Colasante, giornalista e scrittore, si è occupato per oltre quarant'anni della comunicazione nel CONI. Specialista di sport dell'Ottocento e dell'Olimpismo, ha scritto numerosi libri di approfondimento. In particolare: *Lo sport in Italia* (1977, edito dalla Presidenza del Consiglio); *Momenti di Gloria* (1993, Premio Bancarella); *La nascita del Movimento Olimpico in Italia* (1996, per il Centenario dei Giochi indetto dal CIO); *Alle radici dell'Olimpismo Italiano* (2006, edito dal TOROC per i Giochi di Torino). Su incarico del Ministero per i Beni e le Attività culturali nel biennio 2003-04 ha redatto i percorsi del "Museo Nazionale dello Sport". Per conto dell'Istituto Treccani ha diretto la "Enciclopedia dello Sport" il cui settimo volume ha visto la luce nel 2005. Attualmente dirige il quotidiano telematico SportOlimpico (www.sportolimpico.it).*

Da Rosetta al boom "ROSA"

Ssecondo molti osservatori, lo sport (olimpico) italiano diventa sempre più al femminile. Non per nulla le previsioni del CONI indicano che il sorpasso è prossimo, si concretizzerà a Londra 2012: a quell'epoca il numero delle medaglie conquistate dalle signore dovrebbe superare quelle degli uomini. Staremo a vedere. Ma è certo che, nelle ultime edizioni dei Giochi estivi, le squadre italiane hanno registrato una crescita esponenziale delle donne rispetto ai maschi. La componente femminile - in termini percentuali - era stata del 30,6 ad Atlanta 1996, a Sydney 2000 era salita al 31,9, ad Atene 2004 era schizzata al 37,1, a Pechino 2008 ha raggiunto il 39,2. Per memoria si può ricordare che a Roma 1960 era appena del 12,1 per cento. Dati un po' freddi, ma che sollecitano almeno una domanda: chi è stata la prima ad aprire

questa strada? Pochi ne ricordano il nome: si trattava di una ragazza milanese di venticinque anni che si chiamava Rosetta Gagliardi. È lei la prima italiana ad aver gareggiato ai Giochi Olimpici. Capì nel 1920 ad Anversa.

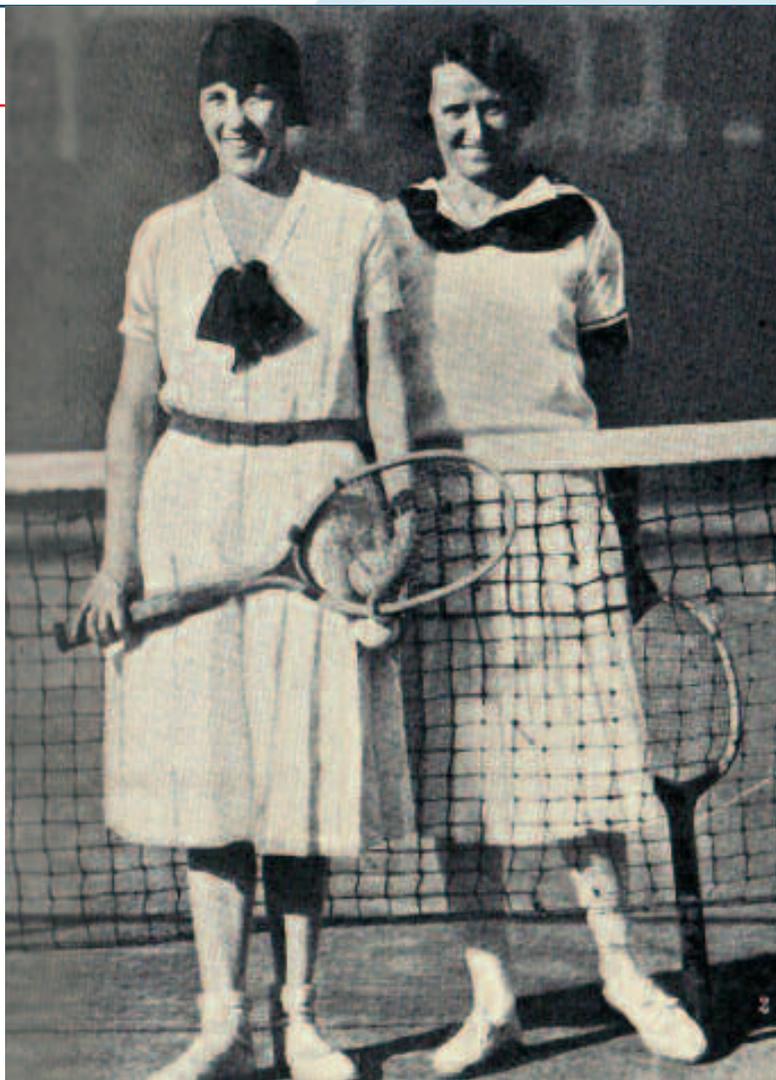
La grande guerra si era conclusa da un anno e mezzo, lasciando molte ferite e molte piaghe. Il nostro Paese era alle prese con gravi sussulti sociali, attraversava i mesi concitati della "vittoria mutilata", dell'impresa fiumana, mentre stava per aprirsi il "biennio rosso" che spianerà la strada di Roma alle camicie nere. Sono tempi d'incertezze e di disoccupazione, di violenze e lunghi scioperi.

In quelle condizioni, parlare di Olimpiadi appariva una frivolezza, un'irriverenza. Per di più non c'era nessun organismo in grado di occuparsi seriamente della partecipazione degli

azzurri a quei Giochi, che de Coubertin aveva fortemente voluto che ripartissero dal maratoriato Belgio. E poi, chi sosterebbe le spese? L'incertezza e lo scetticismo durano fino a poche settimane dall'inaugurazione. Poi, l'inatteso colpo di teatro. Di affrontare e risolvere l'intera questione s'incarica il dinamico generale Carlo Montù, formalmente presidente di un CONI che non ha né strutture né mezzi. Vista l'impossibilità di avere un contributo governativo - sollecitato, ma rifiutato - Montù ha un'idea un po' folle: lanciare una sottoscrizione popolare per raggranellare i fondi per poter mandare la squadra olimpica ad Anversa. Ottiene un successo insperato: in pochi giorni raccoglie la somma desiderata, superiore al mezzo milione di lire. In quel modo, la squadra può essere assemblata e salire sul treno. Qualche lira avanza anche per dotare i suoi membri di una divisa: è la prima volta che accade nella storia olimpica italiana.

Partono così per Anversa 170 atleti: 169 uomini e una ragazza, la nostra Rosetta, vera suffragetta dello sport azzurro. Ma vediamo da presso, questa giovane nata a Milano il 9 febbraio 1895. Le foto seppiate della cerimonia d'apertura la mostrano sorreggere a due mani un pesante gagliardetto, mentre sfilava - un po' intimidita - alla destra del grande Nedo Nadi, il quale a sua volta inalbera la lunga e pesante asta col tricolore e che la sovrasta in altezza di più di una spanna. Era la sola senza divisa. Per l'occasione aveva indossato un leggero abito bianco a balze ricamate e un cappellino a caschetto di un imprecisato colore scuro, che quelle foto non ci trasmettono. Nota di civetteria: un sottile monile a stringere l'avambraccio destro e un orologio di foggia maschile al polso sinistro.

Rosetta Gagliardi si misurò con coraggio nel torneo di tennis.



Una rara foto di Rosetta Gagliardi (a destra) insieme alla collega Teda Marchini

Non proprio da sprovveduta, se è vero che nel singolare approdò al secondo turno, facendo anche un'apparizione in doppio misto in coppia con il genovese Cesare Colombo. Una prova di coraggio.

Risiedeva proprio nel coraggio l'arma migliore della giovane. Almeno a stare il giudizio che di lei forniva il conte Alberto Bonacossa, suo primo tifoso, il quale ne apprezzava le caratteristiche di gioco e la combattività: "Non tralascia mai di tentare di riprendere una palla impossibile, e la sua resistenza è incommensurabile; i suoi pallonetti sono diventati un'istituzione". Era il suo tipo di gioco, quello più congeniale, impostato sull'attesa, sulla difensiva. "La nostra tecnica era piuttosto approssimativa, io servivo di sotto, tagliato, e la mia arma più terribile era il pallonetto", ricor-

derà molti anni dopo. Come tennista la giovane Rosetta era cresciuta proprio al "TC Milano" che Bonacossa aveva costruito a proprie spese.

E le sue armi le aveva affinate proprio in quel ristretto cenacolo del lawn-tennis che si era andato raccogliendo attorno alla lunga e carismatica figura di Bonacossa, in un'epoca nella quale "si giocava senza maestri e ognuno inventava il suo tennis" personale. Tanto che quando il conte decise di organizzare il viaggio di un gruppo di giocatori del circolo per partecipare ai Giochi, parve naturale che di quella spedizione facessero parte anche le signore, almeno quelle che abitualmente frequentavano il club milanese. Ma a conti fatti era partita la sola Rosetta che più di tutte pareva avere la determinazione giusta per uscire dal piccolo circuito

frequentato, le cui trasferte si esaurivano in brevi tappe a St. Moritz o a Montecarlo.

È vero, ci voleva del coraggio per sfidare quella roccaforte maschile ch'era lo sport di quegli anni, con tutti i suoi pregiudizi, tanto più nel tennis dove era ancora più difficile farsi largo. Per una signorina, poi, era problematico anche abbigliarsi correttamente per giocare, con quell'imperativo che imponeva di non scoprirsi troppo. Per questo la divina Suzanne Lenglen consigliava alle signore "un semplice abito-camicia di tela, o di piqué bianco, stretto alla vita da un nastro o da una cintura; maniche corte, scarpe di tela bianca, turbante avvolto intorno al capo". L'aria dello sport Rosetta l'aveva respirata in casa sin da bambina, dal momento che suo padre era stato un dirigente del ciclistico "Veloce Club Milano". Niente bicicletta per lei (sarebbe stato sconveniente ...), ma il distinto pattinaggio a rotelle sin dai dieci anni d'età; poi, prima dei venti, l'incontro con il tennis e, più tardi ancora, con il nuoto e con la scherma. Sin dai primi approcci con la racchetta la ragazza aveva mostrato di possedere le doti giuste, sia fisiche sia caratteriali, pur se nella tecnica la soprazzano diverse altre, come la baronessina Bologna e la più giovane Giulia Perelli che ne diventerà inseparabile e fidata compagna di doppio. Ad Anversa - dove il gruppo dei tennisti italiani alloggiò a proprie spese in albergo e non nel ritiro della "Casa degli Italiani", la villetta che Montù, aveva affittato per ospitare gli azzurri -, coccolata un po' da tutti, la Gagliardi si fece apprezzare oltre le attese, tanto da far dire a Bonacossa: "E' stata l'idolo della colonia italiana, ha stupito tutti per il suo gioco energico, per la difesa ad oltranza, per la capacità prodigiosa nei movimenti, per la grande tecnica di gara". Campionessa italiana di singolare dal 1919 al 1922, ma



Rosetta Gagliardi insieme al marito George S. Prouse (a destra) e al conte Bonacossa

sconfitta l'anno seguente dall'amica Perelli, si riprese il titolo nel 1924, all'epoca della sua seconda esperienza olimpica. Ormai ci ha preso gusto e si sente più matura. Così, a Colombes, Rosetta si sottopose a un vero tour-de-force partecipando ai tornei di singolare, di doppio misto e di doppio femminile. Un menù pantagruelico. Nel doppio, in coppia con la fida Perelli, arrivò fino ai Quarti, sfiorando l'accesso alla Semifinale dopo aver perso il primo set più per sfortuna che per demeriti. Ma non aveva mai del tutto rinunciato al pattinaggio, tanto da riuscire a vincere - tra il 1912 e il '22 - sei titoli italiani sulle rotelle. Aveva provato anche sul ghiaccio, disciplina che alla corte del conte Bonacossa era un vero culto, tanto da porre in serie difficoltà la stessa contessa Marisa, consorte del

Bonacossa e di lei buona amica, nel corso dei campionati 1921 tenutisi a Madesimo. Ma gli anni passavano presto. Nel frattempo c'era stato l'incontro con il futuro marito, un giocatore neozelandese arrivato a Milano per studiare il bel canto: George S. Prouse. Più tardi, dopo aver fatto parte della C.T. italiana per la Davis, Prouse avrebbe preso un'altra strada, affermandosi come il maggior costruttore di racchette in Italia. Dopo il matrimonio, avvenuto nel 1932, Rosetta lasciò definitivamente il tennis e lo sport, anche per la nascita del primogenito Johnny, che non ne avrebbe seguito le orme, preferendo gli studi e la laurea in ingegneria presa in Inghilterra. La prima donna dello sport olimpico italiano, troppo presto dimenticata, si è spenta in Svizzera a fine luglio del 1973. ●

Due esperti tecnici suggeriscono la strada da intraprendere nell'allenare giovani aspiranti atleti: come scegliere il gruppo di specialità più idonee alle loro caratteristiche e la giuste metodiche di allenamento adatte alla loro età

Non **PERDIAMO** il campioncino



Antonio La Torre è professore associato presso la Facoltà di Scienze Motorie, Università degli Studi di Milano in "Metodi e Didattiche delle Attività Sportive". Tecnico di atletica leggera è l'allenatore personale del marciatore Ivano Brugnetti, campione mondiale della 50 km a Siviglia 1999 e campione olimpico della 20 km ad Atene 2004. Appassionato fruitore di musica rock (fan di Bruce Springsteen, degli WHO e dei Pearl Jam). Ha visto almeno 100 volte il film "The Blues Brothers".



Antonio Dotti è diplomato in educazione fisica e laureato in scienze motorie. E' maitrise in sciences et techniques des activite's physiques et sportives. Tecnico benemerito (carica ad honorem) della Fidal è stato responsabile nazionale del settore mezzofondo veloce. Ama i gialli scritti da svedesi

Quando un giovane aspirante atleta si presenta su di un campo di atletica leggera, al tecnico compete un compito arduo ma decisivo: attraverso la valutazione delle qualità fisiche e motorie indirizzarlo a un gruppo di specialità nelle quali potrebbe eccellere per poi indicargli, una volta giunta l'età della specializzazione, una specifica disciplina. Il compito è di per sé difficile perché richiede esperienza e utilizzo di procedure che siano sufficientemente idonee e consolidate. Di solito invece questo tipo di screening non si attua o perché la struttura fisica dell'allievo è già per sé rivelante (si pensi ai lanci) o perché il tecnico privilegia alcune specialità e quindi, invece di adattare al giovane una veste che ne esalti le peculiarità, si limita a vestirlo con i panni che come tecnico più gli aggradano. Ci troviamo di fronte ad un'imposizione che appare lieve soprattutto se l'atleta è dotato di buone qualità motorie di partenza e quindi in grado di eccellere in un'ampia gamma di discipline



mente impostate, l'importante traguardo raggiunto sarà quello fondamentale ai fini della prestazione, cioè l'economia del gesto atletico (importante non solo nella corsa ma anche in specialità molto tecniche come quelli dei salti o dei lanci). Non ci si stancherà mai di ripetere che chi aspira al raggiungimento dei più alti livelli non può prescindere dal possedere una tecnica esecutiva estremamente raffinata.

