A MILLE INFORTUNISTICA
RECUPERO DANNI DA INCIDENTI STRADALI
INCIDENTI COME TRASPORTATO
INCIDENTI SUL LAVORO, IN CASA O SPORTIVI
La nostra Agenzia Vi offre:
Assistenza medico specialistica, Riabilitazione da infortunio
Officina e Carrozzeria di fiducia
Consulenze tecniche di parte medico-legali
IL TUTTO SENZA SOSTENERE ALCUN COSTO DA PARTE VOSTRA!!!
Viale Repubblica, 16 - Bondeno (FE)
Tel. e Fax 0532.89.78.42

Sportcomuni
Edizione Alto Ferrarese
DIFFUSIONE GRATUITA
Anno II - N° 06
Giugno 2008
Finito di stampare il 05/06/08
www.sportcomuni.it
il mensile sportivo del territorio
Distribuito nei territori di: Bondeno, Mirabello, Poggio Renatico, Sant'Agostino, Vigarano Mainarda

Tiro a Segno · Pattinaggio Artistico · Pallavolo · Tennis · Atletica · Squash · Basket · Hockey su Prato

Ciclismo Turistico · Calcio · Tiro con l'arco · Nuoto · Bocce - Boccette · Badminton · Arti Marziali · Canoa

NON DELUDETECI, AZZURRI!

Campionati Europei: tutti contro i campioni del mondo

Cari lettori,
sarebbero proprio tanti gli argomenti sportivi di attualità da trattare in questo mese: dal calciomercato, che già impazza con colpi di scena e relativi scoop, all'emozionante conclusione del Giro d'Italia, al nuovo record (9'72") sui cento metri del giamaicano Usain Bolt, degna anticipazione dei fuochi d'artificio che vedremo alle Olimpiadi.
Non si può poi tralasciare che tra pochi giorni iniziano i campionati Europei di calcio e la Nazionale campione del Mondo torna ad affrontare (non in finale) la Francia, sua storica rivale per garantirsi l'indispensabile pass a quei quarti di finale, che quattro anni fa è stato – diciamolo – clamorosamente fallito. Grande è quindi l'attesa tra i tifosi azzurri, perché l'Italia in Austria e Svizzera si presenta da campione del mondo ed è ben decisa a vendere cara la pelle. Il commissario tecnico Donadoni ha convocato un gruppo, composto in parte da giocatori che già sanno vincere ed altri, più giovani, vogliosi di sollevare trofei importanti. Mancherà il capitano Cannavaro, a causa di un brutto infortunio che lo lascerà fuori dal campo per almeno due mesi; tuttavia ci sarà in panchina grazie alla eccezionale concessione di un pass speciale concesso dalla Uefa. Fabio è stato infatti così premiato perchè nonostante la recente operazione, ha deciso di restare al fianco della squadra e di non lasciare il ritiro.

Ha poi suscitato molto interesse il Giro d'Italia. Quest'anno è stato combattuto fino all'ultima tappa. Ha vinto lo spagnolo Contador, sempre nel gruppo dei primi, ed in grado di controllare gli avversari, Riccò in primis giunto secondo. In questa novantunesima edizione certe salite erano proprio ripide, ed i colpi di scena non sono mancati, catturando così l'attenzione di migliaia di amanti del ciclismo di tutte le età.
Nell'Alto ferrarese sono molte in questo periodo le iniziative di rilievo di natura sportiva. Iniziative per la Festa Nazionale dello Sport sono state organizzate a Mirabello, Poggio Renatico e Bondeno, dove è addirittura diventata una tre giorni di dimostrazioni e suggestive cerimonie. Vigarano Mainarda è stata protagonista nel mese di maggio di almeno tre importanti eventi come una gara nazionale di ciclismo, una esposizione nazionale di cani ed una gara di alto livello di agility dog. Il settore giovanile del Sant'Agostino Calcio ha stretto un accordo con il Bologna F.C..
Buona lettura e…– permettetemi – forza azzurri!

FRANCESCO LAZZARINI

Bondeno — pag. 2 — Calcio
Il protagonista — pag. 3 — Petrucci
Vigarano Mainarda — pag. 9 — Agility dog
Poggio Renatico — pag. 10 — Aeromodelli
Sant'Agostino — pag. 13 — Ciclismo
Mirabello — pag. 14 — Festa dello Sport
Fiere — pag. 16 - 17 — RiminiWellness
Daniele Bolognesi — pag. 20 — Le artroprotesi d'anca
InformaSalute AUSL — pag. 21 — Alimentazione
Sport Art — pag. 23 — Alejandro Lorenzin

DIAMOGLI CREDITO

La Cassa di Risparmio di Cento aderisce ad un utile ed interessante accordo con il Ministero delle Politiche giovanili.

Interessa tutti i giovani:"Diamogli credito" è l'iniziativa finanziaria alla quale la Cassa di Risparmio di Cento ha aderito con entusiasmo, frutto di un accordo fra il Ministero delle Politiche giovanili e l'Abi l'associazione delle banche italiane. Il progetto nasce per fornire un aiuto concreto ai tanti ragazzi che intendono cominciare a costruire il proprio futuro senza gravare sul bilancio familiare o dipendere da altri. Ecco dunque per loro un prestito, a condizioni part colarmente vantaggiose, che consentirà ai giovani di pagare gradualmente tasse e contributi universitari oppure partecipare ad un programma Erasmus; e ancora: iscriversi a un master o, per i fuori sede, far fronte alle spese dell'affitto ma anche acquistare un bel computer portatile con connessione wi-fi.
Si potrà accedere al prestito in maniera semplice e veloce, senza particolari garanzie. Possono richiederlo i residenti in Italia che abbiano un età compresa fra i 18 e i 35 anni e siano in possesso di specifici meriti di studio, verificabili consultando gli appositi depliant presso qualunque filiale della Cassa di Risparmio di Cento e sul sito www.diamoglicredito.it

ABI Associazione Bancaria Italiana · Presidenza del Consiglio dei Ministri · POGAS Politiche Giovanili e Attività Sportive · CASSA DI RISPARMIO DI CENTO SpA · www.crcento.it

FANTASILANDIA
IL MONDO DEL REGALO
Servizio di consulenza e di fornitura di oggetti promozionali personalizzati, regali d'affari e peluches
REGALI D'AFFARI
GADGET PROMOZIONALI
PELUCHES

Servizi di
Stampa
Transfer
Ricamo
Incisione al laser
Marchiatura a caldo
Pieve di Cento (Bologna) www.fantasilandia.it Telefono : 051/6861126

UNA STAGIONE ALL'AGRODOLCE

Da una parte la recente retrocessione in A2, dall'altra, l'accesso alla Final Four di Coppa Italia di fine giugno e il pass per la A indoor

A sx: Coni; a dx: Fedossenko

Stagione conclusa in casa Hockey Bondeno. Anzi, quasi. Perché il successo corsaro a Novara (4-3, dopo i tempi supplementari), lo scorso 11 maggio, ha qualificato automaticamente i matildei alle finali nazionali di Coppa Italia. Quasi sicuramente sarà Brà, città immersa nel verde delle Langhe, in Piemonte, ad ospitare, quest'anno l'atto conclusivo di un trofeo che si dipanerà in due giorni, con semifinali e finali, l'ultimo fine settimana di giugno. Con Bondeno e Brà – padrona di casa, capolista dell'A1 maschile outdoor e vincitrice del titolo indoor lo scorso inverno – saranno del lotto anche Roma e Suelli, rispettivamente, seconda e terza forza del campionato ovvero il gotha nazionale dell'hockey su prato. La rete decisiva che ha permesso il passaggio del turno è stata siglata dal bielorusso Fedossenko, in seguito a corner corto, nell'over time: la sfida s'era chiusa sul punteggio di 3-3, dopo 70' piuttosto duri e intensi sotto il profilo agonistico, e contraddistinti dal recupero del Novara nei minuti finali. Il Bondeno – che aveva chiuso in vantaggio il primo tempo – ha centrato i gol nei tempi regolamentari con Fedossenko, Fabio Dellamotta e Stasiouk, l'ucraino appena reduce dall'asportazione di un menisco al ginocchio. Aver battuto negli ottavi il Cernusco, testa di serie numero uno del tabellone perché detentore del trofeo la stagione scorsa, ha indubbiamente facilitato l'incrocio coi piemontesi dell'Old Black militanti in A2, ma ciò toglie nulla all'impresa dei biancazzurri, mai così in alto nella storia di questa manifestazione. L'annata agonistica si protrarrà, dunque, di un altro mesetto, tenuto conto che la stagione regolare dei matildei in A1 s'è conclusa il 17 maggio scorso con la sconfitta rimediata a Roma, dai campioni d'Italia in carica della De Sisti (5-3). Gli altri due possibili risultati non avrebbero comunque evitato la retrocessione in A2, al termine di una stagione al chiaroscuro che ha consegnato, tuttavia, anche la promozione nella massima serie dell'hockey indoor.

AUGUSTO PARESCHI

Classifica generale:
*Brà 45, Roma 43, Suelli 40, Amsicora 28, Lazio 22, Cus Catania 18, Valverde 16, Cernusco 15, Cus Torino 15, **Bondeno 9**.*

Qualificate ai play off:
Brà, Roma, Suelli e Amsicora Cagliari. Retrocedono in A2: Cus Torino e **Bondeno**.

Semifinali play off:
Brà - Amsicora Cagliari e Roma - Suelli
andata: *sabato 7 giugno;*
ritorno: *domenica 8 giugno*

Finale: andata: *sabato 21 giugno*;
ritorno: *domenica 22 giugno*

Kripak (al centro) si prepara al rilancio

HC BONDENO: FASE DI TRANSIZIONE SOCIETARIA

La preparazione in vista dell'appuntamento di Coppa Italia di fine giugno è ripresa da qualche giorno. La squadra, dopo l'esonero del trainer argentino, Martin Bruno, è al momento affidata ufficialmente a Ferdinando Guerzoni, neo patentato allenatore di base (al primo livello) nonché istruttore giovanile, seguito sul campo da Marco Pritoni e da Leo Fiocchi, il capitano del gruppo. Ermanno Bacchiega, vice di Daniele Bolognesi, presidente dimissionario da un paio di mesi, invece, ha raccolto temporaneamente la gestione della società mentre Auro Pirani, uno dei consiglieri decani del club, ha assunto l'incarico di team manager in sostituzione di Luigi Gavioli. La ristrutturazione organizzativa sarà uno dei prossimi obiettivi societari e sarà finalizzata al maggior radicamento sul territorio del club, dal quale si attenderanno risposte su vari fronti, non ultime quelle riguardanti il coordinamento del settore giovanile.

Calcio

AL 18° BABY GOAL SUCCESSO DELL'UDINESE E DEL SERMIDE/ALTO POLESINE

I bianconeri si impongono nella sezione professionisti, i biancorossi in quella dilettanti

L'Udinese festeggia la coppa

Anche quest'anno il Torneo Baby Goal (16° memorial Juri Cassoli, 11° memorial Simone Bonalberti), si è confermato un appuntamento entusiasmante per gli appassionati. Come sempre, la partecipazione di società professionistiche ha dato lustro all'evento. La manifestazione ha preso il via il 15 maggio con la categoria Pulcini, mentre gli Esordienti sono scesi in campo la settimana seguente. Per il gran finale del 25 maggio lo stadio comunale era gremito, a testimoniare l'ottima riuscita dell'evento.

Belle ed emozionanti le due partite finali, entrambe molto combattute e terminate ai calci di rigore. Per quanto riguarda i professionisti, è stata l'Udinese, poco brillante durante i trenta minuti di gioco, a sollevare la coppa, beffando una Fiorentina più volte vicina al goal, negato anche dalla traversa. Sempre ai rigori, i bianconeri avevano avuto ragione del Mantova in semifinale, mentre la Fiorentina aveva superato nettamente il Bologna per 2 a 0. Oltre al titolo di campioni, sono stati assegnati premi per i singoli giocatori: il titolo di capocannoniere del torneo è andato a Luca Bertoldi del Chievo, che ha messo a segno quattro goal, mentre quello di miglior giocatore a Rony Casigri del Cesena. Si è guadagnato il premio Dino Zoff, messo in palio dallo Juventus Club Bondeno, il portiere dell'Udinese Filippo Lavaroni.

Passando ai dilettanti, anche qui il verdetto è giunto ai calci di rigore. Dopo i tempi regolamentari, durante i quali le squadre finaliste hanno dato fondo alle energie, la lucidità dei ragazzi del Sermide/Alto Polesine ha permesso ai biancorossi di alzare il trofeo, dopo che i rivali del X Martiri avevano fallito tre rigori-vittoria. Il Sermide/Alto Polesine aveva superato in semifinale l'Idea Calcio per 1 a 0, mentre il X Martiri era uscito vincitore dal match contro il Rovigo con lo stesso punteggio. Anche qui sono stati premiati i capocannonieri, Luca Baroni (X Martiri) e Lorenzo Favaro (Rovigo) entrambi con tre reti, il miglior giocatore, Alessio Falchieri (Idea Calcio) e il miglior portiere, Carlo Andrietti (Sermide/Alto Polesine).

Nell'anno della "maggiore età", il Baby Goal si conferma un appuntamento sportivo di grande successo: lo stadio comunale era gremito e le partite sono state belle ed emozionanti, in particolar modo le due finali.Un grande encomio va rivolto agli oltre cento volontari della Bondenese Calcio che si sono impegnati per la buona riuscita della manifestazione.