Ogni individuo rappresenta un essere unico e originale, con il proprio patrimonio genetico le cui risposte di apprendimento e di adattamento soggiacciono a una legge definita "eterocronia" che ne caratterizza la tempistica. Grave errore sarebbe di non tenere in considerazione da parte del tecnico gli aspetti temporali dell'apprendimento. Si limiterebbe il processo educativo. E di conseguenza si consegnerebbe al giovane una capacità monca che potrebbe essere limitante per la prestazione futura. Una volta iniziato il cammino dell'allenamento, il tecnico deve tenere presente alcuni principi che costituiranno gli elementi fondanti della sua metodologia di allenamento.

(e non solo quelle atletiche), ma che deve far riflettere perché potrebbe rivelarsi un fattore limitante lo sviluppo e l'esplorazione delle potenzialità atletiche del ragazzo. Dunque il primo suggerimento, una volta iniziato il percorso didattico, è quello di proporre sequenze di movimenti estremamente vari che accrescano il bagaglio motorio del giovane atleta. Il primo obiettivo da realizzare è quello di fare anzitutto un atleta, poi si deciderà se velocista, lanciatore, saltatore o corridore di medie-lunghe distanze. Dovrebbe essere questo un principio condiviso da tutti coloro che si occupano di attività sportiva e di sviluppo delle carriere sportive dei giovani atleti. Seguendo il principio della multilateralità (e per tale termine s'intende la ricerca di una formazione motoria mai standardizzata, ma tesa alla messa in crisi delle abilità consolidate) il tecnico dovrà far pervenire il giovane a livelli che gli assicurino:

- una buona mobilità articolare;
- un'ottima coordinazione;
- buona efficienza muscolare
- rapidità di azioni sia semplici sia complesse.

Il periodo temporale favorevole a questo tipo di apprendimento in realtà sarebbe di gran lunga superato, poiché queste abilità motorie dovrebbero essere affinate nella scuola primaria, ma tant'è, qualcuno deve pur svilupparle e se Maometto non va alla montagna...

La varietà delle sedute di allenamento assicurate da continue novità motorie (ed anche interessanti sfide psicologiche) sarà il presupposto utile a consentire al tecnico la garanzia di un lungo periodo di lavoro, necessario per far evolvere le capacità del giovane atleta.

Nel merito, considerato che tanto è più allungato il muscolo, maggiore sarà la sua capacità di contrarsi in età giovanile, sarà fondamentale occuparsi soprattutto di creare situazioni di particolare allungamento muscolare e di efficacia del gesto. In questa età le qualità di forza (elemento fondante di tutte le qualità condizionali) sono soggette ai forti cambiamenti biologici e strutturali legati all'età e ai processi di crescita (la produzione di testosterone su tutte). I tumultuosi cambiamenti in atto richiedono al tecnico un'attenzione particolare alla cura dell'efficacia dei gesti e alla qualità dei movimenti realizzati dai giovani atleti. Questa tappa del percorso didattico tende a sviluppare i presupposti di un gesto tecnico corretto che con il passare del tempo verrà arricchito da ulteriori movimenti complessi. Se le basi iniziali saranno state esatta-





Innanzitutto si deve contenere la voglia di applicare metodi di lavoro utilizzati da atleti adulti; questa tendenza che utilizza il termine tecnico di "micronizzazione" rappresenta l'abitudine di ridurre come numero e quantità, gli allenamenti previsti per gli atleti adulti; quando invece s'intende impostare un lavoro per un atleta giovane è necessario pensare di trovarsi di fronte ad un soggetto del tutto nuovo che richiede nuovi mezzi di lavoro. E' facile essere aggiornati sulle metodologie di allenamento dei grandi atleti.

Bisogna però tenere conto che essi sono il risultato di una lunga applicazione ed elaborazione su di un individuo particolarmente dotato e quindi in grado di sostenere moli di lavoro che per altri risulterebbero pericolosi. Gli schemi di allenamento di un adulto non devono essere ridotti poiché sono ridotte le sedute di allenamento; essi rappresentano elementi che andranno affrontati in tempi successivi. In più non bisogna dimenticare che il campione ha percorso una strada che portandolo all'eccellenza ha compreso in sé tutta una serie di passaggi formativi fondamentali.

Limitandosi a copiare quanto fatto dal campione, e non conoscendo minuziosamente tutto il

suo percorso formativo, si andrebbe incontro a un processo formativo che inevitabilmente porterebbe a ignorare momenti importanti e quindi causare il fallimento.

L'errore di seguire metodologie destinate ad atleti adulti porta a intraprendere strade che certamente nel breve periodo saranno utili per il raggiungimento di buoni risultati, ma nel lungo periodo saranno altamente limitanti in quanto le scelte metodologiche sono rivolte meno all'aspetto di costruzione di un fisico ancora in formazione e più all'immediato ottenimento di un risultato forzando quell'eterocronia cui si accennava poc'anzi. Le abilità motorie acquisite devono essere il frutto di un piano educativo ben preciso e non il risultato di forzature che impedirebbero la perfetta integrazione con altri movimenti di qualità e difficoltà superiore.

Il non rispettare le giuste tempistiche porta spesso il tecnico a non considerare che in età giovanile le modificazioni fisiche sono tumultuose e devono consentire allenamenti non esagerati come quantità, anche se bisogna comunque educare a "fare tanto lavoro, variato, che stimoli tutta la vasta gamma di capacità del giovane atleta", favoriti dal fatto che la struttura muscolare non ha assunto ancora una sua forma definitiva. Se invece si sottopongono gli atleti ad allenamenti molto voluminosi e intensivi, ci sarà una risposta anabolica eccellente ma che non si manterrà nel tempo, per cui assisteremo ad atleti che primeggiano nelle categorie giovanili per divenire sempre più modesti man mano che essi si stabilizzano nella crescita. Il che porta alla disaffezione (vista la modestia dei risultati che contrasta con l'abitudine a primeggiare), motivo principale adottato anche da molti tecnici per spiegare gli abbandoni giovanili, mentre converrebbe porsi auto criticamente il tema del non rispetto di approcci equilibrati e rispettosi

dei processi di maturazione degli atleti. In un giovane conviene perseguire molti più momenti di massima forma proprio perché avvengono modificazioni morfologiche continue e non è possibile né consigliabile ipotizzare un solo periodo di massima forma. E' invece preferibile prevedere diversi momenti nell'anno in cui il giovane si troverà a esprimere il potenziale "di quel momento".

Tutto ciò consentirà al tecnico di soffermarsi con più calma sulla compensazione di eventuali carenze, causa principale della mancanza del raggiungimento di livelli assoluti di prestazione, sapendo che comunque i risultati consoni a quel momento temporale sono solo rimandati di poco. Molti studi oramai presentano casistiche che dimostrano in modo evidente che in caso di una forzatura della progressione cognitiva si va incontro a un potenziale inevitabilmente monco che porterà inevitabilmente il giovane a privarsi della possibilità di raggiungere appieno le sue possibilità massimali. Il tecnico deve dunque assicurare:

A) Una seduta di allenamento interessante in cui gli obiettivi di quell'allenamento vengono perseguiti attraverso strade il più possibile varie e non ripetute.

B) La seduta deve essere impegnativa in proporzione alle possibilità del ragazzo; bisogna costruire l'allenamento sul ragazzo e non viceversa.

C) La seduta deve essere spiegata ed essere estremamente chiara circa le finalità da perseguire. Il ragazzo deve sapere che cosa sta facendo. Ignorare gli scopi e i mezzi per ottenerli porta al rifiuto di un lavoro se lo si giudica troppo faticoso e senza senso.

Se ci si atterrà a questi principi potranno essere evitati errori che al momento parranno veniali ma che nel proseguire dell'allenamento costituiranno veri e propri muri invalicabili per la realizzazione del talento dell'atleta. ●

Con questo articolo del suo Presidente inizia la collaborazione tra la nostra rivista e la Federazione Medico Sportiva Italiana. Si parte ricordando il ruolo, sempre più importante e ampio, svolto dall'ente e non solo nei riguardi degli atleti



FMSI, per lo sport e la vita

"Siamo incorsi fino ad oggi in un grave errore lasciando che i giovani si gettino con cieco entusiasmo nello sport, senza sapere fin dove il loro organismo possa sopportare il lavoro muscolare imposto ricevendone il bene e quando incominci a riceverne il male. E' necessario che all'istruttore, il medico dica come si può giudicare il valore fisico di ogni soggetto, quali sono i limiti entro i quali i suoi singoli organi non saprebbero adattarsi al lavoro richiesto senza fare appello a energie di riserva che spesso li portano al confine tra la funzione fisiologica e la patologica. Gli errori commessi nel passato remoto e vicino non devono ripetersi più". Così scriveva sul ruolo della Medicina dello Sport, Ugo Cassinis, primo Presidente dell'allora Federazione Italiana Medici Sportivi. Era il 1929 anno in cui per la prima volta venne riconosciuta l'obbligatorietà di una visita per gli atleti agonisti da parte di medici specializzati e fu inaugurato il primo Istituto di Medicina dello Sport presso il nuovo stadio di Bologna. Quella della Federazione Medico Sportiva Italiana è una storia lunga 80 anni: benchè il legame tra la medicina, l'educazione fisica e lo sport risalgia molto

indietro nei tempi, solo agli inizi del secolo scorso, infatti, cominciarono a costituirsi associazioni nazionali e un'organizzazione internazionale a riconoscimento delle scienze mediche applicate allo sport. Oggi la FMSI è una delle 45 Federazioni del CONI, oltre che Società Scientifica di Medicina dello Sport, ed è rappresentata da oltre 4.700 medici tesserati presenti su tutto il territorio nazionale. Essa è membro della Federazione Internazionale di Medicina dello Sport (FIMS) e della Federazione Europea di Medicina dello Sport (EFSMA) e, facendo tesoro di un'esperienza unica, che si basa anche sulla storia delle Scuole di Specializzazione in Medicina dello Sport, nate proprio in Italia nel 1957, costituisce un punto di riferimento della Medicina dello Sport in Italia e nel mondo. Ma chi è il Medico dello Sport e che ruolo ricopre nel mondo sportivo? Le parole del Prof. Cassinis risuonano ottanta anni dopo più attuali che mai. Lo

Specialista in Medicina dello Sport nasce come Medico degli sportivi e in tale veste può essere considerato oggi come il primo "consulente" dell'atleta. Egli, infatti, assiste gli atleti di alto livello delle squadre nazionali, così come quelli di qualsiasi altra categoria appartenenti alle Società sportive, per ogni esigenza di carattere medico o funzionale, supportando lo staff tecnico nello stabilire come praticare l'attività sportiva senza controindicazioni per la salute e assumendosi la responsabilità dei processi terapeutici e riabilitativi degli atleti ammalati o infortunati. Di esclusiva competenza del Medico dello Sport (D.M. 18/02/1982) è anche il rilascio del certificato d'idoneità alla pratica agonistica. Un obbligo di legge ma non solo: la certificazione d'idoneità rappresenta il più valido strumento di prevenzione per la tutela sanitaria e la valorizzazione del patrimonio sportivo nazionale. Va, infatti, tenuto presente, fatto troppo spesso sottovalutato e poco

LA FMSI E LA SUA ORGANIZZAZIONE NEL TERRITORIO

21 Comitati/Delegati regionali

99 Associazioni medico sportive provinciali

4.700 medici tesserati

considerato, che la visita d' idoneità non ha solo la funzione di evidenziare eventuali incompatibilità con la pratica sportiva, ma anche e soprattutto di rilevare piccole patologie che, se tempestivamente diagnosticate, comportano una migliore qualità della vita oltre che un risparmio sicuro per il Sistema Sanitario Nazionale. Lo specialista in Medicina dello Sport riveste, dunque, un ruolo sociale d' indiscutibile rilevanza, in un contesto nel quale, non esistendo più la visita medica di leva e il medico scolastico, la visita d' idoneità alla pratica sportiva agonistica rimane l' unico momento di screening di massa esistente nel nostro Paese.

E' tra i compiti della FMSI anche la lotta al doping. In quest' ambito la repressione rappresenta, indubbiamente, un elemento irrinunciabile e il nostro Paese, grazie alla FMSI, si avvale di un' organizzazione che vanta un' esperienza tra le più prestigiose al mondo al servizio sia dell' Organizzazione Nazionale Antidoping (NADO), che in Italia è rappresentata dal CONI, sia dello Stato: dalla fase pre-analitica (prelievo e trasporto in sicurezza del campione biologico) svolta dai 550 Doping Control Officers (DCO), tutti medici tesserati FMSI e certificati, alla fase analitica che si svolge nel laboratorio Antidoping di Roma della FMSI, unico in Italia accreditato dalla World Anti-Doping Agency (WADA) e secondo al

mondo dopo quello di Los Angeles per numero di controlli (circa 15.000 ogni anno), dotazione tecnologica ed efficienza organizzativa.

Tuttavia, la lotta al doping non può limitarsi alla sola repressione e, da sempre, uno dei punti qualificanti l' azione dei medici della FMSI e un obiettivo etico che da sempre ispira la politica federale è costituito dalla prevenzione e dall' educazione attraverso il richiamo continuo a valori etici che vadano a beneficio dell' atleta.

Lo specialista in Medicina dello Sport, dunque, svolge un ruolo fondamentale per la tutela della salute degli atleti, così come richiamato dai compiti istituzionali della FMSI, che, lo ricordiamo, è una delle Federazioni Sportive del CONI.

Tuttavia, la funzione dello specialista in Medicina dello Sport non si ferma qui, anzi da questa specifica esperienza con gli atleti trova spunto, forza e motivo per mettere la propria competenza, acquisita nel percorso formativo universitario e sviluppata nello sport, al servizio di una popolazione più vasta: tutti coloro che fanno dell' esercizio

fisico uno strumento per conseguire o mantenere uno stato di benessere psico-fisico.

Si tratta, dunque, di una quota elevatissima della popolazione, che va da chi, in buona salute, cerca di mantenere tale stato, a chi, portatore di un qualche fattore di rischio (obesità, ipercolesterolemia, ecc.) desidera prevenire l' insorgenza di una patologia, a chi, già portatore di una malattia cronica non trasmissibile (diabete, ipertensione, cardiopatia, ecc) vuole ridurre o perfino eliminare gli effetti dello stato di malattia.

Per tutta questa popolazione (ed anche, si spera, per quel 40% ancora del tutto sedentario) lo specialista in Medicina dello Sport rappresenta un punto di riferimento unico.

Infatti, non molti sanno che l' esercizio fisico, così come per un farmaco, va prescritto e somministrato in maniera individualizzata. Diceva Ippocrate, circa 2600 anni orsono, che la giusta via per la salute consisteva in una buona alimentazione e in una corretta pratica dell' esercizio fisico, che non fosse troppo né troppo poco. Nulla è cambiato da allora. L' esercizio fisico



Il presidente Casasco mentre premia Rita Levi-Montalcini, membro onorario della Fmsi



Maurizio Casasco parla durante il Congresso nazionale FMSI

può essere inutile o perfino dannoso se non viene prescritto e somministrato nelle dovute dosi e modalità (durata, frequenza, intensità, ecc.). La prescrizione dell'esercizio fisico, dunque, deve tener conto di numerosi parametri, che vanno dalle caratteristiche anagrafiche e antropometriche dell'individuo, al suo stato di salute, al suo livello di efficienza fisica (la sua capacità funzionale). Ne consegue che per prescrivere attività fisica è necessario possedere conoscenze di clinica e di fisiologia dell'esercizio fisico e degli sport e l'unico competente in grado di consigliare e quindi prescrivere al soggetto il tipo e il modo di fare attività fisica è lo Specialista in Medicina dello Sport.

La FMSI sta dando grande impulso a quest'aspetto della professionalità e competenza dei propri tesserati, sia pianificando e realizzando una vasta attività di formazione e aggiornamento, sia avviando concrete iniziative a favore della popolazione coinvolgendo a tal fine gli Istituti e i Centri di Medicina dello Sport diffusi sul territorio e con essa convenzionati. Basti

citare, a titolo, di esempio la convenzione stipulata con la Società Italiana di Diabetologia per la creazione di team misti (medico dello sport-diabetologo) finalizzata a una più efficace gestione, attraverso l'esercizio fisico, delle persone con diabete di tipo II.

Migliorare la qualità della vita della popolazione attraverso un corretto stile di vita, basato prioritariamente sull'esercizio fisico, è una sfida impegnativa che

interessa prima di tutto lo Stato, così come molte Istituzioni e differenti categorie professionali del nostro Paese. La FMSI intende svolgere un ruolo fondamentale in tale processo e mette in capo, a disposizione di tutte le altre realtà coinvolte, la propria specifica competenza, certa che l'integrazione di più ruoli e la collaborazione fra tutte le branche della classe medica sia una formula vincente a favore della popolazione. ●



Un atleta si sottopone a un controllo cardiaco

Una qualificata cardiologa spiega come evitare drammatici esiti dopo un improvviso arresto cardiaco durante la pratica sportiva o in qualsiasi momento di un'attività sociale. Fondamentale l'intervento tempestivo con un defibrillatore e con l'esperienza di volontari istruiti



La dott.ssa Elisabetta Rubino ha una laurea in Medicina e Chirurgia conseguita presso l'Università degli studi di Catania nel 1981. Nel 1987 ha conseguito la specializzazione in cardiologia presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Roma nel 1987. E' responsabile della UOS Cardiologia P.O. San Luigi-S.Currò di Catania dal novembre 2005. E' autrice di numerose pubblicazioni, relazioni e comunicazioni a Congressi Scientifici

Pensiamo al CUORE

zione ventricolare, che determina una gravissima anomalia di funzionamento del cuore il quale non riesce ad apportare un adeguato flusso di sangue agli organi vitali.

Di fronte a tale evenienza, un intervento tempestivo e tecnicamente efficace è di fondamentale importanza per aumentare le probabilità di sopravvivenza delle vittime di arresto cardiaco extraospedaliero.

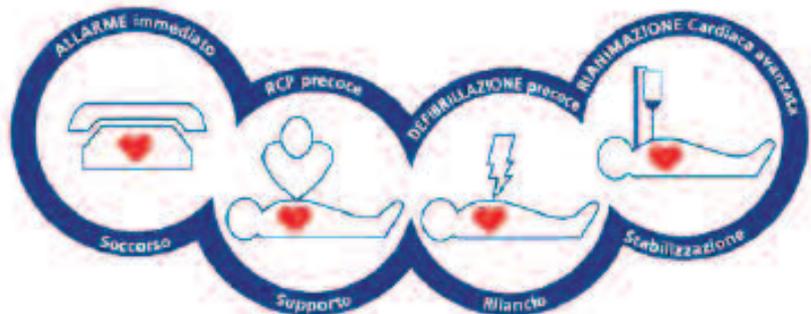
L'unico rimedio per l'interruzione della fibrillazione ventricolare è la defibrillazione elettrica, cioè l'erogazione di una scarica elet-

trica d'intensità prestabilita al cuore, mediante due placche applicate sul torace in zone ben determinate.

Infatti, circa il 25% dei pazienti potrebbe essere rianimato se venisse defibrillato entro 4-5 minuti dall'evento, poiché per ogni minuto la possibilità di sopravvivenza si riduce del 10%. Se la defibrillazione viene praticata velocemente è possibile il ripristino di un ritmo cardiaco valido con conseguente recupero dello stato di coscienza senza danni cerebrali.

BLS/D è acronimo di "Basic Life

L'arresto cardiaco, cioè l'improvvisa e repentina interruzione delle funzioni del cuore, è un evento che può colpire chiunque. Esso ha un grosso impatto culturale e clinico con un'incidenza di 1 caso/1000 abitanti/anno, quindi tra 50.000 e 70.000 casi di morte l'anno. Nella maggior parte dei casi l'arresto cardiaco è determinato, nell'adulto, da un'irregolarità dei battiti cardiaci, definita fibrilla-



Le varie fasi da seguire dopo un arresto cardiaco



Alcuni volontari fanno pratica all'esterno

danni cerebrali del soggetto con perdita di coscienza.

L'attuazione dell'intervento è possibile attraverso sequenze standardizzate e ottimizzate come stabilito da linee guida Internazionali, al fine di attuare la cosiddetta "Catena della sopravvivenza", secondo codificati algoritmi di riferimento.

Cerchiamo quindi di diffondere la cultura del primo soccorso, il soccorso di base, attraverso la promozione e la divulgazione dei corsi BLS/D.

Questi ultimi sono proposti e organizzati da prestigiose società scientifiche quali l'ANMCO (Associazione Nazionale Medici Cardiologi Ospedalieri) che particolarmente nel corso degli ultimi anni ha attuato il progetto noto come "Cascata Formativa ANMCO" con il proposito di diffondere nel nostro paese la cultura e l'addestramento alla Rianimazione Cardiopolmonare (RCP), l'IRC (Italian Resuscitation Council), la SIC (Società Italiana di Cardiologia) o organizzazioni quali la CRI (Croce Rossa Italiana).

Il calendario dei Corsi BLS/D è disponibile sui siti ufficiali delle singole associazioni.

Attiviamoci e corriamo non soltanto per lavoro, per sport, per qualunque altro motivo, ma per salvare vite umane! ●

Support and Defibrillation", e indica la successione e la modalità di esecuzione standardizzata delle manovre da effettuare precocemente per la Rianimazione Cardiopolmonare (RCP) di base e di utilizzo del defibrillatore semiautomatico.

Il fatto che gli atleti siano persone sane, non comporta che essi non possano essere colpiti da arresto cardiaco, come purtroppo si è più volte verificato, indipendentemente dalle prestazioni agonistiche.

La presenza del defibrillatore semiautomatico esterno e di personale adeguatamente formato durante le attività in palestra e nel corso di competizioni sportive garantisce un intervento tempestivo in grado di salvare la vita, in attesa della squadra di soccorso avanzato.

La pratica e l'adeguatezza delle manovre d'intervento si

acquisisce partecipando ai corsi BLS/D, tenuti da istruttori certificati, mediante i quali si ottiene un brevetto di "esecutore BLS/D".

I corsi hanno la finalità di promuovere la formazione di personale anche non sanitario, cioè di esecutori definiti "laici".

L'esecutore BLS/D non effettua interventi "medici"; non deve porre diagnosi specifica ma deve apprendere sistematicamente un metodo che, in caso di arresto cardiaco, gli consenta di gestire il soccorso, con il supporto del defibrillatore semiautomatico, al fine di prevenire i



Un defibrillatore semiautomatico esterno

La donna-atleta e il rapporto con l'allenatore: Bruna Rossi, da tempo psicologa affermata con esperienze di alto livello, ci parla di questa relazione, introdotta da un primo articolo che tratta delle caratteristiche psicologiche delle protagoniste del mondo sportivo in "rosa"



Bruna Rossi, dopo aver conseguito il Diploma Isef, si è laureata in Psicologia (indirizzo sperimentale) a Roma. Ha in seguito ottenuto il Diploma di specializzazione in Terapia Cognitivo-Comportamentale e il Dottorato (in Francia). Ha un passato sportivo nei tuffi di alto livello: quindici titoli italiani, cinquanta-sette presenze in nazionale, partecipazione ai Giochi olimpici di Messico 68. Ha fatto parte anche della squadra italiana di nuoto sincronizzato. Professore Incaricato per l'insegnamento di "Psicologia" e responsabile del Laboratorio di Psicologia e Psicofisiologia all'Isef di Roma, si è trasferita nel 1996 in Francia presso l'Università Joseph Fourier di Grenoble dove è attualmente docente di Psicologia nel Master "Ingénierie de dispositifs de réhabilitation et d'entraînement". Nel 1987 ha ottenuto il Premio Letterario del CONI per il libro "Fisiologia e Psicologia degli Sport" (Collana EST Mondadori).nSi è occupata della preparazione psicologica di diverse squadre nazionali vincitrici di Campionati del Mondo e di Giochi Olimpici (pallanuoto, pallavolo, pentathlon moderno, ciclismo su pista), dei calciatori dell'Inter, del Team Prada (Coppa America di vela), della nazionale maschile spagnola di pallavolo e di numerosissimi atleti di vertice italiani e francesi.

L'altra metà dello SPORT

La donna possiede delle caratteristiche psicologiche e comportamentali che la differenziano, per molti aspetti, dal maschio. Tali caratteristiche sono la risultante di una costruzione sociale oltre che la conseguenza del suo genere sessuale. La pressione sociale, infatti, spinge la bambina, come il maschietto, a conformarsi agli stereotipi culturali correnti. La donna-atleta, poi, si trova ad agire e interagire in un ambito sociale, lo sport, che è storicamente un ambito di attività maschile. Inizialmente lo sport femminile è stato attivamente rifiutato, poi semplicemente ignorato, in seguito visto con qualche riserva e solo recentemente accettato e anche attivamente sostenuto, limitatamente a quelle discipline che comunque collimano con

l'ideale estetico ed espressivo femminile. Fatto sta che attualmente il numero di donne che praticano sport è in grande aumento e, di conseguenza, è in aumento anche il numero delle atlete agoniste. Sebbene alcune differenze, quelle di origine più marcatamente culturale, tra atlete e atleti si siano nel tempo attenuate, esistono comunque delle problematiche psicologiche specifiche della donna-atleta che devono essere prese in attenta considerazione





tolineare che tutte queste variabili interagiscono ampiamente tra loro dando luogo a configurazioni di possibili problemi che richiedono specifiche strategie di approccio e di soluzione.

Caratteristiche femminili rilevanti per l'attività sportiva e agonistica

Elenchiamo rapidamente le caratteristiche femminili rilevanti per l'attività agonistica e delle quali l'allenatore/allenatrice di un atleta-donna deve necessariamente tener conto.

Versante Biologico - Sul versante biologico la precocità maturativa femminile è un fattore importante. Tale precocità maturativa si risolve in una "vita agonistica" più breve per cui anche gli adattamenti nella relazione allenatore/atleta devono avvenire in tempi più ristretti.

La presenza del ciclo mestruale porta con sé, da una parte, un'instabilità emotiva maggiore che si esplica con variazioni più accentuate del tono dell'umore e con una diversa risonanza delle situazioni ansiogene a seconda delle fasi del ciclo. Dall'altra, produce variazioni quantitative e qualitative dei processi elaborativi (dalla percezione, alla presa di decisione, fino all'emissione della risposta motoria). Attualmente si tende a controllare soprattutto l'aspetto emozionale attraverso l'uso di contraccettivi orali ma, a mio avviso, non si tiene abbastanza conto che l'impatto di alcuni trattamenti può peggiorare l'efficacia di alcune fasi elaborative (Saibene, Rossi, e Cortili 1999). Il ricorso a tali contraccettivi andrebbe attentamente valutato in discipline dove la presa di decisione o la rapidità di discriminazione visiva sono essenziali (vedi scherma o pallavolo, ad esempio).

Un'aggressività fisica meno elevata dovuta a un differente assetto ormonale, spesso si risolve in uno spirito competitivo meno pronunciato, con conseguenze evidenti sulla gestione dell'allenamento e della gara.

Una specializzazione emisferica

dagli allenatori che sempre più spesso si trovano a lavorare con atlete. Certamente, le problematiche che derivano dalle differenze psicologiche presentate dalla donna-atleta sono più o meno marcate in funzione delle caratteristiche individuali dei due componenti la relazione (allenatore e atleta) e del contesto sportivo in cui l'interazione ha luogo. Riassumendo, comunque, almeno sette variabili importanti intervengono e interagiscono tra loro:

1) il contesto socio-culturale. Fare sport in alcuni Paesi e in alcune culture piuttosto che in altre assume delle valenze diverse per l'atleta donna e pone problemi diversi nel rapporto allenatore-atleta.

2) Le caratteristiche, in termini di "mascolinità"/"femminilità", dello sport praticato. Alcuni sport si confanno di più allo stereotipo culturale della donna che prevede il possesso di caratteristiche prettamente femminili, "espressive" piuttosto che strumentali (ginnastica ritmica, nuoto sincronizzato, ginnastica artistica, ne sono un esempio). Sport di contatto o di combattimento, fanno parte di un universo culturale maschile e pongono qualche problema in più alla donna e, di conseguenza, all'allenatore.

3) Il tipo di sport (individuale o di squadra) prevede delle dinamiche relazionali diverse tra alle-

natore e allenata.

4) L'età dell'atleta. E' noto, ad esempio, che in età adolescenziale sia il maschio sia la femmina tendono a esasperare alcune caratteristiche legate al loro genere sessuale nel tentativo di uniformarsi agli standard culturali proposti dalla società di appartenenza. Nelle età successive, un più alto senso dell'individualità fa sì che non ci si accontenti più di conformarsi a modelli maschio-femmina pre-costituiti e si tenda invece a definire la propria identità in termini di caratteristiche più personali ("l'androgenia psicologica" è più elevata nell'adulto). Il rapporto allenatore-atleta deve adeguarsi ai cambiamenti dovuti all'età.

5) Il livello di prestazione raggiunto. Le atlete di élite hanno di solito caratteristiche diverse da quelle di atlete più giovani o di livello prestazionale inferiore. Questo perché, in assoluto, hanno risolto alcune fasi di passaggio o hanno sviluppato caratteristiche di personalità più solide di quelle della maggior parte delle colleghe.

6) In particolar modo poi, le caratteristiche di personalità e cognitive delle atlete e dell'allenatore/allenatrice fanno sì che le problematiche relative al genere sessuale siano più o meno pronunciate o, viceversa, superate.

7) Certamente è importante sot-

meno netta è poi alla base di differenze molto interessanti nell'analisi percettiva. Pochi tengono in considerazione, ad esempio, che in compiti di discriminazione visiva la rapidità della donna è mediamente maggiore di quella dell'uomo e che la visione periferica è tendenzialmente migliore. Quest'ultima differenza può essere alla base di un più efficace controllo globale della situazione ma anche fonte di maggiore distraibilità.