CARLO COSTANZELLI

L'esultanza della squadra sermidese dopo la vittoria

Gli organizzatori del torneo

Il portiere dell'Udinese riceve il premio Dino Zoff

La Fiorentina seconda classificata

Casigri, miglior giocatore fra i professionisti

Andrietti premiato come miglior portiere

Il Protagonista

A RIMINI PETRUCCI A TUTTO CAMPO

Intervistato al RiminiWellness il presidente nazionale del CONI affronta argomenti come la violenza, la "Giornata nazionale dello sport" e le aspettative per le prossime Olimpiadi

Giovanni Petrucci

Sport e violenza. Le iniziative per prevenire e combattere i fenomeni violenti: decreti Pisanu e Amato, terzo tempo, steward, abbattimento barriere…

"Il tema della violenza nello sport merita un approfondimento particolare, perché affonda le proprie radici in disagi socio-culturali sempre presenti e attuali. Si riflette inevitabilmente sullo sport, catalizzatore di molteplici interessi e passioni, sinonimo di aggregazione che fa inevitabilmente trasparire le problematiche più delicate della nostra società. Come Comitato Olimpico Nazionale Italiano siamo favorevoli a una campagna di sensibilizzazione costante, da sviluppare attraverso strumenti idonei e una conoscenza approfondita dell'argomento. Abbiamo promosso iniziative tese alla diffusione dei principi che ci proponiamo di promuovere, con la collaborazione delle Federazioni e grazie all'aiuto degli atleti. Siamo convinti che diventi necessario operare dalla base, cercare di trasmettere ai giovani gli ideali chiamati a formare i campioni del domani ma anche cittadini civili e rispettosi. L'impegno del CONI, sotto questo profilo, è costante, proiettato al raggiungimento di obiettivi particolarmente importanti. Con il Ministero della Pubblica Istruzione è stato firmato un protocollo d'intesa per cooperare nella crescita culturale, civile e sociale dei giovani, favorendo la loro educazione ludica e motoria. La volontà è quella di superare la dispersione scolastica e di prevenire l'emarginazione sociale, contrastando ogni forma di violenza e di bullismo attraverso la diffusione della corretta pratica sportiva. E' chiaro altresì che la lotta contro la violenza va giocata a tutto campo, mettendo in atto, o caldeggiando, quelle misure atte a reprimere e scongiurare atti deprecabili. In quest'ottica è stato firmato un atto d'intesa con il Ministero degli Interni sul reclutamento e la formazione degli steward per gli stadi di calcio. Il CONI ha messo a disposizione le proprie strutture per la formazione delle nuove figure, sostenendo i costi relativi ai corsi, per cercare di dare un segnale forte dopo la morte dell'ispettore Raciti.

Abbiamo tra l'altro sposato l'iniziativa del "terzo tempo" alla fine delle partite, perché l'esempio deve arrivare anche dai giocatori, dai protagonisti dello spettacolo sportivo. Stringersi la mano dopo una partita vibrante e combattuta deve rappresentare lo spot perfetto per chi sta sugli spalti e deve essere esortato al rispetto del fair play non esasperato da comportamenti irresponsabili e dimentichi del rispetto altrui. Il CONI, come Confederazione delle Federazioni sportive e delle Discipline sportive associate, ha il dovere di tutelare l'immagine di tutto lo sport italiano, rappresentarne le esigenze e custodire il patrimonio di cultura sportiva del Paese, attraverso i suoi poteri di indirizzo, coordinamento e vigilanza che la legge gli ha assegnato e che nessuna normativa ha fatto venir meno, anche con la privatizzazione delle Federazioni sportive nazionali".

La locandina della 5ª Giornata dello sport

Da sx a dx: *Giovanni Petrucci durante il suo intervento, Wolfgang Schuster sindaco di Stoccarda, Stefano Filucchi coordinatore nazionale delegato per la sicurezza FIGC, il moderatore Alberto Bortolotti, Donatella Turci assessore allo sport del comune di Rimini, Gianfrancesco Lupatelli presidente ACES e Jos Johnson Leicester, City Councyl*

La Giornata nazionale dello sport. Il significato, lo sviluppo, le attese, i numeri. Quanto " muove " il comparto sport in Italia.

"Il CONI ha istituito la "Giornata nazionale dello Sport" con il fine di diffondere la pratica sportiva e i suoi valori. La manifestazione si svolge ogni anno e ha l'obiettivo di recuperare valori troppo spesso soffocati dalla competizione esasperata tesa solo alla vittoria e all'annullamento dell'avversario. Lo sport come fenomeno di massa costituisce parte integrante dello stile di vita e dei comportamenti individuali di un numero sempre crescente di cittadini e riveste una funzione sociale ed educativa che l'Unione Europea ha più volte sottolineato, riconoscendo nella pratica fisico-sportiva un diritto individuale che deve essere garantito a tutti e ponendo il sistema di valori che lo sport rappresenta al centro delle proprie politiche di welfare. Lo spirito della Giornata Nazionale dello Sport è anche quello di sensibilizzare l'opinione pubblica sull'utilità e sui benefici che la pratica sportiva apporta in termini di benessere e forma fisica, per la promozione di quello stile di vita sano, che nasce dal perfetto equilibrio tra adeguata attività motoria e corretta alimentazione.

La manifestazione è stata introdotta in base a una direttiva della Presidenza del Consiglio del 2003 ed è alla quinta edizione. In base ad alcune indagini statistiche risultano essere oltre ventuno milioni i cittadini che praticano attività sportiva saltuaria o occasionale e sempre gli ultimi dati sottolineano che l'attività fisica continuativa è in aumento del 7%. Quest'anno, traendo esplicitamente spunto dalla campagna stampa di Italia Team, lo slogan "Imprese olimpiche di ogni giorno" sintetizza un tema dalla duplice chiave di lettura e una stretta relazione tra la Giornata Nazionale dello Sport e il grande appuntamento olimpico di Pechino".

Le aspettative del Coni sulle prossime Olimpiadi di Pechino: medaglie, prestigio… Perché non avrebbe avuto senso un boicottaggio?

"Il bilancio si fa alla fine, dopo che vedremo quante medaglie avranno vinto le nazioni più forti. Previsioni non ne faccio, perché si possono ottenere meno medaglie delle Olimpiadi precedenti, e fare comunque una gran bella figura, considerando che ci sarà da fare i conti con i padroni di casa della Cina che vorranno primeggiare anche nelle discipline dove fino a qualche anno erano considerati la Cenerentola. E poi dipenderà anche dai risultati di colossi come Stati Uniti, Cina, Russia e Germania. Credo comunque che Faremo bella figura, ma senza ottenere i risultati centrati ad Atene.

Sarei contento se raggiungessimo il traguardo delle 30 medaglie. Ce ne accreditano 42 partendo dalla base dei mondiali dell'anno scorso e di quest'anno ma non si tratta di un calcolo verosimile. Sul discorso boicottaggio va considerato che gli atleti si preparano per quattro anni alle Olimpiadi. Non si può boicottare una manifestazione che, nella sua stessa essenza, aiuta alla distensione tra i popoli. Mi auguro che vada tutto secondo le regole.

Abbiamo già detto agli atleti italiani che sono liberi di esprimere il loro punto di vista, ovviamente rispettando le regole del Comitato Olimpico Internazionale, quindi evitando manifestazioni nei luoghi ufficiali".

ALBERTO BORTOLOTTI

Da sx a dx: *Giovanni Petrucci, Donatella Turci, Alberto Bortolotti, Gianfrancesco Lupatelli*

SPORT COMUNI È DISTRIBUITO GRATUITAMENTE PRESSO LE MIGLIORI EDICOLE, FARMACIE, CENTRI SPORTIVI (PALESTRE, PISCINE, CAMPI SPORTIVI...) E LE SCUOLE MEDIE E SUPERIORI DI TUTTO L'ALTO FERRARESE

Sport comuni
Il mensile sportivo del territorio

questo giornale è stato stampato interamente su carta riciclata

Questo periodico è associato all'Unione Stampa Periodica Italiana

Registrazione del tribunale di Ferrara n.1 del 03/01/2007 - Iscr. al ROC n. 15004
Editore: Gruppo Editoriale LUMI s.a.s. - Via per Burana, 65 - C.P. 94 - 44012 Bondeno (FE)
Tel. 0532.894142 Fax: 0532.898301 - info@gruppolumi.it - www.gruppolumi.it
Direttore responsabile: Alberto Lazzarini; **Redazione, grafica, stampa:** Via per Burana, 65 44012 Bondeno (FE)
Redazione: redazione@sportcomuni.it; **Grafica:** grafica@sportcomuni.it
Caporedattore: Francesco Lazzarini; **Consulenza grafica:** Alejandro Lorenzin
Hanno collaborato: Alberto Bortolotti, Augusto Pareschi, Bruno Bianchi, Carlo Costanzelli, Claudio Campana, Cristina Romagnoli, Cosimo Crepaldi, Daniele Bolognesi, Federica Camurri, Federico Giovanardi, Giuliano Barbieri, Isabella Masina, Laura Gozzi, Laura Guerra (articoli e servizi fotografici su Giro d'Italia di ciclismo e Stella Alpina e scheda di Matteo Tartari), Laura Cantelli, Laura Rossi, Manuele Mazza, Marco Ceron, Marco Margutti, Marika Ferrarini, Marisa Antollovich, Monica Caffini, Riccardo Forni, Simonetta Pirondini e Alessandro Lazzarini, Alberto Sgarbi, Alberto Bortolotti, Federico Giovanardi, Stefano Grechi, Alejandro Lorenzin.
Un ringraziamento: Andrea Ramberti, Anna Bononi, Alberto Angela, Alessandro Bortolotti, Andrea Borgatti - Assessore allo Sport Comune di Mirabello, Alan Fabbri - Assessore allo Sport Comune di Bondeno, Antonio Gatti, Carlo Castagnola, Claudia Costella, COFA (Comando Operativo Forze Aeree - base logistica di Ferrara), Coni Comitato Provinciale di Ferrara, Daniele Boschetti e tutto il Comitato "Chi Gioca Alzi la Mano", Donato Mantovani (Coni Rimini), Edgardo Venturi, Francesco Franceschetti, Giancarlo Zambrini, Gino Alberghini, Giuliano Barbieri -Vicesindaco con delega allo Sport per il Comune di Vigarano Mainarda, Luigi Ferrajolo, Luigi Pinotti, Marco Govoni, Mario Testi, Nino Formenti, Raffaella Sintuzzi, Roberto Coletti - Assessore allo Sport Comune di Sant'Agostino, Valerio Vassalli.
Per la tua pubblicità: spot@sportcomuni.it o tel. 0532 - 894142
N.B. *Si declina qualsiasi responsabilità per eventuali errori, imprecisioni ed omissioni che potranno essere presenti nella pubblicazione. Qualora dovessero essere segnalati degli errori, si provvederà ad evidenziarli tramite una errata corrige alla prima pubblicazione utile.*

GRUPPO EDITORIALE LUMI

Sotto l'Alto Patrocinio di: Ministero delle Politiche Giovanili e Attività Sportive, Provincia di Ferrara, Ferrara terra e acqua, Comune di Bondeno, Comune di Cento, Comune di Mirabello, Comune di Sant'Agostino, Comune di Vigarano Mainarda, C.O.N.I. Ferrara, C.S.I. Ferrara

POGAS POLITICHE GIOVANILI E ATTIVITÀ SPORTIVE — Provincia di Ferrara — Comune di Bondeno — Comune di Cento — Comune di Mirabello — Comune di Poggio Renatico — Comune di Vigarano Mainarda — Comune di Sant'Agostino — Italia Coni Comitato Provinciale Ferrara — USSI Unione Stampa Sportiva Italiana — Ferrara terra e acqua — Comitato Provinciale Ferrara CENTRO SPORTIVO ITALIANO

Tiro con l'arco

UNA DOMENICA ALLA ROCCA

Un centinaio di arcieri si sono sfidati per la conquista dell'Anello d'oro

Un momento della competizione

Domenica 25 Maggio nella corte della suggestiva Rocca di Stellata di Bondeno si è tenuta la "XII edizione del Torneo dell'Anello d'oro", competizione di tiro storico con l'arco a cui hanno partecipato più di cento arcieri provenienti da tutta Italia ed organizzata dalla "Compagnia Arcieri e Balestrieri del Borgo" con campo e sede a Porotto (FE). Dopo aver parcheggiato l'auto ed arrivati nelle vicinanze della Rocca di Stellata sembrava di immergersi in una fiaba del 15° secolo, con dame al seguito dei loro arcieri entrambi vestiti con abiti medievali dal copricapo alle calzature, pronti a tirare a bersaglio con archi costruiti artigianalmente in materiale naturale. La gara di tiro storico ha avuto come primo bersaglio un anello di 50 centimetri posto ad una distanza di 20 metri, a cui gli arcieri dovevano centrare almeno una freccia, delle tre a disposizione; fatta una prima scrematura di un terzo degli arcieri si passava alla seconda prova. Un secondo anello di circa 40 cm doveva essere centrato, e qui la metà degli arcieri ha dovuto mettersi da parte per vedere la terza prova dove l'anello diminuiva il suo diametro a 20 cm. E da qui in poi si vedevano soltanto gli arcieri di un certo calibro…Continua la selezione, tanto che solo una decina di "Robin-Hood" arrivava a disputare la finale con tiri ad un anello di soli 10 cm e addirittura allontanato di 10 metri dalla postazione di partenza e con solo una freccia a disposizione, ma purtroppo nessuno ha avuto la fortuna di centrare il difficile bersaglio. Hanno premiato comunque Walter Gardoni come Migliore Arciere, con uno stiletto medievale del 1400, poichè è arrivato più vicino al bersaglio da centrare. Anche il gentil sesso ha fatto la sua comparsa: solo 5 le partecipanti che tra loro si sono sfidate,tra cui spiccavano i nomi di Simona Malagutti, Campionessa Italiana Arco Storico, e Maria Lucia Stroppa, Campionessa Italiana Longbow e Ricurvo…A tutti i vincitori delle varie categorie veniva data in premio un salamina da sugo ferrarese (con tanto di pergamena allegata con le istruzioni per cuocerla) consegnata dall'assessore del comune di Bondeno, Simone Saletti, intervenuto alla manifestazione dispensando strette di mano agli arcieri, e baci e abbracci alle dame vincitrici; al termine è stato consegnato allo stesso un piatto di legno intarsiato a mano da Lisa Rossi.