Versante Culturale - Sul versante prettamente culturale, la rapidità dell'evoluzione dello sport femminile ha senz'altro prodotto qualche difficoltà in più nel gestire l'ansia da prestazione. A questo va aggiunta la doppia responsabilità di cui spesso la donna si sente caricata nel raggiungere sia la meta sportiva sia quella sociale (ribalta in un campo che è stato per molto tempo di dominio maschile) e lo stress proveniente da una competitività meno accentuata per le succitate ragioni biologiche e per evidenti ragioni culturali. È evidente che diviene necessario da parte di chi allena strutturare diversamente l'approccio alla gara. Un altro aspetto interessante è la maggiore tendenza che la donna ha verso la collaborazione e la cooperazione. Ciò determina un maggiore interesse per lo stare in gruppo (uno dei motivi più frequenti di avvicinamento allo sport da parte delle ragazze è proprio questo). Tale interesse però, aggiunto all'importanza maggiore che viene data agli aspetti affettivi da parte della donna, produce paradossalmente più conflitti nel gruppo. L'interesse e la tendenza a stabilire legami sociali molto più forti ed emotivi di quelli degli atleti maschi, aggiunta alla tipica maniera femminile di socializzare per "diadi" (o in sottogruppi ristrettissimi), rende spesso più difficile per l'allenatore la gestione delle dinamiche di gruppo in sport di squadra. Le atlete, in media, hanno un elevato senso di responsabilità individuale.

Questo procura dei vantaggi nella gestione dell'allenamento, ma rischia di dar luogo a sensi di colpa più accentuati per errori commessi in gara (attribuzione più "interna" per gli insuccessi rispetto al maschio che tende a "scaricare" responsabilità all'esterno). Molte differenze risiedono, poi, nel fatto che la donna, per retaggi di tipo culturale, ha spesso una fiducia in sé più bassa che l'uomo (soprattutto quando si confronta in ambiti di attività tipicamente maschili). Una più scarsa fiducia in sé, può produrre una tendenza a sopravvalutare le critiche, a limitare il proprio bagaglio tecnico ad azioni e gesti assolutamente "sicuri", ad avere sensi d'inadeguatezza in gara, a considerare i successi come più dovuti a circostanze favorevoli che alla propria abilità (attribuzione "esterna" per i successi), a dipendere maggiormente dall'allenatore. La crisi adolescenziale, periodo difficile per entrambi i sessi, è più repentina nella donna e produce un burn-out più precoce e più frequente di quello dell'atleta maschio. La paura dell'irreversibilità delle trasformazioni corporee dovute alla pratica sportiva (che spesso non corrispondono all'ideale femminile proposto dalla società) e il cambiamento brusco d'atteggiamento dei genitori nei confronti dell'attività sportiva e soprattutto agonistica, sono variabili da considerare con



attenzione. Quest'ultimo fattore si va senz'altro attenuando ed è minimo in alcuni tipi di sport (quelli che, almeno in termini estetici corrispondono all'ideale femminile corrente) ma è ancora molto presente in altri. A tutto ciò si aggiunge il minore supporto che la ragazza ha da parte del pubblico sia maschile sia femminile (dato questo sul quale varrebbe la pena di riflettere) e il fatto che media e sponsor siano in genere meno attratti dallo sport femminile. Il rapporto costi/benefici, sia in termini di soddisfazioni personali che in termini economici, è in genere meno favorevole per l'atleta-donna per cui le motivazioni che supportano la pratica agonistica sono assai diverse da quelle del maschio e devono essere gestite adeguatamente dall'allenatore. (1/Continua) ●

¹ Si ritiene che esistano tratti psicologici più tipicamente maschili ed altri più tipicamente femminili. Per "androginia psicologica" s'intende il possesso, indipendentemente dal genere sessuale, di caratteristiche riferibili a entrambi i clusters.



di Luciano Barra

E' iniziato il conto alla rovescia per le Olimpiadi Invernali che Vancouver ospiterà dal prossimo 12 febbraio. Luciano Barra ha elaborato le previsioni sulle medaglie in base ai risultati dei Mondiali svoltisi quest'anno



Luciano Barra è stato uno dei più importanti dirigenti sportivi degli ultimi decenni. E' stato Segretario generale della Fidal dal 1969 al 1988. Per quindici anni ha agito all'interno della IAAF come assistente onorario di Nebiolo. Dal 1993 al 2003 ha ricoperto il ruolo di Dirigente generale del Coni con responsabilità nel settore della Preparazione olimpica.

Le proiezioni sui Giochi Invernali appaiono più semplici rispetto a quelle dei Giochi Estivi non fosse altro perché le medaglie in palio sono molte di meno (86 contro 302) ed anche perché il numero dei paesi in grado di andare in medaglia è nettamente inferiore: furono 31

CACCIA all'oro bianco

agli ultimi Giochi Invernali, quelli di Torino 2006, rispetto agli 87 di Pechino 2008.

Per i Giochi Invernali esiste, tuttavia, un aspetto particolare che influenza in maniera decisiva l'assegnazione delle medaglie: mi riferisco alle discipline che si svolgono all'aperto dove le condizioni climatiche (soprattutto temperatura e stato della neve) possono fare una differenza notevole. Va ricordato che le discipline dove questi fattori risultano determinanti sono il biathlon, lo sci di fondo, lo sci alpino, le prove nordiche e il salto. Si tratta di 38 medaglie su 86. Basta scorrere i risultati dei mondiali delle varie discipline per vedere che per le prove al coperto (le varie specialità del Ghiaccio) ed anche per Freestyle e Snowboard i cambiamenti nei medaglieri non sono molto rilevanti sia per quanto riguarda gli atleti sia per le nazioni. Non è la stessa cosa nelle prove all'aperto, dove le differenze possono incidere in maniera fondamentale sugli

esiti delle gare.

Dalla tabella a pagina 31 si evince che la stagione dei Campionati del Mondo 2009 ha messo in evidenza soprattutto quattro nazioni: Stati Uniti, Norvegia, Germania e Canada. La Germania è in linea con quanto fatto a Torino, la Norvegia ha un netto miglioramento sia nel totale delle medaglie sia negli ori, mentre gli Stati Uniti hanno rappresentato la grande sorpresa avendo totalizzato ben 13 ori. Saprà ripetere queste vittorie? Infine il Canada, paese organizzatore dei Giochi di Vancouver, appare in costante progresso e sicuramente l'effetto di gareggiare in casa sarà uno stimolo importante, cosa che non fu per gli azzurri a Torino. Curioso notare che in uno specifico calcolo delle discipline a medaglia, gli Stati Uniti sono a quota 11, la Germania a 9 come il Canada e la Norvegia a 6. Avere più discipline in cui si può essere competitivi per il podio è certamente un considerevole vantaggio.

GLI AZZURRI IN MEDAGLIA AI MONDIALI 2009

2 ORI	Arianna Follis (Sci di fondo, sprint) Gerhard Plankensteiner e Oswald Haselrieder (Slittino, Doppio)
3 ARGENTI	Marianna Longa (Sci di fondo, 10 km Tecnica libera) Armin Zoeggler (Slittino, Singolo) Peter Fill (Sci alpino, SuperG)
3 BRONZI	A.Follis-M.Longa (Sci di fondo, Staffetta sprint, sci di fondo) Nadia Fanchini (Sci alpino, Discesa libera) Giorgio Di Centa (sci di fondo, 15 km TC + 15 km)

Tuttavia, grazie alla sua forza nelle discipline indoor, la Germania appare la favorita nel Medal Tally finale di Vancouver, con possibilità di bissare il successo di Torino 2006. Anche i tedeschi sono estremamente motivati, avendo già messo in campo la candidatura di Monaco di Baviera (insieme alla famosa stazione alpina di

Berchtesgaden) per i Giochi Invernali del 2018. Il secondo gruppo di nazioni vede sicuramente avvantaggiata l'Austria, che ancora paga le vicissitudini del doping di Torino, e che, a causa di ciò, ha visto, proprio di recente, un rimescolamento nella

leadership del proprio Comitato Olimpico. Saprà reagire in tempo? Per l'Italia - a differenza dei Giochi Estivi - potrebbe essere un'Olimpiade difficile.

Lo sci alpino non aveva portato alcuna medaglia Torino, mentre ai Mondiali del 2009 è riuscito a vincere due; lo sci di fondo appare meno brillante rispetto al 2006, ma in Canada, comunque, conteranno molto, come

già detto, le condizioni della neve e le temperature. E infine saprà Enrico Fabris ripetersi? La stagione 2009 non è stata così brillante come quella olimpica di Torino, quando il pattinatore azzurro vinse due ori (1500 m e inseguimento a squadre) e un bronzo (5000 m), ma Fabris viene ora dato in grandi condizioni anche grazie alla possibilità (finalmente) di allenarsi a lungo sull'anello Olimpico del Palazzo progettato da Pino Zoppini. Un ultimo commento su quanto potremo vedere in TV. E noto che Sky è titolare dei diritti, così come sarà per Londra 2012, Sochi 2014 e Rio 2016. Tuttavia, la RAI ha il diritto di trasmettere 100 ore in chiaro, cosa che per Sky non è possibile.

Questo significherà che avremo una duplice offerta (forse quadrupla con Eurosport e ARD/ZDF le stazioni nazionali tedesche, ricevibili sul bouquet Sky). Per chi è appassionato di sci alpino, sci di fondo e biathlon sarà una pacchia perché le nove ore di differenza con Vancouver permetteranno di vedere le finali di queste discipline fra le 19 e le 22.

Invece gli appassionati degli sport del ghiaccio dovranno



Denise Karbon, una delle speranze dello sci alpino



Carolina Kostner vuole riscattare il nono posto di Torino 2006

sobbarcarsi lunghe nottate o accontentarsi delle registrazioni del giorno dopo.

Un consiglio: guardate il biathlon, lo sport più bello dal punto di vista televisivo.

E se finalmente dovessero maturare anche gli azzurri, potrà essere una visione ancora più appassionante. Dopo Vancouver faremo una sommatoria delle medaglie estive e invernali, perché ci pare giusto premiare quei Paesi che primeggiano in ambedue gli appuntamenti olimpici. ●



Enrico Fabris pronto a confermare Torino

LE PREVISIONI PER VANCOUVER 2010

(tra parentesi il numero di medaglie vinte a Torino 2006)

Nazione	Oro	Argento	Bronzo	Totali
Usa	13 (9)	5 (9)	10 (7)	28 (25)
Norvegia	11 (2)	7 (8)	7 (9)	25 (19)
Germania	9 (11)	15 (12)	4 (6)	28 (29)
Austria	8 (9)	7 (7)	3 (7)	18 (23)
Canada	6 (7)	10 (10)	13 (7)	29 (24)
Cina	6 (2)	6 (4)	1 (5)	13 (11)
Corea	5 (6)	5 (3)	3 (2)	13 (11)
Svizzera	5 (5)	4 (4)	4 (5)	13 (14)
Russia	4 (8)	3 (6)	6 (8)	13 (22)
Olanda	4 (3)	2 (2)	2 (4)	8 (9)
Finlandia	3 (0)	1 (6)	8 (3)	12 (9)
Giappone	3 (1)	0 (0)	4 (0)	7 (1)
ITALIA	2 (5)	3 (0)	3 (6)	8 (11)
Gran Bretagna	2 (0)	2 (1)	0 (0)	4 (1)
Polonia	2 (0)	0 (1)	2 (0)	4 (1)
Svezia	1 (7)	4 (2)	3 (5)	8 (14)
Rep. Ceca	1 (1)	3 (2)	1 (4)	5 (7)
Estonia	1 (3)	0 (0)	0 (0)	1 (3)
Francia	0 (3)	5 (2)	5 (4)	10 (9)
Slovenia	0 (0)	2 (0)	0 (0)	2 (0)
Australia	0 (1)	1 (0)	1 (1)	2 (2)
Slovacchia	0 (0)	1 (1)	0 (0)	1 (1)
Croazia	0 (1)	0 (2)	2 (0)	2 (3)
Ucraina	0 (0)	0 (0)	2 (2)	2 (2)
Danimarca	0 (0)	0 (0)	1 (0)	1 (0)
Lettonia	0 (0)	0 (0)	1 (1)	1 (1)
Bulgaria	0 (0)	0 (1)	0 (0)	0 (1)
Bielorussia	0 (0)	0 (1)	0 (0)	0 (1)
	86 (84)	86 (84)	86 (84)	258 (252)

CERIMONIE DI APERTURA E CHIUSURA PER LA PRIMA VOLTA AL COPERTO

I XXI Giochi Olimpici Invernali si terranno dal 12 al 28 febbraio 2010 a Vancouver, una splendida località sulla costa pacifica del Canada, a ridosso delle Rocky Mountains. Alcuni eventi avranno luogo nell'area di Whistler, nelle vicinanze. I Giochi Olimpici del 2010 si terranno per la terza volta in Canada, per la prima volta saranno disputati nella provincia della British Columbia. In

precedenza furono disputati nel 1976 a Montreal e nel 1988 Calgary ospitò l'edizione delle Olimpiadi invernali. Sempre a Vancouver si svolgeranno i X Giochi Paralimpici invernali dal 12 al 21 marzo 2010. Seguendo la tradizione Olimpica, il Sindaco di Vancouver ha ricevuto la fiamma olimpica durante la cerimonia di chiusura dei Giochi Olimpici di Torino 2006. La fiamma è stata eretta il 28 febbraio 2006 ed è visibile alla Vancouver City Hall fino alla cerimonia di Apertura. Le cerimonie di apertura e di chiusura si terranno all'interno del BC Place Stadium. Sarà la prima volta nella storia olimpica che avverrà nel comfort di un luogo chiuso. Lo stadio ha una capienza di 60.000 posti. Tutte le gare di Sci Alpino si svolgeranno alla Whistler Mountain, mentre le gare di Bob, Slittino e Skeleton saranno al Blackcomb Mountain. La Cypress Mountain ospiterà il Freestyle e lo Snowboard, mentre gli sport nordici avranno come teatro la Callaghan Valley. Il logo ufficiale è stato chiamato Ilaanaq, termine della lingua inuktitut parlata dagli Inuit (ovvero gli esquimesi, una denominazione considerata dispregiativa) che significa "amico", e rappresenta un inukshuk, una figura formata da sassi impilati usata per segnalare una direzione o come pietra miliare dalle popolazioni del Canada artico. L'inukshuk olimpico è formato da cinque parti, tante quanti sono i cinque cerchi olimpici, di cui riprende anche i colori: la testa è verde, la linea delle braccia è nera, il tronco è blu, la gamba sinistra è rossa mentre la destra è gialla. Le mascotte sono la piccola orca Miga appassionata di snowboard, la mitica figura aborigena con il paraorecchie azzurro Quatchi, lo spirito guardiano che vive sulle montagne Sumi, la piccola marmotta Mukmuk che sostiene i suoi amici nelle gare. Le medaglie di Vancouver 2010 saranno prodotte riciclando vecchie schede madri di computer.

Sul palcoscenico di Fiera Cavalli, a Verona, firmato l'accordo di collaborazione tra CSAIN Equitazione e la British Horse Society che metterà a disposizione le sue metodologie d'insegnamento



Tecnici equestri, dal diploma alla **LAUREA**

Il palcoscenico è quello internazionale di Fiera Cavalli, l'imprescindibile Expo della città di Verona 2009. "Internazionale" più di ogni altra passata edizione, data la portata della svolta epocale che l'ha contraddistinto. Il secondo giorno della manife-

stazione un sole caldo contrasta l'incalzare dell'inverno per accogliere una delegazione di prima importanza: infatti varcano il concitato ingresso della Fiera Graham Cory e Phillip Wadey, rispettivamente il Presidente e il Vicepresidente di British Horse

Society, il celeberrimo Ente britannico che regge e dirige la formazione equestre, promuovendo e realizzando i più elevati standard nelle discipline dell'equitazione. Ad accoglierli la squadra CSAIN Equitazione al completo:



Al tavolo del convegno che ha preceduto la firma: da sinistra Elisabetta Mosca, Luigi Fortuna, Massimo Garavini, Graham Cory (presidente BHS), Phillip Wadey (vicepresidente BHS) e Hilary Bradford



Massimo Garavini (a sinistra) con Graham Cory

Massimo Garavini (Presidente CSAIN Equitazione), Elisabetta Mosca (Segretario Generale CSAIN Equitazione) e Hilary Bradford (Responsabile Rapporti Estero CSAIN Equitazione). Ospiti d'eccezione Luigi Fortuna, nostro Presidente, e i Presidenti rispettivi del Comitato Regionale Veneto e del Comitato Provinciale Verona, i sig.ri Malachini e Ferrari.

Durante la conferenza celebrata nel mattino, tenutasi presso la sala Respighi del Pala Expo, BHS e CSAIN Equitazione giungono alla tanto attesa e voluta sottoscrizione di un accordo di stretta e fattiva collaborazione. I vertici delle organizzazioni si sono detti fieri e gioiosi dell'intesa siglata e ansiosi di vederne i sicuri frutti nel panorama italiano. Il settore dell'Ente di Promozione di Confindustria, che dalla sua recente costituzione si è già attivamente operato con numerosi corsi di formazione, diviene ora garante eletto ed esclusivo in tutto il territorio nazionale degli elevati standard BHS. Le metodologie d'insegnamento che hanno reso BHS il riferimento europeo per la formazione equestre informeranno d'ora in avanti i già elevati stan-

dard cui CSAIN si è sempre richiamato.

È stata quindi studiata una nuova sezione nel sito csainequitazione.it interamente dedicata alla formazione, nella quale saranno reperibili tutte le informazioni riguardanti i corsi. CSAIN Equitazione, ansiosa di poter dimostrare agli amici d'oltremania tutta la propria voglia di fare, ha già messo in moto il suo meccanismo ponendosi degli obiettivi da qui alla fine del 2009. Si creerà un corpo docenti tramite una severa selezione. A seconda della preparazione dei candidati, gli stessi verranno assegnati ai diversi livelli di corso. I programmi dei corsi saranno strutturati sulla base della formazione BHS, così da



Lo stand CSAIN a Verona

permettere ai Tecnici Equestri CSAIN di accedere poi agli esami BHS con la giusta preparazione. Si procederà alla traduzione dei Testi formativi forniteci da BHS. ●

A VERONA INCONTRO CON ELIANA SPEZIALE, IN PRIMA LINEA PER I MASSAGGI TERAPEUTICI SUI CAVALLI

La Fieracavalli Verona ha anche permesso a CSAIN Equitazione di relazionarsi con un personaggio carismatico e di grande cultura equestre: Eliana Speziale, la prima in Italia - dal 1997 - a praticare in maniera professionale il massaggio terapeutico per gli "atleti cavalli". In America questo e altri tipi di massaggio sportivo vengono utilizzati da circa quarant'anni per la prevenzione e la cura di problemi muscolari dei cavalli in agonismo. Eliana ha trovato in quest'attività da una parte la risposta alle proprie esigenze personali di fare qualcosa "per" i cavalli e non solo "con" i cavalli e dall'altra la maniera di risolvere tanti problemi dei suoi beniamini con l'ausilio di una terapia non-invasiva. La passione per questi animali l'ha convinta a lasciarsi alle spalle sia la carriera forense (si è laureata in giurisprudenza a Bologna) sia l'attività come consulente d'azienda. Ha vissuto a lungo all'estero e proprio nel corso dei suoi frequenti viaggi ha avuto modo di studiare le più moderne tecniche di "manipolazione terapeutica" fino a creare il proprio sistema: la Terapia Equiter®. Anche molti amici cavalieri - ad esempio Roberto Arioldi, Filippo Moyersoen, Stefano Cesaretto - e veterinari - tra i quali Milo Luxardo, Andrea Miliani e Massimo Bedetti - l'hanno incoraggiata a intraprendere una strada che ha già dato ottimi risultati. Grazie quindi a quest'incontro, prossimo progetto di CSAIN Equitazione è la creazione di una sezione interamente dedicata alla fisioterapia per cavalli, riconoscendo i Tecnici formati nei corsi Equiter®.

LA PALESTRA DELLA MENTE

La matematica tra storia e giochi a cura di Bruna Germano

«Una verità matematica non è né semplice né complessa: è semplicemente».

Emile Lemoine (matematico francese 1860)



Bruna Germano è docente di Analisi Matematica presso la facoltà d'Ingegneria dell'università di Roma "La Sapienza". Da giovanissima è stata un'atleta di buon livello: nazionale juniores di salto in alto, ha detenuto la migliore prestazione nella categoria allieve per l'alto e il triathlon

Giuseppe Lodovico Lagrange nasce a Torino il 25 gennaio 1736. Ci sono in realtà diverse grafie del suo nome, "De La Grangia" "La Grange", ma dopo il suo soggiorno a Berlino e soprattutto a Parigi, il suo nome divenne definitivamente Joseph-Louis Lagrange, nome con cui è ormai universalmente riconosciuto.

Napoleone disse di lui che era "l'alta piramide delle scienze matematiche".

Napoleone fu un suo grande estimatore, lo fece senatore, Conte dell'Impero e Grande ufficiale della Legion d'Onore.

Il padre era ricco ma anche un incorreggibile speculatore, per-

tanto quando il figlio avrebbe dovuto ereditare, tutta la fortuna della famiglia era sfumata. In età adulta Lagrange considerò questo disastro come una fortuna, "Se avessi avuto una ricca eredità, non mi sarei probabilmente occupato di matematica". Il suo interesse per la matematica iniziò quando, dopo gli studi dei classici, lesse dei lavori di Newton e ne fu attratto e convertito. In un tempo brevissimo imparò da solo quel che all'epoca si conosceva di analisi. Sembra che all'età di sedici anni Lagrange fu nominato Professore di matematica alla Reale Scuola di Artiglieria a Torino, ha così inizio una delle più brillanti carriere nella storia dei matematici.

Lagrange fu un analista convinto, si può considerare il primo esempio di specializzazione che in seguito diventerà quasi una necessità nelle ricerche scientifiche. Già nel suo capolavoro La meccanica analitica fu chiara la sua predilezione per l'analisi. Lagrange concepì il suo capolavoro a Torino quando aveva diciannove anni, ma fu pubblicato solo nel 1788 a Parigi quando il matematico aveva ormai cinquantadue anni.

L'applicazione dell'analisi alla meccanica fatta da Lagrange è la prima grande rottura con la tradizione ellenica. Egli dimostrò che a differenza di quanto sostenevano Newton e i suoi successori, le figure non servivano per lo studio della meccanica, ma che si ottengono risultati incomparabilmente superiori se si fa uso fin dal principio di

metodi analitici generali.

Il metodo di Lagrange, una volta compreso, appare di una banalità sconcertante. Com'è stato sottolineato, le equazioni di Lagrange che reggono la meccanica sono il più bell'esempio scientifico di come trarre qualche cosa dal nulla. Basta, infatti, riflettere per comprendere che solo un principio di estrema semplicità può essere in grado di dominare una grande quantità di problemi diversi che anche esaminati da vicino, sembrano individuali e specifici.

A ventitré anni Lagrange era già considerato al pari di grandi matematici, come per esempio paraconato al genio di Eulero. Eulero ebbe un bel rapporto con il suo giovane rivale, lontano da qualunque forma d'invidia e rivalità. Lagrange aveva diciannove anni quando gli mandò alcuni dei suoi lavori; il celebre matematico ne riconobbe immediatamente i meriti e incoraggiò il giovane a continuare. Lettere private di encomio anche se molto lusinghiere, in ogni caso non avrebbero potuto aiutare praticamente Lagrange, Eulero lo comprese molto bene e nella sua opera, apparsa per rispetto dopo quella di Lagrange, fece una digressione per dichiarare che a un certo momento del suo lavoro era stato fermato da difficoltà che era stato in grado di superare solo quando Lagrange gliene aveva aperto le vie.

Eulero e d'Alambert, altro illustre matematico dell'epoca, decisero di comune accordo di fare andare Lagrange a Berlino, essi desideravano vedere il loro

brillante giovane amico installato a Berlino come matematico di Corte, ci riuscirono e Federico il Grande ne fu giustificatamente entusiasta, nel 1766 lo nominò direttore della sezione fisico-matematica dell'Accademia e durante venti anni Lagrange riempì con memorie i volumi degli Atti dell'Accademia.

Dopo la morte di Federico il Grande (1786) l'ostilità per gli stranieri e la crescente avversione per la scienza in Prussia, resero il soggiorno a Berlino non più piacevole per Lagrange e i suoi amici stranieri, egli cercò allora di andarsene. Gli fu concesso a patto che continuasse a inviare le sue memorie per i volumi dell'Accademia. Lagrange accettò così con piacere l'invito di Luigi XVI a continuare i suoi lavori a Parigi come membro dell'Accademia francese. Al suo arrivo nel 1787 ricevette una calorosa accoglienza da parte della famiglia reale, ebbe un comodo appartamento al Louvre, dove visse fino alla rivoluzione.

Da un certo punto di vista la carriera di Lagrange forma un curioso parallelo con quella di Newton, così come quest'ultimo la prolungata concentrazione sui problemi scientifici aveva stancato il suo entusiasmo e a un certo punto della sua vita era arrivato a considerare la matematica con indifferenza.

A cinquantun'anni Lagrange si considerava un uomo finito, era un caso di grave esaurimento nervoso causato da uno strappazzo intellettuale prolungato, per quel che riguardava la matematica, egli giudicava che fosse ormai finito il suo tempo, prevedeva che la chimica, la fisica e la scienza in generale sarebbero state in avvenire gli unici rami interessanti e degni di essere studiati.

In un certo senso aveva ragione, se Gauss, Abel, Galois e Cauchy non avessero rinvigorito con nuova linfa la matematica, lo slancio dato da Newton si sarebbe esaurito intorno al 1850.

Fortunatamente Lagrange visse abbastanza a lungo da assistere all'inizio della magnifica carriera di Gauss e per comprendere che i suoi pronostici erano errati.

La Rivoluzione francese tolse finalmente Lagrange dalla sua apatia e riaccese il suo interesse per la matematica, la presa della Bastiglia, il 14 luglio 1789 segnò in qualche modo il suo risveglio.

Durante la Rivoluzione, benché fosse di nuovo stato chiamato a Berlino, Lagrange volle rimanere a Parigi perché diceva che preferiva assistere all'"esperimento fino in fondo". Né lui né i suoi amici prevedevano però il Terrore, le rivoltanti crudeltà cui doveva assistere gli ripugnava-

no e non fecero che distruggere completamente la poca fiducia che gli restava nel genere umano.

Quando il generale Lavoisier, illustre chimico, fu ghigliottinato Lagrange esprese tutta la sua indignazione: "Non c'è voluto più di un attimo per far cadere la sua testa, quando un centinaio d'anni non basterebbero per crearne un'uguale!"

Il Governo Rivoluzionario trattò Lagrange con grande tolleranza grazie soprattutto al suo carattere mite, alla sua capacità di tacere e al suo buon senso, un decreto speciale gli assicurò lo stipendio e quando questo per l'inflazione non ebbe più valore, il Comitato delle Invenzioni fu invitato ad aumentargli gli emolumenti.

Fu nominato nel 1797 il primo professore di matematica della appena nata Scuola Politecnica e fu a detta di tutti un ottimo Professore il che fece crollare la vecchia superstizione che uno scienziato non sia in grado di insegnare. L'ultimo sforzo scientifico di Lagrange fu la revisione della Meccanica analitica per farne una seconda edizione, questo gli diede nuovo vigore, ma il suo corpo malandato non era più in grado di seguire la sua mente.

Lagrange morì nel suo settantesimo anno di età a Parigi all'alba del 10 aprile 1813. ●

I QUIZ

L'ORSO E IL CACCIATORE

Un cacciatore di orsi parte per una battuta di caccia. Raggiunto il luogo desiderato pianta la sua tenda e prepara tutte le sue cose. Si incammina verso Sud per un chilometro alla ricerca di orsi, ma non trova nulla. Decide quindi di deviare percorrendo un chilometro verso Est. Di nuovo non trova nulla e si dirige ora verso Nord. Dopo un chilometro trova un orso che sta frugando proprio nella tenda che lui aveva piantato poco prima; lo agguanta con la sua rete e lo cattura. Di che colore è l'orso e perchè è certamente di quel colore?

PARENTI

A e B, due amici imparentati si incontrano. Se A è il nonno del padre del figlio di B e B non è il nipote di A, chi è B?

IL QUADRATO MAGICO

Disporre i numeri da 1 a 9 nel quadrato in modo che la somma su tutte le righe, tutte le colonne e le due diagonali sia sempre lo stesso numero.

Le soluzioni dei tre quiz sono pubblicate sul sito dello CSAIN (www.Csain.it)

Il nostro nutrizionista ci parla della castagna, un frutto antico e popolare che si può mangiare in vari modi. Contiene carboidrati complessi sotto forma di amido e ha un buon apporto di potassio e vitamine B



II DONO del guscio spinoso

Nel IV secolo a.C. Senofonte chiama l'albero delle castagne "albero del pane" e tre secoli dopo la letteratura latina riporta, con Marziale e Virgilio, la coltivazione di quest'albero e il consumo dei suoi frutti o, se preferite, dei suoi semi a scopo alimentare.

Verosimilmente il castagno era già presente in tutta Europa e sopravvisse all'ultima glaciazione solo in una parte dell'Asia Minore, dove prende il nome da un'antica città della Tessaglia che sorgeva al centro di estesi castagneti. Vi ritorna prima con i Greci e poi con i Romani e conosce il massimo dello sviluppo e della diffusione durante il Medio Evo grazie ai monaci. L'interesse era duplice: risorsa alimentare (il frutto) e risorsa tecnologica (il legno).

Da allora subì un lento e progressivo abbandono, legato ai progressi dell'industria con l'uso di legname alternativo e all'at-

tacco di parassiti. Esistono, comunque, delle variazioni locali e in Europa l'Italia conta la maggiore estensione di castagneti. La castagna fu considerata dal popolo un dono della natura: gli alberi crescevano spontanei, avevano bisogno di poca cura e soprattutto erano longevi; i frutti abbondanti si potevano conservare a lungo e servivano a sfamare intere famiglie soprattutto negli inverni più freddi quando neve e gelo rendevano improduttivi i campi. L'uomo ha imparato a cucinarle come tali, fresche o seccate, per arricchire le pietanze ovvero utilizzarne la farina per pane e dolci. L'uso delle farine è oggi marginale e limitato alla produzione di dolci tipici, quali il castagnaccio o le ciambelle. Diffuso è invece il consumo diretto di frutti di buon pregio durante la stagione invernale e la trasformazione industriale in marmellate e marron glacé. Scarso invece l'uso dei frutti nell'alimentazione di maiali e volatili da cortile che conferiva alle carni migliore sapore e consistenza.

Nelle comunità montane i boschi venivano tenuti puliti in attesa della maturazione e della caduta delle castagne e il momento della raccolta era motivo di festa e di allegria, un clima che oggi si tenta di far rivivere attraverso varie sagre dedicate alla castagna in molti comuni montani dall'arco alpino alla Sicilia.