FEDERICO GIOVANARDI

Danza

"DANZANDO TUTTO L'ANNO"

Riscuote successo anche a Cento

Il gruppo danza

Grande successo di pubblico per lo spettacolo "Danzando tutto l'anno" presentato da Le Palestre Danza all'Auditorium Pandurera di Cento, con le coreografie di Laura Cantelli e Cinzia Bonfatti. Le bambine, le ragazze e i ragazzi della scuola si sono alternati in coreografie che hanno coinvolto il pubblico con la loro allegria, freschezza, eleganza e con un livello tecnico ogni anno in grande miglioramento. La regia e i costumi, curati nei minimi dettagli, hanno dato un contributo incisivo alla buona riuscita della serata. Sicuramente positivo quindi il debutto per questa scuola, che negli anni scorsi si è sempre esibita nei teatri di Ferrara, davanti ad un pubblico competente come quello centese. Il ricavato dell'incasso della serata, ad offerta libera, è stato interamente devoluto all UNICEF. Il gruppo Teatro Danza è composto da: primo corso) Marianna Bergamini, Sofia Borghi, Alice Carandina, Vittoria Cervini, Eleonora Cuoghi, Alice Evangelisti, Valentina Ierardi, Elisa Lupi, Martina Lupi, Elena Munerati, Maria Francesca Orlandini, Anna Paterlini, Greta Pistello, Lisa Tassinari; secondo corso) Elena Benea, Anna Benetti, Fabiola Bergamini, Silvia Boselli, Martina Castaldini, Sofia Costa, Arianna Fornasari, Margherita Melara, Sara Moretti, Anna Munerati, Nicole Pavan, Lucia Penucci, Angela Perboni, Lucrezia Riccobene; Terzo corso) Anna Aleotti, Anna Antonioni, Erika Baldo, Giada Benini, Martina Bergamini, Sara Gamberini, Brigita Schinteie, Sharmaine Succi, Lucrezia Zancoghi, Matilde Zapparoli; Quarto corso: Sara Aleotti, Francesca Antonioni, Valentina Bandiera, Sofia Benea, Ilenia Bergonzini, Alessandra Biagi, Vanessa Campagna, Giulia Cavallini, Rita Fabbri, Francesca Folchi, Valentina Fusaro, Margherita Gamberini, Eleonora Lodi, Giulia Maestri, Fabiola Pignone, Rossella Sabbioni; Quinto Corso) Serena Accorsi, Chiara Bagnolati, Agnese Belocchio, Andrea Boarini, Brenda Borsari, Francesca Dondi, Eleonora Fabbri, Gessica Ferioli, Elisa Magagna, Laura Magri, Federica Martinozzi, Sofia Nadalini, Ilaria Sala, Silvana Strangio, Jashmine Succi, Caterina Tagliani, Jacopo Vecchiati.

Tchoukball

ARRIVA A SCORTICHINO UNO SPORT EMERGENTE

Esibizioni durante la festa di Sant'Eurosia

Azione di gioco

Gli atleti della società Ferrara Tchoukball, reduci dal quarto posto play off ai campionati italiani di Saronno (Varese), hanno disputato lo scorso 26 maggio a Scortichino (area retrostante il "Bar 59") alcune partitelle dimostrative in concomitanza con la 116ª Festa patronale di Sant'Eurosia. Il tchoukball è un gioco di squadra che sta regalando tante soddisfazioni a Ferrara sia in campo nazionale, sia internazionale: "L'obiettivo dell'attività fisica non è produrre campioni, ma aiutare a costruire una società armoniosa", amava ripetere Hermann Brandt, biologo svizzero, fondatore di questa disciplina sportiva nel 1970. La società Ferrara Tchoukball, nata nell'ottobre del 2006 dietro la spinta del professor Mario Fantini, scelse l'oratorio della parrocchia di Sant'Agostino, come sede e laboratorio progettuale della sua attività che oggi conta già una cinquantina di atleti, oltre ad un nutrito e motivato entourage di volontari e dirigenti.

Tennis

Calcio a 7

NUOVO LOOK AL "MASI"

Scatterà venerdì 13 giugno la 38ª edizione del torneo di Scortichino

Manca un soffio al quarantesimo, il traguardo di mezza vita, e il torneo di calcio a 7 di Scortichino, uno dei più prestigiosi della provincia, si rinnova ulteriormente, dopo otto inebrianti edizioni di show e spettacoli. Così Massimiliano Gatti, presidente della Nuova Aurora, società organizzatrice, ha presentato nei giorni scorsi l'edizione 38 di questa competizione che punta adesso anche al recupero della sua dimensione agonistica e sportiva, come insegna la tradizione. Il tabellone è quello classico a 16 squadre, con partite ad eliminazione diretta, due a serata, che si disputeranno dal 13 giugno all'8 luglio, il martedì e il venerdì; unica eccezione: l'anticipo di lunedì 16 che evita concomitanze con la Nazionale di calcio impegnata agli Europei; i quarti di finale si svolgeranno venerdì 27 giugno e martedì 1° luglio, le semifinali, invece, venerdì 4.

La prima novità riguarderà l'orario d'inizio delle sfide quest'anno anticipato di circa una mezz'oretta (ore 21,15 e 22,30), la seconda, invece, sarà quella inerente l'ingresso gratuito riservato alle donne, "cerando, in questo modo di avvicinare il più possibile al torneo anche le famiglie", hanno precisato gli organizzatori, "così come tornerà più massicciamente il calcio mercato dilettantistico nel parterre". Completano il quadro: la piena accessibilità del nuovo spogliatoio, dell'area adiacente la tribuna ospitante gli stand gastronomici e del nuovo impianto d'illuminazione.

La mobilitazione del volontariato organizzato sarà, come di consueto, molto sostenuta. Al loro fianco, ci sarà sempre il presidente onorario del club gialloblù Nicola Barbieri.

Sarà, infine, Cristiano Bolognesi, 31 anni, centrocampista della Bondenese, ad assumere maggiori funzioni in seno la direzione tecnica del torneo.

AUGUSTO PARESCHI

Sport e Scuola

GIOCHI SPORTIVI STUDENTESCHI: SECONDO D'ELIA

Ancora successi ai Giochi Sportivi Studenteschi di atletica per gli alunni del Liceo Scientifico di Bondeno. Giovedì 22 maggio si sono svolte al Campo Scuola di Ferrara le fasi provinciali della categoria juniores alle quali hanno partecipato quasi tutti gli istituti della provincia di Ferrara.Gli alunni del liceo convocati a rappresentare il Polo Scolastico Carducci erano Alex Marchesini per i 100m. e la staffetta; Giacomo D'Elia per il salto in alto, classificatosi secondo con il record personale di 1.68m.; Luigi Pennucci e Simone Vallieri per i 1000m. La compagine del Polo "Carducci" infine, s'è classificata al 3° posto dinnanzi ad istituti scolastici dalla grande tradizione sportiva.

Opinionismo Sportivo

quarto tempo

ANCHE D'ESTATE L'ATTIVITA' CONTINUA

Lo scorso lunedì 19 maggio si è ritrovato come di consueto il "Quarto Tempo", composto da un gruppo di esperti dirigenti ed estimatori del calcio dilettanti locale. Montemerlo di Bondeno è stata la sede dell'incontro, dove gli iscritti al movimento di opinionismo sportivo hanno potuto gustare i maccheroni di Angelo e discutere l'ordine del giorno, che consisteva nel riabbracciare il segretario Antonio Gatti, assente da qualche mese e la realizzazione di interessanti iniziative di beneficenza. All'incontro erano presenti i "tre saggi" Simonati, Govoni e Ardizzoni, oltre ai soci Antonio e Massimiliano Gatti, Vincenzo e Sergio Ardizzoni, Tartari, Claudio Poletti, Grillenzoni e Giatti.

F.L.

ABITARE BONDENO
STUDIO IMMOBILIARE C.so Mazzini, 10 - 44012 Bondeno (FE) Tel. 0532-892773 Fax 0532-888286

Bondeno Centro " RESIDENCE LA VIGNA"
Appartamenti nuovi di varie metrature e tipologie dotati di una, due o tre letto ai piani terra, primo, secondo giardini esclusivi - terrazze abitabili - impianti autonomi - predisposizione aria condizionata - garage - posti auto
ottime finiture personalizzabili

Eventi

PER TRE GIORNI LO SPORT IN FESTA

Prosegue l'impegno del "Comitato Chi Gioca Alzi la Mano" per la diffusione nel Comune della cultura sportiva

Festa solenne del 2 giugno in piazza Garibaldi

Bondeno e sport sono un binomio vincente. Le attività dalle associazioni sportive locali testimoniano una ricchezza ed una varietà difficilmente riscontrabili in altre realtà analoghe. La Festa dello Sport svoltasi da sabato 30 maggio a lunedì 2 giugno è un esempio di come sia vivace ed attivo l'intero movimento all'interno del paese. Un dato: alla Giornata nazionale dello sport indetta il 1° giugno Bondeno ha risposto – grazie all'impegno del Comitato Chi Gioca Alzi la Mano e del Comune – organizzando ben tre giorni di manifestazioni. Si è partiti sabato pomeriggio con il saggio di pattinaggio artistico, in cui si sono esibite anche le nuove leve, tutte giovanissime e brave. Alla sera si è svolta la staffetta tra bambini e ragazzi nella zona pedonale del centro storico: presente quasi tutto il movimento locale e molti giovanissimi, che di fatto sono stati i

Uno dei saggi di danza

veri protagonisti di questa tre giorni dedicata all'attività sportiva. Oltre all'allegria e ai momenti di gioia che hanno fatto da cornice alle "imprese sportive della serata", sono stati assegnati tre premi a persone che, a diverso titolo, hanno tenuto alti i colori di Bondeno o che hanno aiutato in modo significativo il movimento sportivo locale: Flavio Bolognesi (ex custode delle palestre comunali per oltre quindici anni), un premio alla memoria alla professoressa Maria Grazia Righetti e Matteo Tartari, campione italiano 2007 di ciclismo su pista. A seguire si è dato il via alla suggestiva cerimonia a ricordo delle Olimpiadi; i ragazzi hanno formato un cerchio attorno al braciere, hanno acceso la fiaccola per ricordare a tutti l'evento sportivo da sempre più atteso. Du-

Esibizione di fit boxe

rante questa breve ma significativa cerimonia si è ricordata l'oppressione del popolo tibetano, ma anche – e questo grazie alla collaborazione del Gruppo Missionario di Bondeno – di tutti gli altri popoli che nel mondo sono coinvolti in terribili guerre.

La mattina di domenica 1° giugno si è svolto un torneo di pallavolo tra Avb Volley Bondeno, Protezione Civile e Aido. Nel pomeriggio, la sede della Festa è diventata Viale della Repubblica, in cui si sono alternati saggi di ju jitsu, karate, pallavolo, hockey... In serata il saggio di danza organizzato dalla palestra Zenit che ha offerto un siparietto all'Avb Volley Bondeno, la cui prima squadra femminile è stata recentemente promossa in Prima divisione: Mario Sforza, presidente Avis e Antonella Blò, referente per l'Aido, hanno ricordato questo successo chiamando ad una ad una le artefici dell'impresa, con relativi allenatori e allenatrici, quindi l'assessore Saletti ha consegnato una targa al presidente e un encomio a tutte le atlete. Lunedì 2 giugno le attività sono proseguite nel mattino con la messa dello sportivo ed una sfilata, mentre nel pomeriggio, a causa del maltempo, le attività hanno subìto un consistente rallentamento. A

Le atlete del Pattinaggio artistico Bondeno

conclusione della tre giorni il saggio di danza de "Le Palestre".

E' doveroso spendere due parole sull'attività e l'impegno del Comitato Chi Gioca Alzi la Mano, che ha organizzato, in collaborazione con il comune di Bondeno, la terza edizione bondenese della Giornata nazionale dello sport. Si è trattato di un impegno che ha coinvolto direttamente buona parte del mondo sportivo. I suoi principi ispiratori si basano sulla diffusione e sullo sviluppo del movimento sportivo locale tramite l'inserimento di "nuova vitale linfa". Grande importanza è stata data quindi all'attività di promozione nelle scuole dell'obbligo durante

Premiazioni della staffetta nella piazza A. Costa

Premiazione dei bambini partecipanti alla staffetta

tutto l'anno scolastico: più di 800 bambini e ragazzi hanno assistito alle esibizioni della maggior parte delle discipline presenti in paese provandole ad una ad una. Come risultato si è ottenuto che tutte le società hanno avuto beneficio attraverso un ulteriore apporto di giovani atleti… Il Presidente, Daniele Boschetti, spiega così le qualità dei componenti del Comitato: "Ritengo che siano essenziali 3 caratteristiche per ogni membro del comitato: la competenza, l'entusiasmo e il tempo. Siamo arrivati a questo punto perché ognuno di noi ha messo la propria competenza per gli aspetti che più lo caratterizzano; l'entusiasmo si trova anche quando dopo ogni appuntamento o avvenimento ci si rende conto che la nostra è quasi una 'missione' da compiere e si vedono i risultati. E' chiaro che sia fondamentale il tempo, tutti abbiamo impegni più importanti del comitato ma non occorre essere in tanti a 'fare', perchè basta portare il proprio 'mattone' per la costruzione del progetto che ci sollecita a promuovere lo sport a tutte le età".

FRANCESCO LAZZARINI

Esibizione di karate

I ragazzi giocano ai vari sport

I PREMIATI

FLAVIO BOLOGNESI

Un premio è stato riservato ad un volontario che per oltre quindici anni ha fatto da custode alle palestre comunali. Il suo esempio fuori dal campo è stato importante per decine di giovani che sono così stati educati ai valori dello sport. Bolognesi, offrendo molto del suo tempo libero, ha aiutato così il mondo sportivo bondenese con spontaneità, ed estrema umiltà. Un esempio da seguire.

PREMIO ALLA MEMORIA PER MARIA GRAZIA RIGHETTI

Recentemente scomparsa, la professoressa Maria Grazia Righetti è stata protagonista per circa quarant'anni della scena sportiva bondenese. Storico presidente della società di pattinaggio artistico del paese, ha vissuto in prima persona sia i momenti di gloria (campionati italiani ed europei vinti e tanti altri gloriosi piazzamenti ottenuti dagli atleti dell'associazione) che quelli meno brillanti. Ha ricoperto anche importanti cariche all'interno della federazione di hockey e pattinaggio artistico. Ha sempre dedicato tempo e dispensato sorrisi ai propri ragazzi, sia dentro che fuori dal mondo sportivo. Viene unanimemente descritta da chi ha lavorato con lei come "una persona cristallina", "estremamente onesta" e "vicina ai bambini e giovani" . Il premio alla memoria che le è stato conferito è significativo per l'impegno di una persona che ha fatto dello sport e dell'educazione dei ragazzi la propria autentica missione.

F.L.

MATTEO TARTARI

E' giovane ma la grinta non gli manca. Il suo recente passato si è colorato del tricolore e salito sul podio ha brillato solleticato dall'inno di Mameli. E' Matteo Tartari, forte corridore della Up Calderara, classe 1991 ma già Campione Italiano, titolo conquistato nel 2007 su pista, fortissimo nell'inseguimento a squadre e ben piazzato anche nelle altre varie specialità. Cresciuto sotto i preziosi insegnamenti di Margutti, vestendo la maglia della Sancarlese, Tartari ha dato davvero il meglio di sé nel 2007 vincendo corse maiuscole, ha scritto il suo nome nelle parti alte di tante classifiche prestigiose. La sua arma vincente? La furbizia, il colpo d'occhio e la grande forza che sa dosare. Premiato anche dal commissario tecnico onorario della federazione ciclistica italiana Alfredo Martini, Tartari anche quest anno ha già cacciato fuori la testa dal gruppo varie volte riuscendo ad accaparrarsi buoni piazzamenti che preludono ad una vicinissima vittoria.

LAURA GUERRA

PIZZERIA LA PACE SAN CARLO
di Rossi Andrea
PEACE & PIZZA
chiuso il martedì
Specialità: pizza tirata, gigante, supergigante, gigantissima
PIZZA ANCHE CON FARINE BIOLOGICHE INTEGRALI DI FARRO E KAMUT
- Aperto a Pranzo dal Lunedì al Venerdì
- Sabato, Domenica e Festivi su Prenotazione
via 1° Maggio, 37 San Carlo (FE)
Tel. 0532 846391 - Cell. 346 1352468

COMETA
Business PARTNER 3
Cometa Business Agent H3G
Consulenza e Attivazione contratti aziendali di telefonia cellulare e connessioni internet in mobilità
CERCHIAMO COLLABORATORI - AGENTI
Per le seguenti città e province: FE - RO - BO - RA
L'attività consiste nella presentazione e vendita di prodotti e servizi H3G (con le tariffe più basse del mercato) presso le aziende e tutti i possessori di P.IVA. Si offre rimborso spese, alte provvigioni, premi e incentivi.
Per appuntamento telefonare allo 0532-1851010
Via M. Cavallari, 4 – 44100 Ferrara
Tel. 0532-1851010 - Fax 0532-748150

EDIL G.M.R.
Impresa Edile EDIL G.M.R.
di Ferrarini Flavio e C. s.n.c.
Via Saffi, 2 - 44012 Bondeno (FE)
Cell. 347-6981332

Pattinaggio Artistico

IL PUNTO DELLA SITUAZIONE

Positivi i risultati ottenuti questo mese

"TROFEO QUADRANGOLARE" I MAGGIO

A Ferrrara il 1° maggio le atlete bondenesi hanno partecipato al "Trofeo Quadrangolare" organizzato dalla società Quadrifoglio in collaborazione con Coni e Fihp (Federazione italiana hockey e pattinaggio)

Molto positivi i risultati delle atlete e grande soddisfazione per l'allenatrice federale Monica Ferri.

Cat. Esordienti A: 1ª classificata Martina Leonelli
Cat. Esordienti B: 1ª classificata Deanna Volpi
Cat. Allievi A: 1ª classificata Debora Cornacchini
Cat. Allievi A: 7ª classificata Martina Rossi
Promozionale B: 3ª classificata Martina Bregoli
7 ª classificata Lucia Brancaleoni

GARA REGIONALE UISP - FORMULA F2

A Calderara di Reno sabato 3 maggio hanno gareggiato per la categoria Formula F2 al campionato regionale Uisp Pamela Palma e Debora Cornacchini. Erano in gara 54 atleti degli anni 1997 1996 1995 in un'unica categoria. Per la prima volta atlete bondenesi sono state impegnate in un campionato Uisp di questa specialità.

MARTINA BREGOLI AL CAMPIONATO REGIONALE

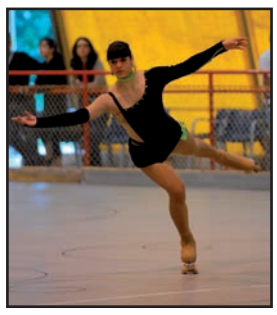
Domenica 11 maggio a Forlì presso il pattinodromo comunale Martina Bregoli è stata ammessa a partecipare al campionato regionale Fihp per la categoria promozionale B. Martina, che da quando aveva sette anni pattina con regolarità (è l'età giusta per iniziare, perché si possono impostare i movimenti in modo corretto) racconta la propria prestazione: "Nella prova libera ero molto emozionata perché sentivo l'importanza della gara. Le atlete erano bellissime e tutte brave perchè riuscivano ad eseguire le "trottole" restando su due ruote posteriori…Questo esercizio è molto difficile: la velocità mi ha molto entusiasmato. Erano tutte molto eleganti, ma quando sono entrata in pista per la mia gara, non avevo più paura. Le difficoltà richieste per la mia categoria erano diverse toeloop, salchow, catene con 5 salti consecutivi, axel, un giro e mezzo in aria, trottola ad angelo esterna indietro e avanti. Sono stata molto felice quando il salto doppio flipper (due giri completi in aria ndr.) mi è riuscito e direi…particolarmente bene!! Questa gara mi ha reso più forte .Vorrei dare un consiglio alle mie compagne di squadra più piccole: ascoltare sempre l'allenatrice ed i suoi consigli, perché sono fondamentali per riuscire in questa fantastica disciplina! Arrivare puntuali agli allenamenti ed impegnarsi…L'anno prossimo? Voglio partecipare ancora e dimostrare che posso fare anche gli esercizi

più difficili perché le capacità ci sono...!"

LISA BRAGAGLIA AI REGIONALI FIHP

L'atleta Lisa Bragaglia pattina dal 1993 aveva due anni quando la mamma le ha fatto provare due piccolissimi pattini. Tantissime gare vinte anche molto importanti. Campionessa provinciale da sei. Trofei promozionali e saggi, campionati regionali e...Il 10 maggio ha potuto partecipare alla fase regionale del campionato federale.

Lisa: " Avevo paura. Sentivo un'ansia terribile, ma quando ho cominciato il mio esercizio libero mi sono sentita più tranquilla. La gara è stata davvero



dura, le atlete erano molto capaci e brave".

LISA BRAGAGLIA E' SECONDA AI CAMPIONATI REGIONALI UISP

Lugo di Romagna, 18 maggio. Lisa partecipa al campionato regionale formula F.4 Uisp.

"Ero molto agitata – racconta l'atleta –: ma sapevo di potercela fare, ho eseguito gli esercizi e le difficoltà richieste in modo corretto mi è piaciuto particolarmente il flip (un salto puntato con un giro intero in aria) di cui mi è venuta bene soprattutto l'elevazione. Ho conosciuto altre pattinatrici di Imola e Ravenna. E' stato bello scambiarci le nostre impressioni. Sono molto felice perché mi sono qualificata per i campionati italiani." Lisa ha conquistato il podio con il secondo piazzamento. Anche questo importante traguardo è stato raggiunto grazie al costante impegno dell'allenatrice federale Monica Ferri, che ha visto nel mese di maggio premiata in più occasioni la sua pazienza, la sua costanza e la passione che trasmette a tutte le sue allieve.

MONICA CAFFINI

Nuoto Sincronizzato

ANCORA VINCENTI LE SINCRONETTE MATILDEE

Ottimi i risultati ottenuti al 3° trofeo regionale "Bondy" dalle atlete di casa

Sotto una pioggia battente domenica 18 maggio presso le piscine coperte dell'acquaparco Bondy Beach si è svolto il 3° trofeo "Bondy" di nuoto sincronizzato dove, le sincronette matildee hanno avuto modo di dimostrare la loro preparazione anche davanti ai propri concittadini che, difficilmente seguono la squadra nelle trasferte. E... non hanno assolutamente deluso le piccole e nuove leve come Caterina Preti, che ha vinto l'oro nel "solo" della categoria Giovanissime seguita sul 3° gradino del podio dalla compagna Angelica Guaresi. Oro anche per Michelle Cavallini (40,170 punti) che ha lasciato lontane le avversarie della Polisportiva Masi di Casalecchio e del Nuoto Club 2000 di Faenza. Oro di Carola Polastri e argento di Jessica Ferioli nella categoria juniores: le due sincronette hanno poi vinto pure l'argento nel duo della stessa categoria. Il medagliere viene poi riempito con: l'oro del duo (categoria giovanissime) composto da Carlotta Marchetti e Caterina Preti; l'argento nella specialità "duo" (categoria ragazze) di Maria Sara Guandalini e Federica Botti, seguite dal bronzo di Caterina Bergamini e Chiara Vincenzi. Soddisfazione pure per il "duo" ragazze, Lucia Dall'Olio e Linda Marchetti, che, vincendo il bronzo, hanno escluso dal podio la società Sweet Team di Modena. Di buon auspicio il 4° posto di Margherita Migliari. Buono anche il piazzamento di Chiara Fantinati. Soddisfatta l'allenatrice nonchè organizzatrice del trofeo Francesca Crisci, che assieme a Jessica Ferioli e Rita Andreetti seguono i vari gruppi. La situazione meteorologica ha guastato la giornata ma non i risultati tecnici e le meravigliose coreografie che queste allenatrici hanno saputo creare assieme a scelte musicali accattivanti e su misura per ogni atleta. Un ringraziamento speciale a tutto lo staff organizzativo presente in vasca, al dottor Pier Paolo Mazzucchelli, alle ditte che ci hanno supportato in ogni modo come: Farmacia Benea, Morena Soffritti frutta e verdura, Loberti e Gulinati il Forno, Mosquito cafè, Roda studio fisioterapico, Soc. Bondenese calcio e A.S. Nuoto Azzurro; i genitori che hanno contribuito all'acquisto di preziosi materiali tecnici il sig. Fabio Marchetti, sig. Paolo Cavallini e sig. Massimo Guaresi e a tutti i genitori e amici che si sono prestati affinchè tutto funzionasse per il meglio! In bocca al lupo a tutta la squadra per i prossimi importanti impegni di campionato ed un pensiero speciale a Francesca, che tiene alto il nome di Bondeno in una disciplina tanto spettacolare quanto impegnativa ed unica in ambito provinciale!!!

Il gruppo A.S.D. Bondeno Sincro

LAURA GOZZI

Educazione Alimentare

"ALIMENTAZIONE E SPORT"

Gli esperti incontrano i ragazzi

Dott. Andreotti

Sabato 17 maggio, presso l'aula Magna della scuola secondaria di 1°grado "T. Bonati" si è svolta una conferenza sul tema "Alimentazione e sport".

La conferenza promossa dal Comitato "Chi gioca alzi la mano" ha visto come protagonisti tutti gli studenti dalla Scuola Secondaria di 1° grado.

Coordinati dal dott. Paolo Mazzucchelli sono intervenuti il dott. Lucio Andreotti (nutrizionista dell'U. S.L di Ferrara), il prof. Manuele Mazza (docente di educazione fisica, che da anni si occupa di alimentazione sportiva e di comportamento alimentare corretto). La conferenza proposta completava per l'anno scolastico 2007- 2008 l'attività promossa dal Comitato "Chi gioca alzi la mano" per i tre giorni dello sport tenuti a Febbraio in collaborazione con il Comune di Bondeno e il CONI. Alta, è stata l'attenzione dei duecento studenti, tanto che i relatori ne hanno trovato alcuni particolarmente preparati nella disciplina scientifica.

Sono stati trattati i seguenti argomenti: l'importanza dell'attività fisica per lo sviluppo e per il benessere fisico e morale; integratori alimentari di base: pregi e difetti dei più conosciuti;l'importanza dell'acqua nell'attività sportiva e quali tipi di acqua è meglio usare prima, durante e dopo.

Hanno contribuito come testimonial: Vito Santeramo, calciatore di serie B nel 1990, ha raccontato la sua esperienza sportiva non ancora conclusa; Maestro Christian Poletti cintura nera IV dan ju jitsu GO – JU campione italiano (1998) e atleta nazionale.

Le impressioni dei ragazzi :

Jessica: " E' stato molto interessante e bello. Penso

Progetto ambiente primavera

che sia importante fare attività fisica e mangiare in modo corretto"

Luca: " Penso che non mangerò più le patatine per ricreazione, magari un bel panino ed è meglio girare in bicicletta che stare davanti alla tv tutto il pomeriggio".

Alice: "La nostra scuola ci offre tante opportunità per imparare a diventare adulti in modo sano e responsabile".

Anna: "Mi faccio accompagnare sempre in macchina ma non abito troppo lontano dalla scuola penso che dopo aver visto le immagini dei Medici sportivi sulle conseguenze del poco movimento, verrò a scuola in bicicletta".

Manuel: "Ero convinto che sport volesse dire per forza fare le gare. Ho capito che si può fare sport in modo diverso, l'importante è muoversi perché fa bene".

Lisa: "Ho preso appunti perché avevo intuito che la conferenza avrebbe portato notizie utili. Bellissime le immagini realizzate dai relatori."

Progetto ambiente primavera

Karate

KARATÈ A BONDENO VUOL DIRE TSURU KAI

Dal 1990 è attivo nel paese un centro dove si pratica il Karatè Tradizionale stile Shotokan

Gli anni da cui questo centro è attivo la dicono lunga sulla serietà e sulla determinazione con cui la "via della mano vuota" è perseguita in questa palestra.

Le parole centro o palestra non sono però le più adatte per definire un luogo dove si pratica il Karatè; questo infatti è il "dojo" (letteralmente luogo di allenamento).

A Bondeno quindi vi è un dojo dove ha sede lo Tsuru Kai; in realtà la bella palestra polifunzionale del liceo, due volte alla settimana, si trasforma in un dojo dove, nel pieno rispetto dei precetti della tradizione del Karatè si studia e si pratica lo Shotokan.

Il centro di Karatè di Bondeno, affiliato alla FIKTA (Federazione italiana karatè tradizionale e discipline affini) è anche collegato ad un gruppo di palestre di Ferrara e dintorni che costituiscono il "Gruppo Karatè Estense" con le quali si condividono manifestazioni, iniziative e stage di approfondimento e pratica, per adulti e bambini, che ampliando le possibilità di allenamento e di confronto dei praticanti ben oltre i normali allenamenti settimanali.

Il presidente ed animatore storico dello Tsuru Kai è Alberto Sgarbi, cintura nera 4° Dan, mentre il direttore tecnico è attualmente Sergio Mastropasqua anch'egli cintura nera 4° Dan e istruttore federale.

Intorno a loro si stringe un nutrito gruppo di cinture nere che costituiscono lo "zoccolo duro" del Club, dove adulti e ragazzi praticano intensamente per raggiungere a loro volta l'agognato traguardo della prestigiosa cintura.

I concetti di "via" di "dojo" e di "tradizione" sono importanti per comprendere che il Karatè, così come praticato a Bondeno, non è solo sport, non è solo competizione, non è educazione fisica o fitness o difesa personale; è in realtà, un po' di tutto questo. E' soprattutto un metodo di perfezionamento fisico ed interiore che si sviluppa attraverso lo studio e l'esecuzione ripetuta di una tecnica di combattimento. Il Karatè è adatto a chiunque, poiché la sua pratica è efficace a prescindere dall'età o dal livello atletico di chi pratica, adatto ai bambini poi assume un alto valore educativo in termini di coordinamento motorio di sana disciplina e di rispetto per se stessi e per il prossimo.

Praticare Karatè significa applicarsi con la massima concentrazione ad esercizi fisici che sono finalizzati a sviluppare e convogliare l'energia corporea in tecniche di difesa e di attacco, eseguite con tutto il corpo e senza l'ausilio di armi od attrezzi.