Tipicamente autunnale, la castagna matura da settembre a ottobre. Bisogna però distinguere la "castagna", frutto del castagno selvatico il cui riccio ne contiene in genere tre, dal "marrone", frutto di alberi coltivati il cui riccio ne contiene solo uno, più dolce e profumato della castagna.

Cento g di castagne forniscono 153 calorie, che salgono a 193 in caso di caldarroste e addirittura a 287 in caso di castagne secche.

La castagna contiene soprattutto carboidrati complessi sotto forma di amido, in quantità superiori ai legumi freschi e solo una piccolissima quantità di zuccheri solubili, come quelli della frutta fresca; il loro assor-

bimento è pertanto più lento anche in virtù di un buon contenuto di fibra alimentare, dai 7 ai 16 grammi in caso di prodotto fresco o secco.

Ovviamente è scarso il contenuto in proteine e lipidi, ma è abbastanza importante il contenuto in potassio e vitamine del gruppo B, assenti la vitamina C e il colesterolo.

Dal punto di vista energetico un etto di castagne secche equivale a un etto di pane comune e un etto di castagne fresche a due etti di piselli, naturalmente con importanti differenze nutrizionali soprattutto per la quota proteica. Si tratta, pertanto, di un frutto con buone capacità energetiche che ha bisogno di essere completato dal punto di vista nutrizionale.

Le castagne possono essere consumate semplicemente scottate al fuoco (la classica caldarrosta), sotto forma di dolci, ma aumenta l'apporto energetico per l'aggiunta di zuccheri semplici o di grassi, come la panna del "monte bianco", o bollite con l'aggiunta di cannella. Ma forse il modo migliore è consumarle, come si usava una volta, come portata principale del pasto, accompagnandole alle verdure di stagione in sostituzione del pane o della pasta: numerose le ricette di minestre



di verdura con le castagne; oppure ad arricchimento di carne, dal vitello al maiale ai volatili da cortile.

Può valere la pena in questa stagione consumarle come spuntino, possiamo sostituire un pacchetto di cracker o altri prodotti da forno, con 4-5 caldarroste tirate fuori dalla padella forata e appena fatte riposare coperte per completare la cottura con il calore residuo in modo che il frutto rimanga croccante. Il calore nelle mani, pollice e indice che attraverso la "castratura" tirano fuori prima il profumo e poi il frutto, il palato che

scioglie lentamente con la saliva gli zuccheri camminando in una frizzante serata d'autunno, su una strada appena umida che la luce dei lampioni colora d'argento, può servire a farci rivivere una favola bella, quella che ci raccontava a scuola il ciclo delle stagioni e ci portava alla scoperta dei segreti della natura con i ricci ancora chiusi adagiati sul banco. Per chi è vissuto invece in una grande città, lontano dalle campagne e, soprattutto per i suoi figli o nipoti, un invito: domenica andiamo a passeggiare in un bosco, a guardare con il naso all'insù, ricci aperti e ricci chiusi, aspettando di raccogliere da terra questa "manna" che cade dall'alto.

Piaceri di pochi giorni, al massimo alcune settimane, che possiamo prolungare nelle mattine d'inverno con un cucchiaino di marmellata o completare il pranzo domenicale con un marron glacé.

Possiamo comunque conservare in dispensa, in un barattolo ermeticamente chiuso, una manciata di castagne secche, da tirare fuori nelle feste di Natale per un piatto, oggi nuovo, ma antico di storia, per dare alle nostre carni il sapore del bosco. Il pane portatelo in tavola per gli ospiti ma voi non mangiatene, con questo piatto non c'è né bisogno!



LE RICETTE DEI CAMPIONI

E' arrivato solo lo scorso anno ma ormai Josè Mourinho è diventato un grande protagonista del nostro calcio. Ha diviso l'opinione pubblica e gli addetti ai lavori con i suoi atteggiamenti e le sue dichiarazioni, ma resta un tecnico vincente



Roberto Minnetti è proprietario e chef di "Poggio Antico" a Montalcino. Da poco è tornato anche nella sua Roma dove a via Garibaldi ha aperto il ristorante "Minnetti in Trastevere"

Un menù "SPECIAL ONE"

E sì, non potevamo non dedicare un menù con annesso invito virtuale nella nostra Montalcino al personaggio che in pochi mesi ha stravolto il calcio italiano.

Stravolto, non tanto perché ha continuato a vincere anche in Italia, dopo i successi conquistati prima in Portogallo con il Porto e poi in Inghilterra con il Chelsea, ma perché José Mario dos Santos Félix Mourinho è diventato il riferimento mediatico per chi si interessa di calcio e non solo. E' uno "Special One",

come si definì lui stesso, con naturalezza più che con boria, presentandosi al Chelsea. Invece arrivando a Milano, chiamato da Moratti e togliendo la sedia a un altro vincente come Mancini, disse subito, parlando in buon italiano, quello che lui non era, cioè un "pirata".





Mourinho con la moglie



Mourinho ha iniziato la carriera di allenatore in Spagna con il Barcellona B

Difficilmente un allenatore ha diviso tanto il mondo calcistico quanto Mourinho: che sia un tecnico di alto livello non ci sono dubbi, per lui parlano i risultati, ma la gente continua a chiedersi: «C'è o ci fa?». «Non sono simpatico? Neanche Gesù lo era», ha detto una volta.

E che faccia di tutto per non rendersi simpatico lo sa anche lui, ma, come dire, se ne frega e continua a picchiare verbalmente su avversari, su colleghi, su arbitri e giornalisti. Il personaggio è eclettico e di straordinario temperamento e in parte misterioso: sembra vestito di una corazza di metallo per non

esternare il suo vero essere e chissà se anche la moglie, spesso in bilico secondo il gossip, lo conosce veramente. Su di lui continuano a uscire libri. Ultimamente c'è chi ha raccolto le sue frasi più celebri, quelle che fanno la gioia dei titolisti. Un'altra pubblicazione che parla di allenatori, a dimostrazione dell'impatto che il portoghese di Setúbul, ha avuto sul nostro movimento calcistico, parte da un assioma: "prima di Mourinho" e "dopo di Mourinho". Il carisma, in campo e negli spogliatoi, c'è tutto perché è difficile che un giocatore, seppur campione, lo contesti anche lievemente; è difficile che il tifoso non apprezzi la sua genialità, la sua capacità di cambiare le strategie di una partita in corso. D'altra parte José, figlio di un portiere di calcio, aveva nel Dna la professione di allenatore. Si dice che a 15 anni, invece di sognare di diventare un campione, già pensasse dove sedersi in panchina. Come dire "un predestinato", o meglio uno "Special One". In

omaggio alla sua terra natia un'entrata con filettone di baccalà e cipolle in agrodolce, piatto semplice ma come nella tradizione nelle case portoghesi di grandissimo livello. Il baccalà insieme al coniglio in Portogallo è il piatto principe, è il piatto delle fiere e sagre paesane; a seguire dei filettini di scorfano da zuppa dalla carne soda e saporita, passati in forno con patate e rosmarino. Si prosegue con filetti di triglia di scoglio riccioli di foie gras e arancia caramellata. Il tortellone di pesce su vellutata di pesce e cimette di rapa con pecorino leggermente piccante è il preludio al piatto forte " la lepre farcita di tartufo del Perigord in salsa di pinot nero piatto per amanti della caccia e delle emozioni forti.

La chiusura con millefoglie alla crema di castagna e salsa all'amaretto con contrasto di frutti della passione.

Per i vini un grande champagne d'inizio a seguire uno splendido sauvignon Neozelandese, per concludere il viaggio intorno alla tavola un Nuit Saint Georges vino a base di pinot noire di Borgogna.

Il tutto sperando che ci regali un sorriso e non una smorfia di disgusto...



Una delle proverbiali smorfie di José



IL MONDO CSAIN

Filomena La Rossa, la ragazza di Molfetta, che ha stupito tutti alle finali nazionali CSAIN di calcio a 5, parla della sua grande passione che vuol continuare come allenatrice

“FLORA” una vita per il calcio

di Marco Battaglia

Passione, grinta, tenacia, determinazione: sono queste le caratteristiche che permettono a un atleta di arrivare ai vertici dello sport. Qualità che ha nel suo DNA Filomena La Rossa, calciatrice del Don Tonino Bello calcio a 5 di Molfetta, che ha stupito tutti alle recenti finali nazionali CSAIN di Riccione, dove con i suoi gol, ben 11, ha trascinato la sua squadra alla conquista del titolo italiano. Filomena è una ragazza pugliese di trentacinque anni, che ha sempre avuto la passione per il calcio. La sua storia sembra essere uscita da una fiaba, anche perchè praticare uno sport prettamente maschile in una piccola cittadina di provincia non è stato facile.

«Ho sempre avuto la passione per il calcio, sin da quando ero piccola. Andavo ogni domenica con papà a vedere le partite di mio fratello più grande e mi divertivo tantissimo. E, quando tornavamo a casa, giocavamo insieme in cortile. Così è nato il mio amore per il calcio. A cinque anni poi ho iniziato a giocare nella piazzetta del Rione di Via Andria, sotto casa. Erano tempi bellissimi, dove bastava uno spiazzale, quattro pietre per fare le porte, una palla e tanta voglia di divertirsi. Giocavo con i ragazzi ed ero già abbastanza forte: quando bisognava fare le squadre, io ero la prima a essere scelta, perchè i miei dribbling lasciavano gli avversari disorientati, ma soprattutto perchè facevo tanti gol. Ero l'unica ragazza ma, viste le mie doti, nessuno mi faceva pesare la cosa. Certo, questa mia passione non era proprio vista benissimo: mi dicevano che mi sarebbero venute le gambe ad arco (caratteristica dei calciatori – ndr), che era uno sport non adatto a una ragazza. Io però sono sempre stata testarda ed

ho continuato, anche perchè senza calcio non ci sapevo stare. Saltavo la scuola prima e il lavoro poi, perchè per me prima di tutto veniva il calcio». Dopo i primi calci sotto casa Flora, così la chiamano gli amici, riceve la chiamata di un dirigente sportivo locale, che la vuole nel suo team. Le sue doti atletiche, la capacità di calciare con entrambi i piedi e il suo dribbling erano delle qualità rare in una ragazza. «Avevo 12 anni e in quel periodo il calcio femminile era ancora poco praticato. Una ragazza con le mie qualità avrebbe fatto comodo a qualunque squadra. Così andai a giocare nel Trani 80 calcio a 11, in serie C, e da lì in poi non mi sono più fermata. Qualche anno dopo sono andata a giocare al Bari, in serie B, un'esperienza bellissima durata sei anni. Dopo c'è stato il passaggio al calcio a 5. Sono stata attratta dal calcetto perchè, essendo molto più tecnico, mi permetteva di esprimere le mie doti al meglio. La mia



Filomena “Flora” La Rossa, la bomber



“Flora” premiata a Riccione dal sindaco Pieroni

prima squadra è stata il Bisceglie.

Lì ho conosciuto Nico Ventura, il mio primo allenatore, che per me è stato, ed è ancora, una figura im-

portante per la mia carriera. Grazie ai suoi consigli e alla sua grande umanità sono cresciuta molto, sia a livello sportivo che umano. Ho militato nel Bisceglie per quattro anni, poi sono passata al Martina Franca ed infine al Don Tonino Bello di Molfetta dove gioco oggi. Con il calcetto la soddisfazione più grande è stata quando, nel 2006, ho vinto con la rappresentativa della mia regione (Puglia – ndr) il titolo italiano alle finali di Pomezia. Un'avventura bellissima, ricca di emozioni. Emozioni che solo lo sport può regalare». Nonostante una carriera entusiasmante fatta di gol, vittorie e tante soddisfazioni, anche Flora ha avuto i suoi momenti difficili. «Quando avevo 16 anni venni chiamata dal Parma: mi avevano tenuto sotto osservazione per molti mesi e mi proposero di trasferirmi da loro. Purtroppo però ero ancora piccola e mio padre non se la sentiva di lasciarmi partire da sola. Oggi lo capisco, ma a quel tempo per me fu una grande delusione perché il Parma giocava in serie A e sarebbe stata la realizzazione di un sogno. Probabilmente, se mi avessero chiamato qualche anno dopo, la storia sarebbe andata diversamente. Un altro momento per me difficile è stato quando, all'età di ventitré anni, sono stata operata al ginocchio. Avevo

paura di non poter più tornare a giocare e quei giorni all'ospedale sono stati terribili. La mia fortuna è sempre stata il mio carattere: sono una ragazza determinata, che non si arrende mai e che, quando si mette in testa una cosa, non si dà pace fino a quando non la raggiunge». La determinazione e la tenacia, maturate anche grazie allo sport, sono qualità che Flora si è ritrovata nella vita di tutti i giorni. Infatti, oltre ad essere un'ottima calciatrice, è anche un'imprenditrice di successo. Il suo pub è uno dei più frequentati e anche lì si respira aria di calcio tra una partita sul maxi schermo e i poster di Kakà, l'asso brasiliano al quale “la bomber di Molfetta” s'ispira. «Io sono una tifosa della Juventus, ma il mio idolo è Ricardo Kakà. Per fortuna si è trasferito al Real Madrid, perchè finchè ha giocato al Milan per me c'è sempre stato un conflitto d'interessi. Nel calcio femminile, naturalmente, la Morace è per tutte noi un punto di riferimento, anche perché, oltre ad un'ottima carriera da calciatrice, si è dimostrata in gamba anche come allenatore». Proprio Carolina Morace è per Flora un esempio da seguire per il futuro, quando attaccherà gli scarpini al chiodo. Ipotesi questa ancora lontana, visto che la voglia di dribblare e di vincere nuove sfide è ancora tanta. «Nonostante abbia trentacinque anni, mi sento ancora le gambe di una ragazzina. Non ci voglio pensare a quando smetterò, anche perchè quel momento lo vedo molto lontano. Ho ancora qualche sassolino da togliermi, come battere le ragazze del Real Statte di Taranto, squadra molto forte contro la quale non sono mai riuscita a vincere. Comunque, se non le batterò da calciatrice, lo farò con la mia squadra, quando allenerò». Senza calcio Filomena non saprebbe vivere e già s'immagina, fra qualche anno, su una panchina a dare indicazioni alle compagne più giovani.

«E' naturale per me pensare a un futuro da allenatore. Mi ci vedo su una panchina e il giorno che i miei dribbling non lasceranno più le avversarie disorientate appenderò gli scarpini e farò domanda per il corso da allenatore. Mi piacerebbe poter trasmettere a ragazze più giovani di me quello che lo sport mi ha dato e insegnato. Ritengo che fare sport aiuti a crescere, ad affrontare le difficoltà e a formare il carattere di una persona. E' una palestra di vita, un'esperienza unica che tutti dovrebbero vivere».