Tali tecniche vengono allenate da soli o in coppia, ma sempre nel massimo rispetto dell'integrità fisica del compagno (ukè) pur senza diminuirne il realismo.

Il Karatè non è uno sport, è un'arte marziale il cui intento è armonizzare la mente e il corpo per bilanciarne la forza. Gli allenamenti si svolgono il martedì ed il giovedì dalle ore 20,00 alle ore 21,00 presso la palestra del liceo di Bondeno in Via Manzoni.

Per informazioni telefonare al numero 335 6771634 o al 335 1279024.

ALBERTO SGARBI

Eventi

UNA BICICLETTATA IN BONIFICA

Pieno successo per la "StraBurana Volano"

Il tempo del mese di maggio è stato alquanto bizzarro, tanto che a risentirne sono state molte attività sportive all'aperto. Tra queste anche la "StraBurana Volano", ovvero la bicilettata con triplice partenza e arrivo a Stellata di Bondeno. Da domenica 18 maggio la passeggiata è stata spostata alla settimana successiva e...fino all'ultimo istante la nuvoletta piena di pioggia ha cercato di far desistere le decine di ciclisti accorsi ugualmente da ben tre province: Ferrara, Modena e Mantova. Tre i percorsi che hanno fatto confluire gli oltre duecento cicloturisti all'impianto idrovoro delle Pilastresi: il primo "mantovano" aveva la partenza più distante da Carbonara di Po (km 24), seguivano poi le tappe di Moglia di Sermide (km 19), Caposotto (km 14) e Felonica (km 8); il secondo modenese partiva da San Felice sul Panaro (km 31), Rivara (km 29), Massa Finalese (km 26), Cataletto (km 22), Finale Emilia (km 20); infine il percorso ferrarese iniziava da (Ferrara km 26), proseguiva per Vigarano Pieve (km 22), Diamantina (km 19) e Bondeno (km 9). L'iniziativa è stata promossa dai consorzi di Bonifica del Bacino Burana – Volano (Consorzio della Bonifica Burana Leo Scoltenna Panaro di Modena, Consorzio Generale della Bonifica nella Provincia di Ferrara, consorzio di Bonifica delle Terre dei Gonzaga in Destra Po), come degna conclusione della ottava edizione della Settimana di Bonifica e dell'Irrigazione. Dopo la biciclettata alcuni magazzini antistanti le Pilastresi sono stati adeguatamente attrezzati per la meranda a base di pinzini, salsiccia ai ferri e melone nostrano.

F.L.

Educazione Sportiva

AI GIOCHI DELLA GIOVENTU'…"NESSUNO E' ESCLUSO"

Anche le scuole dell'Alto ferrarese sono coinvolte nel progetto nazionale

Si sono concluse le fasi comunali dei Giochi della Gioventù, che hanno visto nella provincia di Ferrara la partecipazione di tredici scuole medie, corrispondenti a ben cento classi e a duemilacento studenti. L'iniziativa dimostra da più punti di vista il suo grande valore formativo: "Tutti protagonisti, nessuno escluso!". Questo non è solo lo slogan ma soprattutto la linea guida su cui si è basato il progetto nazionale e che ha permesso anche nelle fasi comunali di coinvolgere un consistente numero di alunni in attività ludico motorie, propedeutiche allo sport in senso lato. Tre infatti sono le tipologie di abilità esercitate nei percorsi: abilità atletiche (ovvero il circuito corri, salta, lancia), abilità ginnico espressive (ogni classe in forma di staffetta esegue esercizi con piccoli e grandi attrezzi), e infine abilità dei giochi di squadra con la palla. Le prove vengono affrontate per classi e prevedono, naturalmente, il coinvolgimento di tutti gli alunni, dando così ampio spazio agli aspetti socializzanti ed al divertimento, peculiarità riconosciute come indispensabili per avvicinare i ragazzi allo sport.

I nuovi Giochi della Gioventù sono organizzati dal Comitato Provinciale CONI, dal Coni Nazionale e dagli istituti scolastici del territorio, che ricordiamo per quanto riguarda l'Alto ferrarese sono: T. Bonati di Bondeno, D. Alighieri di Sant'Agostino, G. Galilei di Vigarano Mainarda, G. Bentivoglio di Poggiorenatico, la scuola media di Casumaro e la scuola media di Mirabello.

Nel prossimo numero Sport Comuni presenterà un resoconto della fase territoriale di Ferrara, in programma per il quattro giugno.

F.L.

Convegni

PAROLA D'ORDINE: MUOVERSI TUTTI I GIORNI!

Alla conferenza promossa dal Comitato "Chi Gioca Alzi la Mano", Francesco Conconi ha spiegato l'importanza che ricopre il movimento fisico per individui di tutte le età

Lo scorso ventinove maggio, presso il Centro Duemila, si è svolta una conferenza dal titolo "l'attività fisica come medicina per prevenire le malattie cardiovascolari". L'iniziativa, promossa dal Comitato Chi Gioca Alzi la Mano, ha suscitato l'interesse dei tanti intervenuti. Francesco Conconi, il relatore, ha portato prove inconfutabili, sulle problematiche riguardanti le malattie cardiovascolari, strettamente connesse allo stile di vita di ogni individuo. La frase di uno studioso ha fatto effetto: "Quelli che pianificano una vita sedentaria si facciano vedere da un medico per vedere se il loro cuore può reggere (Olaf)". Per contro, allenare il proprio cuore comporta un immediato benessere e, soprattutto…allunga la vita! Altre rilevanti conseguenze sono riportate sul morale: l'esercizio fisico migliora il proprio stato d'animo. Alcune frasi spiegano bene il problema: "l'esercizio è medicina", "stai fermo che ti ammali" ed il contrario "muoviti che ti curi"... Hanno poi suscitato interesse un paio di passaggi della relazione: Conconi ha spiegato per esempio che un settantenne con il cuore esercitato ha la stessa portata di ossigeno di un sedentario di trenta anni. Un messaggio incoraggiante è stato poi "Non è mai troppo tardi…se ci si esercita". Si arriva quindi alla domanda conclusiva di massima importanza: qual è l'esercizio migliore? La risposta può sembrare inizialmente vaga: "quello che si può svolgere regolarmente, perché muoversi un po' va bene, ma se ci si muove di più è…meglio!". Bisogna difatti scegliere una o più attività che è possibile praticare nel maggior numero possibile di occasioni; per questo la camminata di buon passo è utile per tutti e si può ragionevolmente individuare come l'attività motoria di base, possibilmente per almeno mezz'ora tutti i giorni. Quando bisogna iniziare a fare attività motoria? Prima si comincia e meglio è per sviluppare nei bambini la cultura e la personale propensione all'attività fisica.

FRANCESCO LAZZARINI

Calcio

LA GAVELLESE È PROMOSSA

Storica vittoria, che permette alla squadra di riconquistare la Seconda categoria dopo un solo anno di purgatorio!

Alla fine c'è riuscita! Promozione al cardiopalma per la Gavellese, che vincendo nel difficile Torneo Tavolini ha conquistato la promozione in Seconda categoria. Al Paolo Mazza lunedì 2 giugno ha vinto per 2 - 1 lo scontro diretto contro lo Sporting Ambrogio. E' piena la soddisfazione della squadra, dei dirigenti e del presidente Trevisani, che ha sempre sottolineato la grande forza di volontà del gruppo. Un anno solo di purgatorio, quindi per la Gavellese, che dopo la retrocessione dello scorso anno si ritroverà ad affrontare Burana e Nuova Aurora.

NONOSTANTE IL TEMPACCIO, TUTTE IN SELLA!

Vince Chiara Bortolus della G.B. Gause

Malgrado un tempo da lupi, con pioggia e vento, si è ugualmente disputata domenica 18 maggio la gara ciclistica femminile riservata alle donne Junior e under 21. Oltre ottanta erano le ragazze al via per disputare il 12° memorial Manuela Bandiera ed il 2° memorial William Nardini, detto "Gnisa". Malgrado la strada scivolosa per la pioggia obbligasse le ragazze a fare veri e propri miracoli di equilibrismo per restare in piedi, si è registrato una sola caduta e, per fortuna, con conseguenze lievi. Lo stakanovismo delle cicliste in gonnella è stato apprezzato anche dal pubblico che, numeroso e armato di ombrelli e impermeabili, ha affollato il rettilineo d'arrivo per sostenere ed incoraggiare le cicliste ad ogni loro passaggio. Tra gli spettatori "interessati" c'erano anche il C.T. del ciclismo femminile Marino Amadori e la delegata FCI Emanuela Zaccaria. La gara si è svolta su un circuito di Km 9,15 da ripetersi nove volte per un totale di Km 82,350. Numerosi sono stati i tentativi di fuga che però sono sempre stati vanificati dal pronto recupero da parte del gruppo e l'epilogo è stato quello di un volatone generale. Con uno sprint perentorio ha vinto, a braccia alzate, Chiara Bortolus della G.B. Gause che ha percorso i Km 82,350 del percorso in 2h 17' 30" alla media oraria di Km 35,350. Media di tutto rispetto se si pensa alle condizioni proibitive nel quale si è svolta l'intera corsa. Piazza d'onore per Barbara Guarischi, del team desenzanese, che ha visto l'amarezza della vittoria svanita attenuata dall'aver avuto la comunicazione, ufficiale, di essere stata convocata con la nazionale che si recherà in Polonia il prossimo mese. Sul gradino più basso del podio è invece salita Giada Balzan della S.C. Fontana. Con il patrocinio del comune la gara è stata organizzata dal Velo Sport Primavera, presieduto da Giacomo Lunardelli, che ha garantito, con l'ausilio delle forze dell'ordine, la massima sicurezza sul percorso ed un assistenza costante a tutte le cicliste. Merita di essere citato il fatto che solo un'ora dopo la fine della corsa tutte le transenne erano già state smontate e il circuito aperto alla libera circolazione.

G.B.

NUOVA DIVISA PER L'ATLETICA

La squadra delle scuole medie ottiene dal comune una felpa di rappresentanza

Il gruppo sportivo di atletica della scuola media "Galileo Galilei" ha avuto in dotazione una divisa di rappresentanza. Si tratta di una "felpa" di colore rosso con impresso il nome del Comune e della scuola di appartenenza. L'acquisto delle divise è stato effettuato dall'amministrazione comunale di Vigarano Mainarda che ha ritenuto opportuno e doveroso soddisfare la legittima richiesta che era stata avanzata, a suo tempo, dagli organi scolastici. La consegna delle nuove divise è stata effettuata alla presenza del sindaco Daniele Palombo e del vice Giuliano Barbieri. Il

gruppo sportivo della scuola media, coordinato e preparato dal Prof. Parigi, è impegnato nel corso dell'anno scolastico sia in gare di atletica, che in vari sport come basket e volley. Alla fine del mese di maggio, sempre agli ordini del prof. Parigi, si è svolta presso il Palavigarano la fase locale dei Giochi della gioventù per scegliere, attraverso varie prove, gli alunni che rappresenteranno Vigarano Mainarda alla fase provinciale dove sarà anche il momento per "sfoggiare" le nuove divise di rappresentanza.

Agility Dog

MAI COSI' TANTI !

Decine di cani hanno partecipato alla gara nazionale

Sabato 24 e domenica 25 maggio in Diamantina s'è svolta una gara nazionale di agility dog, con oltre trecentoottanta cani partecipanti. La manifestazione è stata organizzata da Agility dog Ferrara, di Anna Bononi. Tra i giudici spiccava il nome di De Martini, il primo – assieme al dottor Garcia – ad aver portato negli anni '80 questa disciplina in Italia. Le gare consistevano in percorsi dove i cani dovevano affrontare sotto la guida del proprio conduttore differenti salti ed ostacoli di contatto nel minor tempo possibile, senza commettere infrazioni. Estremamente alto il numero degli eliminati in questa competizione, risultato superiore al novanta per cento dei partecipanti, a testimonianza di quanto l'agility dog sia una disciplina complessa. Essa prevede due specialità, rispettivamente jumping e agility; quest'ultima è molto importante perché forma i brevetti, che certificano il livello raggiunto dal singolo cane; dei tre previsti il livello aumenta gradualmente assieme alla complessità degli esercizi richiesti. Tre le categorie corrispondenti alle taglie dei cani: small, medium e large. Ma cos'è l'agility? Si tratta di una disciplina complessa, che permette al padrone o conduttore

di imparare passo per passo il linguaggio del proprio cane. Il biscotto assume generalmente un valore molto importante per il nostro fedele amico: si tratta del premio ambito, della ricompensa per aver eseguito con diligenza gli ordini del padrone. Si può ragionevolmente affermare che l'addestramento di un cane è un vero e proprio percorso formativo, volto ad "amare, capire e farsi capire da lui, – afferma Anna Bononi –. Questa disciplina vuole creare un legame indissolubile tra l'uomo e il cane, che deve essere obbediente ed imparare a darci retta senza mai infastidirci. Una volta che il loro ruolo nel vivere quotidiano è stato ben definito, sono proprio i cani che vivono felicemente la loro condizione di compagni dell'uomo. Solo un cane ben addestrato, infatti, può dare sfogo ai suoi istinti naturali – soprattutto alla componente aggressiva del suo carattere – senza creare scompiglio. In gara è importante sapere che anche i cani sentono lo stress e che per questo è opportuno saperli preparare".

FRANCESCO LAZZARINI

Eventi

IN OTTOMILA PER LA SFILATA DI "FIDO"

In passerella 620 cani alla 38ª mostra canina

Il podio della gara

Immersi nel verde dello splendido cortile interno della struttura rinascimentale denominata la "Diamantina", da cui prende il nome la piccola frazione del comune di Vigarano Mainarda,si è svolta giovedi 1 maggio la 38ª esposizione nazionale canina organizzata dal gruppo Cinofilo Ferrarese, presieduto da Olivo Occhi, con il patrocinio della Provincia e dei Comuni di Ferrara e Vigarano Mainarda.Circa 620 i cani che hanno sfilato in passerella, provenienti anche dall'estero, e quasi ottomila gli spettatori che si sono alternati nel corso della manifestazione cinofila che è una delle più importanti a livello nazionale. Per i tantissimi spettatori, tra cui molti bambini, è stata una giornata intensa vissuta a contatto con la natura e dove il più fedele amico dell'uomo è sempre stato al centro dell'attenzione. Divertente la dimostrazione di agility-dog presentata dai campi di addestramento di Agility dog Ferrara e Olympia Agility dove i cani, nel percorrere un tracciato ricco di ostacoli, hanno dimostrato intelligenza, furbizia e abilità.Di grande interesse e richiamo sono state le sfilate in passerella di bellissimi Labrador, simpatici Boxer, maestosi Alani, eleganti Levrieri Afgani, candidi Samoiedo e "birichini" cani da compagnia. Il momento più atteso è stato quello del "Best in Show", detto anche ring d'onore, quando sono scesi in passerella i primi classificati, di ognuna delle sette categorie a concorso,per essere sottoposti al giudizio dei giudici che dovevano decretare il "campione Mostra", cioè il più bello tra i belli.Primo posto e titolo di campione mostra, con grande consenso del pubblico, è stato decretato Xento, un cane pastore dal manto nero focato, che aveva già trionfato in concorsi internazionali all'estero,di proprietà di un allevamento del mantovano.Piazza d'onore per Gandi di Solaro,un boxer tigrato arrivato da Firenze e terzo posto per Royal Star un Samoiedo bianco allevato a Reggio Emilia.

Il vincitore a quatro zampe

Aeromodelli

FEDERICO BARBIERI VINCE IL 4° MEMORIAL "ROMANO PIANA"

La gara in ricordo del fondatore dell'associazione "Ali nuove poggesi"

Premiazione del Memorial Piana

Governare il vento e le correnti per librarsi nel cielo: in una parola, volare. Questa la passione su cui fonda il Memorial "Romano Piana": la gara di aerotraino ideata dall'associazione "Ali nuove poggesi", con il patrocinio del Comune di Poggio Renatico, per rendere omaggio al fondatore del club, grande amante del volo. «Questa manifestazione – ha spiegato Mario Pisan, presidente di "Ali nuove poggesi" – è tutta improntata sulla memoria di Romano, una persona splendida e una fonte inestimabile di energia. Questo ci sembra il modo migliore per ricordarlo e per sentirlo vicino, da appassionato, quale era, di volo libero». «Romano – ha rimarcato infatti la moglie Maria – ha ereditato questa passione dal padre Giovanni, maresciallo pilota, pluridecorato e insignito della medaglia d'argento al valor militare: è nato nel momento in cui il papà stava sorvolando l'Etiopia. Romano aveva il volo dentro di sé e lo ha trasmesso ai figli e alle altre persone, facendone un hobby e fondando l'associazione, convinto in questo modo di poter indirizzare i giovani verso qualcosa di formativo e creativo». La 4ª edizione del memorial si è svolta, domenica undici maggio, all'insegna dell'allegria, dell'amicizia e, naturalmente, del volo. Al campo di volo dell'area Sanguettola, si è aggiudicato il trofeo il ventenne Federico Barbieri, seguito da Gianluca Barbieri e da Mario Pisan, premiati dal vicesindaco Vincenzo Petrucci e dai familiari di Romano Piana, Maria e i figli Giovanni, Andrea, Cinzia, Lella ed Elisa. Dopo le tre manche della gara di durata con atterraggio di precisione, i piloti si sono esibiti con i loro aeromodelli a motore, mentre il vincitore ha eseguito un programma acrobatico sbalorditivo, impreziosito da fumogeni tricolori, con un aliante Foka 4, una riproduzione in scala 1:3, di 5,20 metri di apertura alare e di 10 chilogrammi di peso. L'evento è stato chiuso dal passaggio degli ultraleggeri pilotati dagli amici di Romano Piana, sempre ricordato rivolgendo gli occhi al cielo. L'appuntamento è per il prossimo anno.

Foto di gruppo con gli aeromodelli

Calcetto

TROFEO TEMPO LIBERO

Il Coronella si aggiudica una vittoria superando il Galliera 2000 per 5 a 2

Con un perentorio 5-2 l'A.D. Coronella ha superato il Galliera Duemila4 e si è aggiudicata il Trofeo Tempo Libero, organizzato da Uisp e disputatosi nel mese di maggio sui campi di Casumaro. La formazione vincente, impegnata nel campionato di calcio a cinque Uisp, è composta da Riccardo Mantovani, Alberto Balboni, Mauro Greco, Dario Simcic, Massimo Testoni, Emiliano Zucchini, Luca Zanetti, Mario Donnoli, Tol Culi, Cristian Liboni ed è seguita dai dirigenti Alberto Loverso e Rodolfo Bacaro.

CRISTINA ROMAGNOLI

Squadra di calcetto del Coronella

Danza

"ZAPPING", ZIG ZAG ARTISTICO NEL PASSATO DELLA TELEVISIONE

Le atlete del gruppo sportivo Gallo in scena con un musical

Un musical in grande stile, che per coreografie, costumi e scene ha ricalcato la grande tradizione di Broadway. "Zapping", presentato sabato dalle atlete di danza e ginnastica del Gruppo Sportivo Gallo, in occasione della fine dei corsi, ha gremito il palasport e ha registrato un successo straordinario. Lo spettacolo, organizzato dalla società locale con il patrocinio del Comune di Poggio Renatico e la collaborazione dell'associazione sportiva Galliera, ha visto esibirsi le piccole dell'avviamento alla ginnastica, le bambine e le ragazze della ginnastica artistica e della danza jazz. Guidate con competenza e passione assolute da Marina Valesani, cui si devono anche l'ideazione e la regia, le circa 90 bravissime atlete, dai tre anni in su, hanno dato vita a uno show incantevole, particolarmente originale e simpatico, impreziosito dalla grafica computerizzata e da effetti speciali e tecnologici. Nelle loro performance hanno riproposto in scena tutti i generi televisivi: film, cartoni animati, documentari, sport, lirica, musical, dalle teche Rai "Canzonissima" e, persino, l' "Intervallo", con la proiezione delle immagini del paese; il tutto scandito da divertenti e fantasiosi spot, a pubblicizzare "Cembalina Crociere", "Gallophon", "Acqua Renissima". La splendida serata s'è chiusa con i saluti del neoassessore allo sport Loreno Ravolini e del neopresidente del Gs Gallo Carlo Baldissara, con i ringraziamenti a Marina Valesani, Sandra Resca e Luciana Rimondini e con tantissimi applausi per tutte le bambine e le ragazze che si sono esibite.

Corso prescolare: Emma Biavati, Alessia Brina, Sofia Destro, Sara Di Giacco, Veronica Gurioli, Ilaria Merli, Clara Michelini, Chiara Minotto, Benedetta Montori, Federica Piazzi, Alessia Romani, Chiara Sino, Giulia Tassinari, Lucrezia Toselli, Anita Zanetti.

Corso ginnastica artistica: Sara Bassanese, Chiara Bazzana, Irene Bergamini, Arianna Carlini, Valeria Carrieri, Francesca Cenacchi, Anna Cottignoli, Beatrice Cottignoli, Silvia Fortini, Valentina Fortini, Gaia Fregnani, Giulia Frigati, Martina Frigati, Ginevra Galliani, Rebecca Galliani, Virginia Galliani, Beatrice Gavioli, Sara Giglioli, Valentina Giugli, Giulia Guerra, Emma Menghini, Frida Menghini, Angela Minutolo, Martina Nardi, Ilaria Ravanini, Caterina Rimessi, Rebecca Tuffanelli, Clelia Turco. **Corso jazzdance:** Francesca Bazzana, Debora Botti, Barbara Brasolin, Elisa Cavalleretto, Roberta Emiliani, Gessica Galletti, Lorena Gazzotti, Erika Gruppioni, Ilaria Liboni, Debora Marmocchi, Barbara Rabbi, Sara Rambaldi, Sara Rosini, Claudia Spisani, Ludovica Spisani, Mirna Spisani, Martina Tumiati, Erika Verri, Caterina Zuccatelli. **Corso ginnastica generale San Venanzio:** Chiara Bonetti, Lucia Chiarillo, Giulia Cocchi, Federica Currò Dossi, Valentina Currò Dossi, Arianna Draghetti, Erika Draghetti, Michelle Ingrao, Elisa Romano, Arianna Soriani, Matilde Testoni, Francesca Valdiserra, Florencia Zitelli.

CRISTINA ROMAGNOLI

Calcio

AL "MALBA" IL TORNEO BIAGIO GOVONI

I bolognesi battono in finale il Reno Centese

Targa a Franco Govoni

Il Malba si è aggiudicato la 20ª edizione del torneo di calcio juniores in notturna Memorial "Biagio Govoni", organizzato dal Gruppo Sportivo Gallo. Nella finalissima di giovedì ventidue i bolognesi hanno battuto di misura il Reno Centese, così come nel seconda serata di gare. I ragazzi di mister Barioni, che si sono detti piuttosto amareggiati dalla direzione di gara, si sono dovuti arrendere alla rete decisiva di Monti, vicino al gol anche nel primo tempo, quando solo la prontezza di Rivaroli ha potuto salvare la porta bluazzurra. Il Malba, premiato da Franco Govoni, fratello di Biagio, ha conquistato con Lorenzo Xeleshi anche il 15° Trofeo La Nuova Ferrara al miglior giocatore, consegnato da Giuseppe Malavasi, presidente provinciale Aia. Per il Reno, dunque, la seconda piazza con il Trofeo Comune di Poggio Renatico da parte del sindaco Paolo Pavani. Al terzo posto l'Argentana, che ha travolto 5-1 il Finale Emilia: gli autori delle due doppiette granata, Filippo Valente e Jacopo Nasci, sono stati insigniti del Trofeo Il Resto del Carlino al goleador da Nino Soffritti, presidente della società "Le Torri", e da Aldo Paolini, vicepresidente provinciale Figc. Terzo ex aequo il finalese Alessandro Canadè. Per loro tre le reti. Le due squadre sono state premiate da Paolo Braiati e da Giovanni Aretusi, consigliere regionale e presidente provinciale Figc; le terne arbitrali dal vicesindaco Vincenzo Petrucci e dal neo presidente del G.S. Gallo Carlo Baldissara. "In questa speciale edizione del ventennale – ha affermato Baldissara – abbiamo fatto consegnare dalle mani dell'assessore allo Sport Loreno Ravolini una targa a Franco Govoni per ringraziarlo dell'entusiasmo con cui in questi due decenni la famiglia ha aderito e partecipato alla nostra manifestazione. Questo evento sportivo si connota per la presenza di società e atleti che onorano l'impegno del memorial con grande impegno e sportività e per un'ottima presenza di pubblico. Tutto ciò fa del torneo una straordinaria vetrina per il calcio giovanile, a cui desideriamo dare continuità. Un ringraziamento infine ai numerosi volontari e collaboratori che lavorano alacremente nell'organizzazione e allo stand, all'amministrazione comunale e agli sponsor.

CRISTINA ROMAGNOLI

Nasci goleador del memorial

Premiazione 2ª

Premiazione 3ª

Premiazione 4ª

Miglior giocatore

Memorial Govoni premiazione 1ª

Valente goleador memorial Govoni

Memorial Govoni 1ª Malba

Memorial Govoni 3ª Argentana

FINALE 1° - 2° POSTO
RENO CENTESE 0 – MALBA 1
RENO CENTESE: Rivaroli, Zingaro, Piccolo, Montanari, Piazzi, Pedrini, Shammout, Balboni M., Borghi, Guerzoni, Matteuzzi. All. Barioni. A disposizione Paganelli, Frau, Secchieroli, Meminaj, Balboni F., Cantori, Molinari.
MALBA: Zucchini, Pilati, Generali, Bollina, Gyorky, Bragioto, Monti, Scaramagli, Rimondi, Romeo, Xeleshi. All. Gelli. A disposizione Poggi, Basaj, Lobaton, Diolaiti, Bergami, Mancin, Scimani.
Arbitro: Di Gioia di Ferrara.
Marcatori: 42' Monti.

FINALE 3° - 4° POSTO
FINALE EMILIA 1 – ARGENTANA 5
FINALE EMILIA: Cavicchioli, Cavallari, Barbieri, Gozzi, Bolognesi, Vereshko, Rimondi, Gollini, Gasperini, Leprotti, Canadè. All. Luppi. A disposizione: Bini, Saccardo, Taddei, Volpin, Pagano.
ARGENTANA: Cavicchi, Brandolini, Biavati, Passerini, Trentini, Visentini, Nasci, Alebbi, De Falco, Maskhi, Valente. All. Berneschi. A disposizione Lago, Sorrentini, Valieri, Fergnani, Hodza, Marchesini, Graldi.
Arbitro: Cazzato di Ferrara.
Marcatori: 6' e 60' Valente (A), 34' Canadè (F), 62' e 68' Nasci (A), 70' Fergnani (A).

Memorial Govoni 2ª Reno Centese

Memorial Govoni 4ª Finale Emilia

Associazionismo

BALDISSARA NUOVO PRESIDENTE DEL GRUPPO SPORTIVO GALLO

Succede a Ravolini, nominato assessore allo sport

Carlo Baldissara

Carlo Baldissara è il nuovo presidente del gruppo sportivo Gallo. Nel corso dell'ultima assemblea straordinaria dei soci è avvenuto il passaggio di consegne con Loreno Ravolini, recentemente nominato assessore allo sport del comune di Poggio Renatico. "Per una maggiore chiarezza e trasparenza – ha motivato il neoassessore – ho ritenuto opportuna la scelta delle dimissioni". Con grande commozione Ravolini ha quindi ricordato gli inizi del gruppo sportivo, 28 anni or sono, "quando un gruppo di giovani con tanta voglia di fare e un enorme entusiasmo decise di dedicarsi all'attività sportiva". Un impegno che ha prodotto ottimi frutti, in particolare nel lavoro con i bambini e i ragazzi: la nascita della società "Le Torri" ne è l'ultimo straordinario esempio. "Mi preme ringraziare – ha chiuso Ravolini – quanti si sono prestati in tutti questi anni per il successo delle iniziative della società: Gilberto Lelli, Orazio Ariatti, Alberto Torreggiani, Marino Guerra, Carlo Baldissara e tutti gli altri amici". Nel corso della serata, quindi, Baldissara, proposto dallo stesso Ravoli alla sua successione, è stato designato all'unanimità nuovo presidente. "Con Loreno abbiamo iniziato assieme l'avventura del gruppo sportivo, muovendoci all'unisono in qualità rispettivamente di presidente e segretario – ha affermato il neoeletto –. Desidero ringraziare Ravolini a nome di tutto il consiglio direttivo per il suo instancabile impegno, costellato di conquiste sul piano sia sportivo, con il continuo incremento delle attività, sia strutturale, per cui basti citare la costruzione della palestra". Il primo atto del nuovo presidente sarà la convocazione di una riunione del direttivo e dei responsabili di settore, Riccardo De Simone e Marina Valesani. "Inizieremo – ha spiegato – definendo la programmazione per la prossima annata sportiva di tutti i settori: basket, calcio e ginnastica. In questi mesi saremo chiamati a portare avanti tutte le attività pianificate per l'anno 2007-2008, quindi, dovremo dar loro continuità, cercando sempre di migliorarci. Il nostro è un gruppo unito, forte e consolidato: i nostri intenti rimangono dunque i medesimi, improntati alla massima valorizzazione dello sport, nell'ottica dell'arricchimento, anche sociale e culturale, della comunità, del dialogo con le altre società operanti sul territorio e soprattutto con l'Amministrazione comunale, sempre disponibile sostenerci".
Anche dal sindaco Paolo Pavani sono venuti i migliori auguri di un proficuo lavoro.