Foto di gruppo della Don Tonino Bello, la squadra pugliese che guidata da La Rossa (la giocatrice con la maglia bianca) ha vinto il campionato di Riccione

La bella storia della compagnia teatrale amatoriale della provincia Verbanò Cusio Ossola. L'associazione, iscritta alla Fita, ha iniziato in una sede di fortuna, oggi è una realtà ricca di iniziative

Un SOGNO nato in carrozzeria

È proprio il caso di dire "galeotto fu lo spettacolo". Stiamo parlando della commedia musicale "Aggiungi un posto a tavola" di Garinei e Giovannini, messa in scena nel novembre 2005, da quella che da allora in avanti avrebbe deciso di diventare la compagnia teatrale "Amici per un sogno". Una sede di fortuna, a Gravellona Toce, in provincia del Verbanò Cusio Ossola, una vecchia carrozzeria, rimessa a nuovo dai componenti stessi della compagnia, si è trasformata nella fucina di tanti progetti e prove e, grazie alla volontà e all'entusiasmo di alcuni giovani, guidati dalla regista, figlia d'arte, Renata Mariotti, i quali hanno voluto raccogliere le proprie energie per realizzare un sogno in comune quello di fare teatro. Nel maggio 2006 la compagnia di nuova costituzione calca le scene con "Rugantino" (sempre di Garinei e Giovannini). Lo spettacolo è rappresentato nei teatri e nelle piazze di tutto il VCO e nella vicino Arona (No) e grazie al grande successo di

pubblico, seguono una decina di repliche. Sebbene amatoriale, la compagnia è sempre alla ricerca del miglioramento personale: per questo motivo le prove a cadenza settimanale vanno intercalate da lezioni tenute da professionisti nei settori di canto, danza e recitazione. Nel settembre del 2007 cominciano le prove del nuovo lavoro, un musical, che è andato in scena per la prima volta a Omegna (VCO) nel maggio del 2008 e s'intitola "Il cerchio della vita". Lo spettacolo è travolgente e la storia, accompagnata da balli tribali, canti e cori dai ritmi africani, fa emergere i valori della vita. Qui gli "Amici per un sogno" raggiungono un buon livello di preparazione teatrale, grazie anche ai numerosi laboratori che aperti per eseguire questo musical stile Broadway: scenoscultura con Francesco Leopaldi, arte circense con Giuseppe Tuccio, costumi, illuminazione. Il lavoro, infatti, è un susseguirsi di costumi variopinti e maschere che personificano animali, il tutto in una

cornice di colori che richiamano la savana. Con questo lavoro la compagnia ha raggiunto più di sette mila spettatori con undici repliche. Per realizzazione dello stesso, in teatro si muovono circa sessanta persone tra attori, ballerini, gruppo coro gospel, musicisti, tecnici del suono, delle luci e delle scene.

La compagnia "Amici per un sogno" è un'associazione che vanta all'incirca di 130 soci sostenitori che credono nella stessa e nei suoi progetti, come l'organizzazio-



Il gruppo dell'Associazione "Amici per un sogno" dopo una rappresentazione



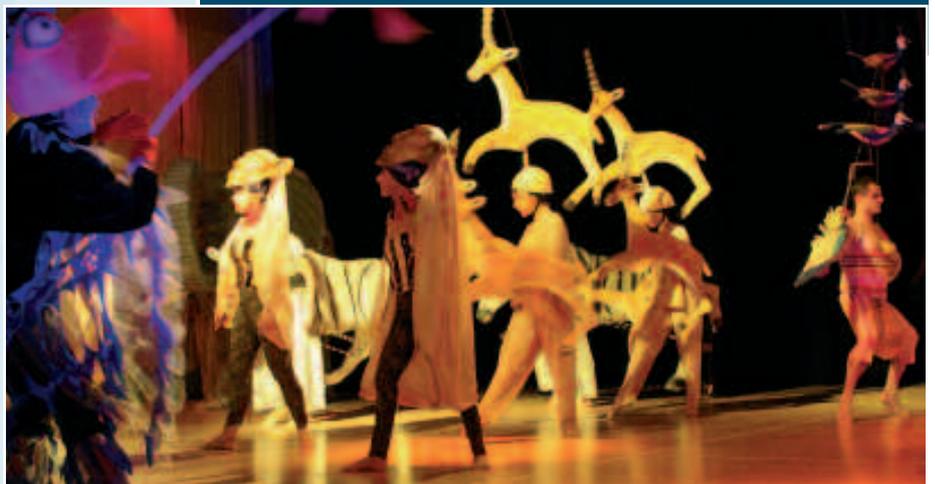
A DICEMBRE IL CORSO PER DIRIGENTI DELLO CSAIN

Novità importante per la formazione CSAIN. Nell'ambito della collaborazione tra Scuola dello Sport CONI Servizi e CSAIN, si svolgerà a Roma, dal 4 al 6 dicembre, un corso di formazione per dirigenti centrali. La sede scelta per quest'importante avvenimento è l'aula 2 del Centro di Preparazione Olimpica "Giulio Onesti" dell'Acquacetosa, per dar modo a chiunque fosse interessato, di raggiungere agevolmente la sede da tutt'Italia. Il corso, in numero chiuso di trentacinque partecipanti, ha come destinatari i Dirigenti di struttura a livello nazionale e regionale ed è rivolto quindi a tutti gli attuali Dirigenti CSAIN. I contenuti del corso saranno i seguenti: Ordinamento sportivo e legislazione nazionale; La figura del dirigente sportivo; Aspetti giuridico-fiscali; La gestione degli eventi; La gestione delle risorse e del cambiamento; Marketing strategico e Marketing territoriale; Strategie di comunicazione interna ed esterna. Praticamente tutto ciò che dovrebbe sapere un moderno dirigente sportivo. Esperti appartenenti al Corpo Docenti della Scuola dello Sport e dell'E.P.S. CSAIN saranno i "maestri" preposti all'insegnamento delle varie materie. Il programma prevede un modulo di tre giorni per un totale di sedici ore con lezioni frontali e lavori di gruppo, mentre per quanto riguarda i materiali didattici, saranno usate le relazioni presentate al Corso e il testo "L'ordinamento Sportivo, seconda edizione di G. Martinelli, F. Romei ed E. Russo". Probabilmente, durante i lavori, interverrà per un saluto ai partecipanti il Presidente nazionale del CONI, Gianni Petrucci. Il primo iscritto al corso è ovviamente il presidente Luigi Fortuna che motiva così la sua scelta: « L'attenzione per i nostri soci, inizia dalla formazione dei dirigenti. Sarà l'anno della formazione continua, a tutti i livelli. Fare impresa, passa per la consapevolezza acquisita attraverso l'acquisizione di strumenti attuali». Auguriamoci quindi che tali iniziative possano essere ripetute quanto prima, per fare della formazione uno dei cardini centrali delle attività CSAIN.

ne di seminari mirati al perfezionamento delle varie attività teatrali, oppure rassegne di arte varia, laboratori scolastici.

La compagnia iscritta alla F.I.T.A (associata CSAIN) da alcuni anni, ha avuto il piacere di collaborare con la stessa Federazione e con il patrocinio della Regione Piemonte, della città di Stresa, della Provincia del VCO, del Distretto Turistico dei Laghi e della Fondazione comunitaria del VCO, nella realizzazione dell'itinerante Festa Nazionale del Teatro Amatoriale tenutasi quest'anno sul territorio di Stresa (VCO), dove la fa da padrona di casa, dal 15 al 18 ottobre scorso. Un evento di grande impatto a livello nazionale, per giorni centinaia di persone sono state fortemente legate da un'unica passione che si chiama Teatro. Nel corso delle giornate si sono susseguiti spettacoli di diversi generi teatrali, dal musical, alla prosa e inoltre si è potuto seguire stage mirati di recitazione, scenoscultura, vocalità e attitudini ai talenti oltre a far conoscere le bellezze del territorio. Grazie a questo evento la zona di residenza della compagnia è diventata per un intero anno città capitale del teatro amatoriale e ospiterà nei teatri locali compagnie provenienti da tutta Italia. Ora l'Associazione "Amici per un sogno", si sta preparando a un'altra avventura; il nuovo lavoro, sempre nel campo del musical, ma, rispetto ai precedenti, di altro genere, con un cast sempre ben rifornito e folto, ma soprattutto ben motivato per vincere nuove sfide. La compagnia è sempre alla ricerca di nuovi talenti e aperta alla collaborazione con le compagnie amatoriali della zona. Questo nuovo lavoro prevede sperimentazioni tecnologiche nel campo della scenografia ed effetti scenici. Il musical darà molto spazio alle performance del corpo di ballo con l'aggiunta di acrobati, il suo debutto avverrà presumibilmente nella prossima estate in una location molto suggestiva e naturale. ●

www.amiciperunsogno.it



QUI UMBRIA

A PERUGIA IL TROFEO DI LOTTA, LA PORTA SOLE IN EVIDENZA



Due lottatori in azione

Sabato 7 novembre si è svolto a Perugia, al Palasport "Evangelisti", il XIV Trofeo Città di Perugia di lotta olimpica. Hanno partecipato squadre provenienti da tutta Italia. La competizione ha interessato

atleti appartenenti alle classi juniores e seniores. Il Trofeo, inserito all'interno degli Etruscan Games 2009, manifestazione di cultura e di sport organizzata dall'A.S.D. Porta Sole CSAIN, è stato realizzato con il Patrocinio della Fijlkam, del CONI, della Regione Umbria, del Comune di Perugia, dell'Ufficio Regionale Scolastico, dello CSAIN, del CUS Perugia e dell'ADiSU. Questa la classifica: 1) A.S.D. Take Down Ascoli Piceno; 2) G.S. Fiamme Oro Roma; 3) A.S.D. Porta Sole Perugia; 4) Circ.Lavoratori Terni; 5) A.P.D. Athlon Club Sassari; 6) S.S.D. Kodokan Samurai Spello; 7) G.S.VV.F."Ravalico" Trieste; 8) U.S.B. A.S.D. Fortebraccio Perugia: Gli atleti dell'A.S.D. Porta Sole CSAIN con il miglior piazzamento sono stati: Silviu Androne, Leonardo Donati, Fabrizio Faraglia, Marius Popa, Michele Rosati, Naser Sarjlou. Gli Etruscan Games 2009 sono stati anche arricchiti dalle coreografie di Elisabetta Ricci che, con le sue danzatrici Cristiana Motti e Luisa Piro, ha rievocato antichi riti etruschi. ●



La squadra dei Veterani Audace con la famiglia Larizza dopo la premiazione



La squadra dei Magistrati della Procura di Trani



La squadra degli Avvocati di Molfetta

Con il patrocinio del Comune di Molfetta si è svolto con successo il "1° Memorial avv. Roberto Larizza", triangolare di calcio a 11 svoltosi presso il campo comunale "B. Petrone", a Molfetta. La manifestazione è stata organizzata dall'Associazione Avvocati di Molfetta, presieduta dall'avv. Giulio Guarino e dallo CSAIN Comitato Provinciale e Zonale di Bari e Molfetta. Le squadre partecipanti sono state: l'associazione Avvocati di Molfetta, i Magistrati-Procura di Trani e i Veterani Audace Calcio Molfetta. Si è aggiudicato il Memorial con quattro punti di classifica la squadra dei Veterani che ha battuto prima gli Avvocati per 1-0 ed ha poi pareggiato 0-0 con i Magistrati-Procura di Trani. La partita tra i Magistrati contro gli Avvocati è stata vinta da questi ultimi per 1-0. E' stato un torneo corretto, deci-

QUI PUGLIA

A MOLFETTA AI VETERANI AUDACE IL 1° MEMORIAL LARIZZA

so sul fischio finale. A conclusione del torneo e prima della premiazione c'è stato l'intervento della sorella del compianto Roberto, l'avv. Maria Rosaria che accompagnata dal marito dott. De Palma Saverio, a nome della famiglia Larizza ha avuto parole di apprezzamento e di condivisione della nobile iniziativa ("Che pur se ludica riflette lo spirito gioioso di Roberto"); sono intervenuti i Presidenti CSAIN e dell'Ass. Avvocati, Mimmo de Candia e Giulio Guarino che si sono impegnati di ricordare Roberto anche nei prossimi anni con analoga iniziativa.

A nome poi degli avvocati è intervenuto Silvano Maralfa che ha commemorato il giovane collega prematuramente scomparso, ricordandolo come persona amata e stimata.

QUI SICILIA

TUTTI SULL'ETNA ESPLORANDO LA MAGICA GROTTA DEI LAMPONI

Domenica 11 ottobre si è svolto il 2° Incontro Natura Ambiente con obiettivo la Grotta dei Lamponi che si trova a circa 1700 m slm. E' una grotta di scorrimento lavico che deve il suo nome alla pianta di lamponi vicino l'ingresso della stessa. E' una delle più lunghe (732 m), e nel tratto facilmente percorribile (circa 300 m) è possibile osservare stalattiti da rifusione (denti di cane), superfici cordate, striature e tutte le caratteristiche tipiche delle grotte etnee. Inoltre nello stesso tratto sono presenti altri ingressi e aperture nella volta. La sezione della grotta è per lo più semicircolare, ma in qualche tratto ellittica con l'asse



Tutti dentro la magnifica grotta dei Lamponi

maggiore orizzontale. Per i partecipanti è stata una piacevole esperienza (indimenticabile per i più piccoli) alla scoperta delle bellezze naturali che offre l'Etna.

Il dott. Giovanni Nicoloso (Presidente ASD Mountain Inside Csain) ha accompagnato questo variegato gruppo di appassionati (bambini, ragazzi e adulti) molti dei quali alla loro prima esperienza speleo.

La lunga passeggiata nella zona nord-est per raggiungere la grotta ha permesso di ammirare l'ambiente "unico" che offre il vulcano

"TANGO ARGENTINO E NON SOLO", GRANDE FINALE A SAN CATALDO

Grande successo di pubblico per il "3° Festival di Tango Argentino e non solo...", svoltosi domenica 11 ottobre a San Cataldo, in Piazza Falcone-Borsellino, organizzato e presentato dal M°. Salvatore Sardo della Scuola di Danze Argentine "Si Balla!" di San Cataldo. Nel corso dell'evento, che ha chiuso il tour estivo dei Maestri Tangheri, Sardo e Barilà, si sono avvicendate sul palco più di duecento unità fra maestri, allievi e atleti appartenenti a ben quindici associazioni sportive dilettantistiche, oltre a sette artisti.

In tre ore di spettacolo ci sono state esibizioni di tango argentino, di ballo e di danza sportiva, di danza classica e moderna, di arti marziali, di canto, di musica e di cabaret. Grazie anche all'utilizzo delle scenografie, dei temi musicali e dei costumi si è riusciti a coinvolgere ed emozionare il numerosissimo pubblico. Presenti alla manifestazione le autorità locali tra cui il sindaco dott. Giuseppe Di Forti, accompagnato dall'Assessore comunale allo Sport, Turismo e Spettacolo dott. Roberto Riggi e il responsabile al coordinamento dello Sport Nazionale dello CSAIN dott. Salvatore Scarantino.

L'evento è stato patrocinato dal Comune di San Cataldo e si è svolto con il benestare del Coni di Caltanissetta diretto dal dott. Giuseppe Iacono e dell'Ente di Promozione Sportiva CSAIN. Foto e video dell'evento si possono trovare all'indirizzo internet <http://www.siballa.net>, dove è possibile trovare informazioni sui prossimi appuntamenti in programma e su corsi e lezioni di ballo sia collettive sia private.

Ulteriori informazioni presso i seguenti recapiti telefonici: 339/7156900 - 0934/516317 - 0934/572280.



il consiglio nazionale

PRESIDENTI ONORARI

Fiorenzo MAGNI
Antonio MAURI
Eugenio KORWIN

PRESIDENTE

Luigi FORTUNA

VICE PRESIDENTE

Franco CACELLI *
Biagio SACCOCCIO *

CONSIGLIERI

Gabriele MARTINUZZI
Livio BORRELLI
Luigi CAVALIERE *
Antonio CELONA*
Nevio CIPRIANI
Sergio CORRADI
Giovanni DESSI' *
Rosario FATUZZO *
Eugenio FERRARI
Raffaello GERMINI
Enea GOLDONI
Piercarlo IACOPINI *
Maurizio NEGRO
Fabrizio SCARAMUZZI
Cristiana TORRE *

RESP. NAZIONALE SPORT

Salvatore SCARANTINO

COLLEGIO DEI REVISORI DEI CONTI

Roberto SELCI (presidente)

Domenico CORSINI (effettivo)
Salvatore SPINELLA (effettivo)
Tiziano DANIELI (supplente)
Anna Laura LAURETTI (supplente)

*= membro di giunta

i comitati regionali

VALLE D'AOSTA

tel. e fax 0165.1825170 0165-554497

Ruggimichi@tiscali.it

Presidente: Ruggiero Michieletto

PIEMONTE

cell. 335/8099671 fax 015/541177

csain.bi@libero.it

Presidente: Pierfranco Gilardino

LOMBARDIA

cell. 347-3165667

montivitale@libero.it

Presidente Vitale Monti

TRENTINO ALTO ADIGE

(tel. e fax 0461/983894)

Presidente: Paolo Montresor

VENETO

tel. 045/7153017 e.fer@tiscali.it

Presidente: Eugenio Ferrari

FRIULI VENEZIA GIULIA

tel. 0432/851560 csainudace@virgilio.it

Presidente: Nevio Cipriani

LIGURIA

tel. e fax 010/317751,

csainliguria@zenazone.net

Presidente: Sergio Corradi

EMILIA ROMAGNA

tel.e fax 051.802710 338.8966679

email: francovignoli1939@libero.it

Presidente: Franco Vignoli

TOSCANA

tel. 0586.807646

fax 0586.229274

cell. 329.9889628

email: csainlivorno@tiscali.it

Presidente: Gianfranco Raugei

UMBRIA

tel. 075/5004591 fax 075/5017076

csainpg@tiscalinet.it

MARCHE

tel. 071.7590610 tel.e fax 071.7592005

cell. 329.3817007

Presidente: Antonio Romagnoli

LAZIO

tel.fax 06.83664599

cell.335-5399582

marcello65mp@libero.it

Presidente Marcello Pace

ABRUZZO

tel. e fax 0863/509346

Presidente: Sante Volpe

MOLISE

tel. e fax 0865/955159

Presidente: Carlo De Lisi

CAMPANIA

tel. 089/233007

cristianatorre@virgilio.it

Presidente: Gerardo Dino Torre

PUGLIA

tel. 080/5503679

fax 080/5503603

Presidente: Sergio Sannipoli

BASILICATA

tel. e fax 0975/383186

Presidente: Giuseppe Pascale

CALABRIA

tel. 0981/56103

Presidente: Antonio Faillace

SICILIA

Tel. 095.397040 fax 095.396996

csainsicilia@tiscali.it

Presidente: Luigi Fortuna

SARDEGNA

tel. 070-4818839 fax 070/41492

cell. 339-3668898

Presidente: Giorgio Sanna

coordinatori di sezione

ATLETICA LEGGERA

Giovanni Di Nucci 348-3104618
giovanni.dinucci@gmail.com

BEACH SOCCER

Paola Di Martino 06.5903526

BOCCE ALLA VENETA

Enea Goldoni 329-290372

CALCIO A 5

Pierluigi D'Inca 330-537609

gigidinca@libero.it

CALCIO A 11

Pierfranco Gilardino

335-8099671 csain.bi@libero.it

CICLISMO

Biagio Saccoccio 338-4521805

biagio.saccoccio@fiscali.it

DANZA (PROMOZIONE)

Vincenzo Silluzio 338-8382498

csainsr@interfree.it

DIVERSAMENTE ABILI

Carlo De Nicola 348-5118073

c.denicola@libero.it

FRECCETTE

Luciano Caserta 348-4106391

lucaserta@fin.it

GINNASTICA ARTISTICA

Giulia Ciaccia 328-4540125

giulia.ciaccia@libero.it

GINNASTICA AEROBICA

Italia Bianchi 329-5956168

itbianch@tin.it

KARATE

Mauro Mion 349-3997440

mauro.mio@alice.it

JUDO

Giuseppe Tamburo

335-8747824

tamburo.giuseppe@gdf.it

JU JITSU

Cosimo Costa 329-4816083

cosimo.costa@mizuryu.com

LOTTA

M.Cristina Cirillo 347-8846763

marycristina@inwind.it

NUOTO/PALLANUOTO

Giancarlo Toppi 349.6597317

csainterni@fastwebnet.it

PALLACANESTRO

Maurizio Vortici 338-7059002

mvortici@sportevents.it

PALLAVOLO

Massimo Scibetta

335.6620122

scibecalos@libero.it

PESCA

Eugenio Ferrari

339-6432124

e.ferr@tele2.it

SCHERMA

Carlo Macchi 348-4002144

csnavacchio@tiscalinet.it

SCI

Piercarlo Iacopini 339-7105135

valanga@arpenet.it

SPORT EQUESTRI

Massimo Garavini

340-3771660

TAEKWONDO

Vitale Monti 3473165667

montivitale@libero.it

TIRO AL PIATTELLO

Giuseppe Curatolo 339.3722870

WUSHU

Sebastiano Mauro 347.1139755

nellomauro@virgilio.it

le sezioni specialistiche

ALFA Accordo Libero Federativo tra Associazioni Via Giardino, 8 - 30175 Venezia
Presidente: Carlo Tosetti (333.4156851) tel. fax 041-5344209 tosetti@federalfa.org

ANFE Associazione Nazionale Federativa Circoli Via Verga, 3 - 58100 Grosseto
Presidente: Gabriele Martinuzzi tel. 348-8805237 fax 0572-901660

ARBAV Associazione Regionale Bocce alla Veneta c/o Maniero Giorgio (segr. gen.)
Via Brentasecca, 52 - 35020 Saonara PD tel. fax 049-644060 Presidente: Enea Goldoni

CIAS Centro Intern. Amici della Scuola Via dei Coronari, 181 - 00186 Roma tel. fax 06-68309516
e-mail: ciasesm@libero.it, sito: www.ciasonline.it Presidente: Edmondo Coccia Segretario Generale: Pina Gentili

ENALCACCIA P.T. Enalcaccia Pesca e Tiro Via La Spezia, 35 - 00182 Roma tel. 06-77201467-68-69 fax 06-77201456
Presidente: Lamberto Cardia. Segretario Generale: Giuseppe Tarullo e-mail: enalcaccia.pn@tiscalinet.it

FABI Federazione Autonoma Birillistica Italiana Via Generale Pennella, 12 - 31100 Treviso
tel. fax 0422-304200 336-422003 ab. 0422-451870 Presidente: Giuliano Fantin

FDTI Italia - Federazione Dilettantistica Taekwondo Italia Via XX Settembre 4/6 21013 Gallarate (VA) Te. 0331-245850 fax 0331-708517
Presidente Vitale Monti fdtaekwondoitalia@libero.it

FIAS Federazione Italiana Attività Subacquee Viale Andrea Doria, 8 - 20124 Milano Tel. 02.6705005 340-9305274 Fax 02.67077302
e mail: fias@fias.it Presidente: Bruno Galli

FIGF Federazione Italiana Gioco Freccette Via Generale Pennella, 12 - 31100 Treviso darts@figf-italia.it, lucaserta@fin.it www.FIGF_ITALIA.IT
tel. fax 0422-307209 Presidente: Luciano Caserta Segretario: Maurizio Vitari

FITA Federazione Italiana Teatro Amatori Via di Villa Patrizi, 10 - 00161 Roma tel. fax 06-44235178
Presidente: Carmelo Pace. Segretario Generale: Giovanni D'Aliesio (tel. 019-821950) info@fitateatro.it - amministrazione@fitateatro.it

FITD (sezione di promozione) Tecnici di danza sportiva. Walter Santinelli, via Gregorio XIII, 153, 00167 Roma. Tel e fax 06-66012962

UDACE-CSAIN Unione degli Amatori del Ciclismo Europeo Via G. Govone, 100 - 20131 Milano tel. 02.33611591 fax 02.34531458
Presidente: Franco Barberis, via degli Zuavi, 28 - 13100 Vercelli (f.barberis@udace.it). Segretario nazionale: Giovanni Stagni segreteria@udace.it

UFI Unione Folclorica Italiana Piazza Duomo Palazzo Bassi - 33081 Aviano PN info@folklorica.it
Presidente: Maurizio Negro tel. fax 0481.391078/329.4196789 president@folklorica.it
Segretario: Luciano Romano Via Pal Piccolo, 22 - 33029 Villasantina UD tel. fax 0433.759004 romano19@interfree.it

PEDALANDO VERSO IL FUTURO

A Riccione l'UDACE-CSAIN ha tenuto la 4^a Conferenza Organizzativa Nazionale. Grande partecipazione e tanti i temi affrontati e approfonditi: dai problemi fiscali alla tutela della salute

di Fernando Saccoccio

Alla presenza di tutti i quadri dirigenziali nazionali dell'UDACE-CSAIN, regionali e provinciali, si è tenuta a fine ottobre u.s. a Riccione la 4^a Conferenza Organizzativa Nazionale dell'UDACE-CSAIN. Il nutrito programma dei lavori è stato introdotto dal Presidente Francesco Barberis, al quale l'assemblea ha tributato un riconoscimento per i venti anni di presidenza e cui è seguito un apprezzato saluto del sindaco di Riccione, Massimo Pironi. Barberis nella sua relazione introduttiva, mettendo in evidenza lo slogan dell'evento "Riflessioni e prospettive per obiettivi comuni", che campeggiava nell'accogliente sala conferenze dell'Hotel Corallo, ha tracciato, tra gli altri, i vari aspetti della vita associativa. In particolare si è soffermato sulle derivazioni legislative, fiscali, assicurative, tecniche, disciplinari, organizzative, nonché sui rapporti con altri Enti di promozione e prevenzione e tutela della salute. Ribadendo i saldi principi radicati nei 53 anni di storia dell'Unione, evidenziandone lo spirito di servizio, sempre animato da rispetto, solidarietà, collaborazione e democrazia, nonché di guardare al futuro con rinnovate e incisive progettualità. Sono seguiti i vari approfondimenti, in particolare da parte dei dottori: Gualdi per gli aspetti

fiscali, Negri per quegli assicurativi, Murolo per il doping e Ferella per la prevenzione e tutela della salute. Nell'occasione il dott. Ferella (Responsabile della Commissione Scientifica UDACE-CSAIN), ha presentato il libro "In sella senza doping - 2010, per un ciclismo a tutela della nostra salute", lavoro curato dallo stesso, voluto e patrocinato dall'ente. Dalla costrittiva tavola rotonda che ne è seguita, grazie anche all'importante ed efficace contributo dei delegati, è stato dato risalto, corpo e risposte, anche a situazioni proprie del territorio e delle peculiarità del ciclismo amatoriale, delineandone gli "obiettivi comuni". Gradito e apprezzato anche l'intervento del Presidente Nazionale CSAIN Luigi Fortuna che, ancora una volta, ha messo in risalto il compiacimento per la professionalità, a tutto campo, della Sezione Nazionale Specialistica "UDACE-CSAIN", che attraverso la sua ramificata struttura territoriale, produce settimanalmente una sana e controllata attività.

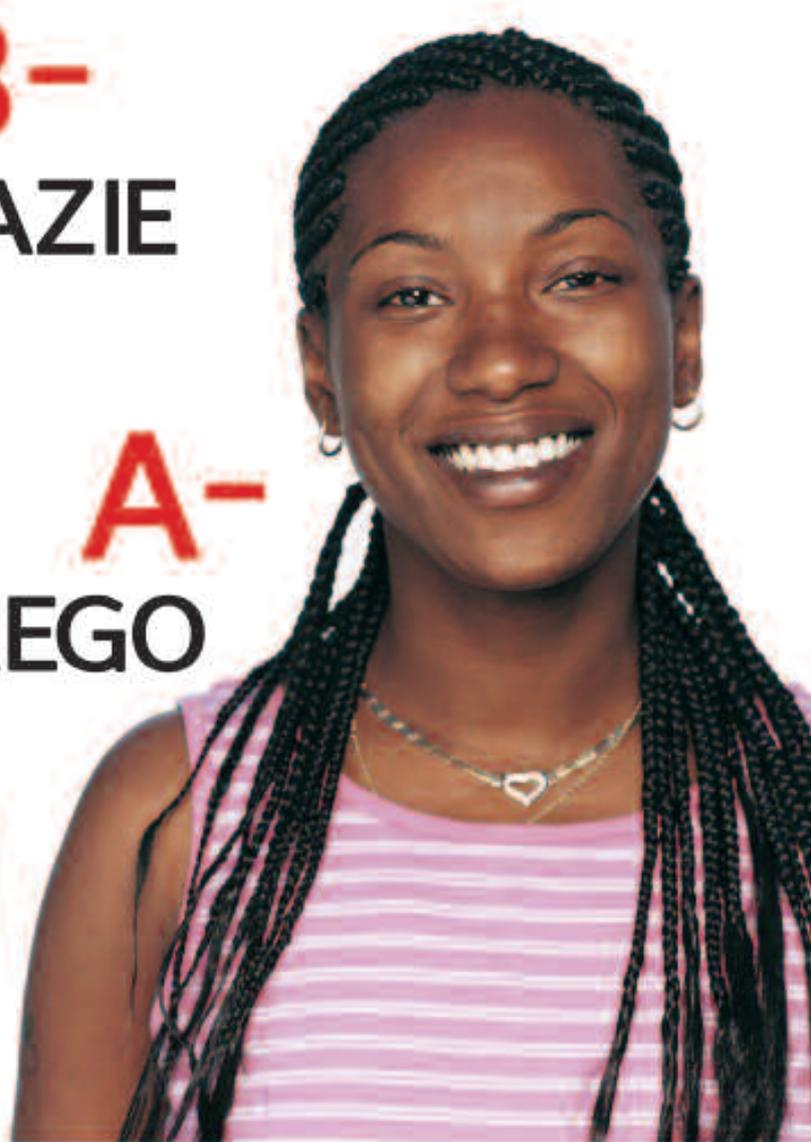
Fortuna ha sentito di ringraziare il Presidente Barberis per la simbiosi d'intenti affinati in 28 anni di collaborazione. Il convegno si è concluso dando appuntamento a tutti per fine maggio 2010 a Bellaria Igea Marina per la Festa nazionale e per i campionati italiani di cicloturismo. ●



Il presidente dell'Udace Francesco Barberis (al centro)



AB-
GRAZIE



A-
PREGO

SE NELLA VITA SEI UN TIPO NEGATIVO O POSITIVO A NOI NON IMPORTA.

Paola deve la sua vita a Maisha, donatrice di sangue AVIS da 6 anni. Paola ha un nuovo compleanno da festeggiare, un fidanzato da abbracciare, un futuro nuovo, anche grazie ad AVIS.

CHI DICE CHE I LEGAMI DI SANGUE NON CONTANO, SI SBAGLIA.

Numero Verde **800 261580** www.avis.it

AVIS
ASSOCIAZIONE VOLONTARI ITALIANI SANGUE



ASSOCIATO
FEDERTURISMO
CONFINDUSTRIA



Coni