CRISTINA ROMAGNOLI

AL GALLO IL PRIMO TROFEO MASSIMO BALBONI

In ricordo di "Mamo", atleta e dirigente del Gruppo sportivo Gallo

Torneo Balboni targa ricordo

In ricordo di "Mamo". Il Drink Team Gruppo Sportivo Gallo ha organizzato, per mercoledì 28, il primo torneo triangolare amatori in memoria di Massimo Balboni, prematuramente scomparso il 9 giugno di due anni or sono. La manifestazione si è svolta allo stadio comunale di Gallo, dove per anni Massimo ha profuso con entusiasmo il suo impegno, prima come atleta e successivamente come dirigente del gruppo. Hanno partecipato le tre

Torneo Balboni premiazione 1ª

formazioni amatoriali del territorio poggese: A.S.D. Drink Team Gallo, A.D. Polisportiva Chiesa Nuova e A.D. Polisportiva Coronella. "A Massimo": con queste commosse parole seguite da un minuto di raccoglimento ha preso il via il torneo. Ad aggiudicarselo è stata l'A.D. Polisportiva Chiesa Nuova, che ha vinto entrambi gli incontri disputati. Il primo match fra Polisportiva Chiesa Nuova e Polisportiva Coronella si è concluso in parità: 1-1, con reti di Sivieri (CN) e Pesci (C); dopo i rigori la gara è terminata 5-4. Nella seconda partita si sono sfidate Drink Team Gallo e Polisportiva Coronella: quest'ultima ha prevalso 0-2, grazie alle reti di Pesci e

Torneo Balboni premiazione 2ª

Benitez. L'incontro conclusivo ha visto in campo Polisportiva Chiesa Nuova e Drink Team Gallo: gli ospiti hanno avuto la meglio sui padroni di casa 2-1, di Giuliano e Di Donato (CN) e di Smajli (G) i gol. Hanno diretto gli arbitri Zappaterra, Correggioli e Storari della Lega calcio Uisp di Ferrara. La squadra vincitrice è stata premiata dal fratello di Massimo, Gabriele Balboni; la seconda classificata, la Polisportiva Coronella, da Gilberto Lelli, dirigente del Gruppo Sportivo Gallo; la terza, Drink Team Gallo, da Luca Marangoni, dirigente del gruppo amatoria-

Torneo Balboni premiazione 3ª

Torneo Balboni miglior giocatore

le poggese. L'assessore allo Sport Loreno Ravolini ha consegnato il trofeo di miglior giocatore ad Andrea Pesci del Coronella. I riconoscimenti sono stati assegnati in un clima di grande commozione, alla presenza di familiari, amici e colleghi di lavoro di Massimo. "Ringraziamo – hanno detto Gabriele Balboni e mamma Anna – gli organizzatori di questo evento e gli amici che hanno accettato di giocare. Crediamo che questa sia la maniera migliore per ricordare Massimo:

Torneo Balboni 2ª Coronella

il calcio era la sua passione e il suo mondo, oltre al lavoro". "L'idea di questa manifestazione – ha affermato il presidente Carlo Baldissara, consegnando una targa ai familiari – è stata immediatamente accolta da tutti per l'affetto che ci lega a Mamo: contiamo di ripeterla all'insegna dello stesso spirito di amicizia che ha riunito stasera le tre squadre del territorio. Massimo ha iniziato a giocare con noi sin da bambino, ha militato nella prima squadra, quindi è entrato nel gruppo amatori, di cui è divenuto anche dirigente: era uno di noi".

Torneo Balboni 1ª Chiesanuova

A.S.D. Drink Team Gallo: Faccini, Ravolini, Ghirardelli, Cavicchi S., Bagnato, Vaccari, Ariatti, Mori, Biancamano, Barattini L., Angelini. All. Bonfiglioli. A disp. Lodi, Cavicchi A., Barattini R., Cottignoli, Zambonati, Amidei, Smajli, Bonfiglioli.

A.D. Polisportiva Chiesa Nuova: Mestieri, Guidoboni D., Masezzi, Bonetti, Luppi, Sivieri, Ansaloni, Masina, Montosi, Bruzzese, Rocchi. A disp. Pesci Gi., Pesci Ga., Giuliano, Guidoboni D., Di Donato.

Torneo Balboni 3ª Gallo

A.D. Polisportiva Coronella: Benitez, Accorsi, Fabbri, Lodi, Pretto, Castaldini, Pesci, Cotromino, Zanetti La., Zucchini, Cavallina. All. lodi. A disp. Ferioli, Profili, Garuti, Zanetti Lu.

CRISTINA ROMAGNOLI

Ciclismo

CONTINUA LA STAGIONE POSITIVA DEI SANCARLESI

Ai provinciali si sono imposti in quattro categorie

La premiazione di Leonardo Lodi nella categoria G4 maschile

Quando leggerete queste righe sarà ormai terminato il Giro d'Italia, uno dei più appassionanti degli ultimi anni.
Contemporaneamente è in piena attività la stagione ciclistica di tutte le categorie, cominciando da quella dei Giovanissimi (7-12 anni) nella quale i giovani atleti lanciano i primi vagiti.
D'altra parte i vari Di Luca, Riccò e soci proprio da queste categorie hanno spiccato il volo.
E' un gioco, un impegno ludico: recitano questi ritornelli le pagine di approccio alla disciplina, da parte della Federazione.

Campioni provinciali FE

Ma quali ansie, quali coinvolgimenti da parte dei piccoli atleti ma anche di intere famiglie!
Si sa: molti vorrebbero gestire già piccoli campioni in erba, fautori di epiche gesta al pari dei vari Cuneo, Di Luca, Petacchi, Bettini, ecc., ma quanta strada ancora da percorrere prima di entrare a far parte della storia delle due ruote.

La premiazione di Pedini Elia e Baraldi Matteo nella categoria G2 maschile

Per fortuna molti prendono il momento della gara come una scampagnata, un modo per trovarsi insieme ad altre famiglie conosciute sui campi di allenamento o di gara, una maniera per far capire al figlio che anche il ciclismo è una scuola di vita. Nulla è lasciato al caso, all'improvvisazione, come nella vita i risultati si guadagnano con la continuità e l'impegno.
E' insomma un mondo variegato, fatto di colori e di suoni, di ansie e di delusioni da parte del giovane atleta e del suo seguito, di contatto con la natura.
Ci si diverte, qualche padre raggiunge in bici il campo di gara del figlio, qualche mamma è costretta a cucinare qualche dolce in più perché al termine della gara, anche chi non ha speso calorie, si sente in dovere di far onore alla cuoca.
Eppoi quanti pinzini, panini e gnocchini nell'arco della stagione si addentano.
Sono tutti ingredienti del ciclismo, uno sport ancora molto genuino, talvolta un po' esasperato.
Ma la bicicletta è sempre poesia, amata dalla gente; quanta ce ne era sulle strade del Giro!
Nel mese di maggio si sono svolti i campionati provinciali giovanili e per Ferrara sono risultati campioni nelle varie categorie i seguenti atleti:

G1 maschile	Bosi Francesco	Sancarlese
G2 maschile	Pedini Elia	Sancarlese
G3 maschile	Aleotti Giovanni	Stella Alpina
G4 maschile	Lodi Leonardo	Sancarlese
G4 femminile	Vecchiato Marina	Sancarlese
G5 maschile	Melloni Filippo	Stella Alpina
G5 femminile	Bonfatti Alessia	Stella Alpina
G6 maschile	Lodato Giovanni	Stella Alpina
G6 femminile	Duhalde Manuela	Stella Alpina

Nella varie gare sin qui disputate si sono particolarmente distinti con ripetuti piazzamenti nei primi cinque i seguenti atleti sancarlesi:
Paolo Pritoni e Nicholas Tonioli (anche una vittoria) nella categoria G3 maschile, Leonardo Lodi (5/6 volte giunto secondo) e Luca Salvi nella categoria G4 maschile.

I premiati della Sancarlese

Le gemelle Vecchiato (anche con due vittorie e numerosi secondi e terzi posti) nella categoria G4 femminile.

Le premiazioni di Marina ed Elisa Vecchiato

In questo mese di giugno saranno tutti impegnati nei campionati Regionali a Gualtieri (RE) ed alcuni anche in quelli nazionali a Predazzo (TN).
In bocca al lupo!!

MARCO MARGUTTI

Calcio

DARE IMPULSO E STRATEGIE AL CLUB

Il Sant'Agostino sviluppa accordi sia per sostenere il settore giovanile e la prima squadra, sia per avviare il programma festeggiamenti del centenario (2010)

Il campionato d'Eccellenza ripartirà a settembre senza il Sant'Agostino. I ramarri, infatti, non sono riusciti ad agganciare i play out – àncora di salvataggio della stagione – nonostante gli sforzi compiuti da giocatori, tecnici e dirigenti. Così, la sconfitta casalinga col Fidenza, lo scorso 5 maggio, ha decretato la matematica retrocessione del club relegandolo all'ultimo posto del girone. I vertici dirigenziali, con in testa il presidente Lauro Perelli, non hanno comunque smarrito l'entusiasmo, nel perseguimento degli obiettivi strategici e nel percorso di ristrutturazione societaria intrapreso un anno addietro e in una recente nota hanno rilanciato lo sviluppo della loro azione: "Il CS Sant'Agostino ha calcato campi importanti e continuerà a farlo", ha confermato la dirigenza. "In questo momento stiamo lavorando alacremente per consentire al nostro sodalizio di poter programmare un futuro più certo e solido, con l'augurio che l'imprenditoria locale cominci realmente a supportare questa storica realtà". Uno degli obiettivi centrali di medio periodo sarà, fra l'altro, la celebrazione del centenario del club previsto per il 2010. "Vogliamo giungere a quell'appuntamento con una società professionale dal punto di vista gestionale – hanno precisato i dirigenti – ed in grado di durare nel tempo, indipendentemente dal fatto che vi sia qualche società impegnata con merito in categorie più importanti. Con merito perchè la programmazione di lungo termine dà sempre risultati. Puntiamo a fare ciò che non è mai stato compiuto tout court: elaborare una strategia di lungo periodo, definire obiettivi primari e secondari, pianificare le attività necessarie per perseguire tali obiettivi, elaborare azioni di feedback atte ad ottenere miglioramenti continui e sostanziali". In precedenza, lo stesso presidente Lauro Perelli, aveva dichiarato che la condizione fondamentale per l'allestimento di una prima squadra in grado di competere in categorie significative sarebbe stata quella di assicurare ai giovani di praticare il calcio, mettendoli sempre nelle migliori condizioni di farlo anche nella comunità locale.

AUGUSTO PARESCHI

SETTORE GIOVANILE: STRETTO ACCORDO COL BOLOGNA

La convenzione, al momento, di durata annuale, garantirà anche formazione ai quadri tecnici dei "ramarri"

Sant'Agostino e Giacomense. Sono queste le due società sportive ferraresi che hanno condiviso per prime il progetto "05-13 Kids", presentato di recente da Giancarlo Marocchi, responsabile tecnico del settore giovanile del Bologna. Il club felsineo, neo promosso in serie A domenica 1° giugno, ha in serbo il rilancio del suo vivaio attraverso la reimpostazione delle metodologie di lavoro e dei criteri selettivi per i giovani calciatori e per le società definite "satelliti". Il progetto ha l'obiettivo di posticipare la selezione giovanile di qualche anno, permettendo ai giovani di maturare nei club satelliti anche attraverso rapporti costanti di dialogo, confronto e supervisione fra i tecnici rossoblù e quelli degli altri club. L'accordo stretto anche con Valsa Gold Savignano sul Panaro, Imolese, San Lazzaro, Basca Galliera, Sasso Marconi, Faro Gaggio Montano, Molinella e Polisportiva San Michele, riguarda per il momento società orbitanti nelle province limitrofe, ma pur sempre ubicate in regione, e avrà validità di un anno così da poter disporre le prime verifiche. Punto di partenza i camp estivi del Bologna. "Qui inviteremo i tecnici delle società affiliate – ha affermato la dirigenza della Scuola Calcio rossoblù – per far vedere loro qual è il lavoro che si andrà a sviluppare sul campo e non solo: per un allenatore che fa riferimento ai 5-13 anni è estremamente importante anche la gestione del bambino al di fuori del campo. Da settembre, noi allenatori del Bologna andremo presso i campi sportivi delle società affiliate, assieme ai rispettivi tecnici ed ai bambini, per fare allenamento assieme a loro e cercare di esportare in queste realtà la nostra filosofia calcistica. Successivamente, faremo un grande evento allo stadio, tra ottobre e novembre, per poi chiudere la prima parte dell'anno con un meeting che coinvolgerà noi allenatori del Bologna e tecnici e dirigenti delle società affiliate: qui affronteremo tematiche sia tecniche che organizzative e faremo sia teoria che pratica. È un progetto a lunga scadenza e ci vorrà tempo per uniformare questa nuova metodologia". Le formazioni del vivaio rossoblù che più saranno interessate al progetto saranno pertanto quelle over 14.

AUGUSTO PARESCHI

Eventi

FESTA DELLO SPORT

Un pomeriggio di giochi all'insegna del divertimento

Si è svolta il primo giugno presso i campi sportivi di calcio e di tennis l'edizione mirabellese della Giornata Nazionale dello

Sport, rivolta ai bambini delle elementari e medie. L'organizzazione, a cura del Tennis Club Mirabello, dalla Mirabellese Calcio e dall'assessorato allo sport del Comune di Mirabello, ha previsto un intero pomeriggio di attività sportiva tra racchette da tennis e

campi di calcio. La giornata, ormai estiva, ha permesso così a circa una ottantina di giovanissimi di cimentarsi in partitelle tra amici, grandi e piccoli.

F.L.

Calcio

IL MIRABELLO CONQUISTA LA SALVEZZA

La permanenza in Prima categoria è stata ottenuta solo dopo aver disputato i play out

E' grande la soddisfazione del Mirabello Calcio per avere ottenuto nel mese di maggio la salvezza, dopo aver disputato con cuore e tanta grinta le due partite nei play off contro la Laghese. Dopo un girone di andata poco produttivo ed un morale piuttosto basso aleggiante nell'intero spogliatoio, si sono visti segnali di miglioramento con l'arrivo dell'allenatore di Ianco Gadda: alcuni risultati positivi...e la situazione è leggermente migliorata, fino allo scontro diretto perso in casa con l'ultima del campionato, evento che ha condannato ai play out i giallo blu. "L'aver ottenuto salvezza è per noi come aver vinto il campionato" afferma con orgoglio il presidente Chiericati, che non si sbilancia sui futuri programmi societari.

F.L.

Tennis

CORSI DI TENNIS

Il T.C. MIrabello, come sua tradizione, organizza l'annuale corso di avvicinamento al tennis per ragazzi delle scuole elementari e medie, che avrà luogo da lunedì 16 giugno a venerdì 20 giugno dalle ore 9.00 alle ore 12.00. Gli iscritti dovranno presentarsi con scarpe da tennis, pantaloncini e berretto. La racchetta

sarà fornita dal T.C. Il corso sarà tenuto da Andrea Morelli. I genitori dovranno prendere visione del gruppo e dell'ora di gioco del proprio bambino, visionando l'elenco che sarà esposto dal giorno 14 giugno preso il bar pasticceria La Fenice nonché presso la sede del T.C. al campo tennis. Referente: Cosimo Crepaldi (telefono 328 - 7557044).

Nuoto

LUGLIO IN PISCINA

Dal 20 al 27 giugno verranno aperte le iscrizioni ai corsi di nuoto estivi organizzati dalla Fortitudo Mirabello. Si tratta di una attività sportiva e ludica, che si svolgerà presso la piscina comunale di Finale Emilia per tutto il mese di luglio, tre giorni alla settimana. Le iscrizioni si potranno effettuare presso la sede dell'associazione in via Malvezzi 7.

Eventi

E SOTTO LE STELLE, UN PREMIO AGLI SPORTIVI

Il prossimo 7 giugno alle 21,15 presso i giardini pubblici, durante la manifestazione "Moda sotto le Stelle di Mirabello" verranno premiati tre sportivi locali che si sono particolarmente distinti nella loro attività. Si tratta infatti di un premio speciale destinato ai mirabellesi che hanno fatto da ambasciatori nel mondo del proprio paese. Auro Scacchetti, presidente di Mirabello sotto le Stelle, spiega così l'iniziativa, già in atto da alcuni anni: "Si tratta di un riconoscimento destinato a tutti coloro che sportivi, imprenditori o artisti… hanno fatto parlare del nostro paese oltre i confini provinciali". Ecco quindi i premiati: per il basket Emanuela Benatti; per il ciclismo Samuele Schiavina e per il calcio Andrea Polmonari. Nell'ambito dell'arte un altro riconoscimento analogo verrà destinato a Paolo Franceschini, cabarettista e comico, che ha partecipato giungendo in semifinale alla trasmissione televisiva" "Stasera mi butto".

F.L.

Ciclismo

QUELL'ARZILLO VECCHIETTO DEL GIRO D'ITALIA

Conclusa la 91° edizione della corsa ciclistica più amata

99 anni, 91 edizioni. Il Giro d'Italia è un vecchietto arzillo che anche quest'anno dal suo bastone ha tirato fuori magiche prodezze facendo appassionare altri italiani ed emozionando ancora gli habitué. Da Palermo a Milano sono forse stati i più duri 3430.4 km delle ultime edizioni ma soprattutto hanno lasciato col fiato sospeso fino all'ultimo metro. Lo spagnolo Contador è dunque il proprietario della maglia rosa nonostante un piccolo giallo che ha investito il Giro. "Non è vero che prima di venire qui era in vacanza al mare – aveva detto il giovane modenese Riccò, poi 2° meritatissimo sul podio finale – cosa faceva il bagnino? Certo che lo iodio gli ha fatto bene!". Scanzonato, un po' sfacciato, il Giamburrasca di Formigine è quello che è più piaciuto al pubblico mentre al 3° posto è salito Bruseghin, gregario con i gradi da capitano, allevatore di asini e viticoltore a tempo perso. Vivere questo Giro d'Italia è stata una vera magia, una corsa rosa che non si vedeva da tempo, che al di là delle abili gesta sarà ricordato per le tante istantanee di vita e di veri valori sportivi mostrati a milioni di persone. Da Palermo a Milano è stato dunque un serpentone di pubblico ad aspettare il Giro, persone che apparecchiavano in giardino, case vestite di rosa, bimbi, genitori e nonni assieme in scampagnate fuori porta, signori infreddoliti sulle cime più alte per vedere i propri beniamini, e il gioco dell' "acchiappa la borraccia" ancora pienamente in voga, divertenti striscioni inneggianti e la costante presenza di Pantani, il grande assente, sempre presente. E poi gli atleti, primattori, a volte gladiatori contro un destino avverso. E' il caso di Savini, che dopo una caduta e un ginocchio rotto, dolorante è voluto risalire in sella.

Il modenese Riccardo Riccò

O del campione olimpico e mondiale Bettini che si è calato nelle vesti di gregario per scortare al meglio il giovane Visconti in maglia rosa. O dei tanti in ombra aiutanti dei capitani che si sono trasfomati in vincenti astri di un brillante Giro. Una corsa a tratti eroica con la magia dello sterrato della cronoscalata di Plan de Corones, fatta di motostaffette con meccanici e bici a tracolla ma anche all'insegna della solidarietà sportiva di ciclisti in difficoltà ed ammiraglie ''avversarie'' a venirgli in aiuto. Forse quel famoso cambio generazionale di cui si parla da anni nel ciclismo che è avvenuto proprio in questo 2008 appassionando ancora di più la gente, richiamandola ad aspettare il Giro fuori dalle case o in cima ai monti, dove solo le aquile osano. Insieme ai ciclisti.

LAURA GUERRA

LA MAGIA DEL GIRO STREGA PILASTRI

Breve resoconto di uno storico evento

Bandierine italiane sventolanti, gli urletti dei bambini ad ogni auto con il marchio del Giro d'Italia e gli occhi dei curiosi puntati su di noi. E' così che si presentava la località Pilastri lo scorso 23 maggio in un caloroso benvenuto alla carovana rosa di passaggio, un mordi e fuggi che però è stato atteso per ore e salutato in un lampo. "Sai, è da moltissimo tempo che il Giro non passava di qui" dicevano i nonni ai bambini mentre le mamme si fermavano dai camioncini pubblicitari a comperare magliette e cappellini rosa per agghindarci i piccini ignari. Tutti rigorosamente in rosa, tutti ai bordi della strada, seduti sul ponte o su quel paracarro che divenne famoso per via di una canzone, tutti in una frenetica attesa di sentire il rumore delle ruote e il vento dello sfrecciare del plotone. Eccola, la carovana pubblicitaria che apre le danze con i suoi clacson e gli 80 mezzi pittoreschi. Passa un'ora ed ecco anche l'auto apri corsa. I bimbi delle elementari intonano l'inno di Mameli ed alle 13.40 spuntano Buffaz (Cofidis) e Agirre (Euskatel) i due fuggitivi che passano tra gli applausi ed i flash mentre il gruppo si fa attendere qualche minuto prima di esplodere in tutta la sua colorata irruenza. Si riparte, da Modena dopo il pit stop a Pilastri, ci dirigiamo dunque verso Cittadella per ammirare il giovanissimo Cavendish dominare la volata. Questo è il Giro a Pilastri, una forte emozione da vivere, un bel ricordo da raccontare, in istantanea da mostrare.

LAURA GUERRA

IVAN BALYKIN CONTINUA LA SCIA VINCENTE

Il ciclista juniores della Stella Alpina vince in Romagna a Villa San Martino e Forlì

Sono già a quota 3 le vittorie messe in saccoccia da Ivan Balykin, lo juniores della Stella Alpina. Già l'anno scorso si era rivelato più che promettente nelle specialità della pista che gli hanno permesso di entrare nel giro della nazionale e quest'anno sta dando i frutti aspettati. Dopo la vittoria a Montecchio ecco che ha calato il tris d'assi aggiungendo i recenti successi di Villa San Martino e Forlì. Evidentemente l'aria di Romagna avrà dato al russo una marcia in più, tanto da azzeccare la fuga buona e regolare il grappolino di atleti senza troppe difficoltà in entrambe le prove.

LAURA GUERRA

Pattinaggio

UN POMERIGIGO DI FESTA

Il 31 maggio grande finale di stagione alla festa del pattinaggio

Nel pomeriggio di sabato 31 maggio ha avuto inizio la Festa del pattinaggio sulla pista del motovelodromo di Corso porta Catena a Ferrara con la specialità della corsa. L'esibizione è stata organizzata dalla Società Cassana Ariostea e dagli allenatori Silvagni e Rimessi per un pomeriggio di divertimento. A seguire si è svolto il Memorial Giuliano Cannella, ex portiere di hockey e m,aestro di canto presso il Conservatorio di Ferrara. Sono scese in campo la Fortitudo Bologna e l'Estense Hockey, che terminati i loro campionati hanno ingaggiato una bella sfida per la conquista del prestigioso trofeo. Dopo la gara è giunto il momento di "l'Artistico in festa" con l'esibizione dei Pattinatori Estensi. Molto il pubblico che ha ammirato le prodezze dei nuovi talenti ferraresi delle quattro rotelle…Un ulteriore motivo di festa per l'associazione è stata la riconferma a sponsor della Cassa di Risparmio di Ferrara e della ditta Corazza Costruzioni di Vigarano. Il loro sostegno permetterà così agli allenatori di preparare al meglio i propri atleti in vista degli importanti appuntamenti regionali, nazionali ed internazionali.

La Curiosità

BOSCO PANFILIA, SETTING PER RIEVOCAZIONI STORICHE

Alberto Angela sceglie i boschi santagostinesi per la ricostruzione della legione di traiano

"Ulisse-Il piacere della scoperta" – programma televisivo di divulgazione storica ideato e condotto da Alberto Angela ed inserito da anni nel palinsesto di Rai Tre – dedicherà nel prossimo mese di settembre una puntata alla rievocazione della vita dei legionari romani e alle operazioni militari dell'imperatore Traiano collegate alla conquista della Dacia, quell'area a nord del Danubio oggi corrispondente alla Romania. Ma è curioso, tuttavia, constatare che la scelta del paesaggio naturalistico più appropriato alla narrazione televisiva di quelle vicende sia ricaduta sull'area di riequilibrio ecologico "La Bisana" prospiciente a quella del Bosco Panfilia, nei pressi di Sant'Agostino. L'area ha ospitato la ricostruzione dell'accampamento romano e tutto ciò che vi ruota attorno dall'1 al 4 maggio scorso: dalla vita da campo al montaggio tende, dallo scavo del fossato alla riprese della battaglia conclusiva. I legionari romani erano rappresentati dal gruppo "Legio I Romana" di Villadose (Rovigo), articolazione del movimento di Archeologia sperimentale sorto sempre nel centro rodigino mentre i Daci sono stati personificati da gruppi di cultura celtica provenienti da Torino, Milano e Ferrara, questi ultimi attraverso l'esperienza dei Lingones. "La Legio I Romana – ha raccontato Alberto Angela al nostro periodico – è costituita da un gruppo di archeologi sperimentali, che conoscono molte cose che sfuggono all'archeologo classico perché vivono la vita dei legionari. In questa puntata spieghiamo cosa significava all'epoca seguire una legione, uno dei temi che volevamo sviluppare: Bosco Panfilia è un luogo che ci è stato indicato come abbastanza simile a quello tipico della Dacia. Naturalmente abbiamo avuto il beneplacito delle autorità sovrintendenti l'area tutelata, adeguandoci alle normative, così da ricreare un pezzo di storia ormai scomparso". La troupe televisiva presente nei quattro giorni di ciak ha ripreso ogni momento di vita dei legionari romani, all'interno di un suggestivo angolo paesaggistico immerso nel verde della foresta golenale condiviso da vari comuni del territorio.

AUGUSTO PARESCHI

AUTOCASIONI
Acquistiamo Auto Usate da Privati
Passaggio di proprietà immediato
NOLEGGIO Rent Car
Auto, Pulmini, Furgoni a breve, medio e lungo termine
Convenzionato
europ assistance
VAI 24h
VENDITA
Autovetture e veicoli commerciali nuovi e usati con garanzia
Finanziamenti personalizzati
SERVIZIO AUTOFFICINA
Via Bologna, 189 - 44100 Ferrara - Tel. Fax: 0532.94999

Officina Meccanica
Mingozzi Franco & C. s.a.s.

- tagliandi multimarche
- riparazioni autovetture
- montaggi impianti gpl-metano
- servizio gomme
- fatturazione trasparente
- check-up completo
- revisioni
- auto sostitutiva
centro revisioni autorizzato bollino blu
servizio autorizzato
BOSCH Service
Via Poletti, 14/b - 44100 Ferrara
Tel. 0532-769412 - Fax: 0532-791063

WELLNESS & COMUNICAZIONE

Prestare attenzione al mantenimento della forma fisica mediante un costante esercizio motorio o un' assidua pratica sportiva sia amatoriale che agonistica è il risultato di un'azione educativa, informativa e formativa sulla persona verso cui anche il periodico Sport Comuni si sente responsabile. Ecco una breve sintesi dei quattro convegni che sono stati organizzati dal nostro mensile in occasione del RiminiWellness

"LO SPORT FATTORE DI CRESCITA UMANA E PROFESSIONALE"

"Lo sport è un fattore di crescita umana e professionale, ma esige sempre più la formazione integrale della persona o perché protagonista del gesto tecnico o perché operatore o volontario collaboratore dell'organizzazione sportiva". Francesco Franceschetti e Alessandro Bortolotti, docenti, rispettivamente, di Teoria, tecnica e didattica degli sport individuali e di Pedagogia del corpo presso la facoltà di Scienze motorie dell'Università di Bologna, ne hanno discusso il 15 maggio scorso presso il quartiere fieristico di Rimini, durante la prima edizione del ciclo di conferenze sul tema "Wellness & Comunicazione – La comunicazione del benessere psico-fisico nello sport fra psicologia, medicina, attività motoria e agonistica", organizzata dal periodico Sport Comuni, in collaborazione con Ussi (Unione stampa sportiva italiana), e col patrocinio del comitato provinciale Coni di Rimini.

Francesco Franceschetti e Alessandro Bortolotti

Franceschetti ha spaziato a 360° sul significato odierno del concetto di sport "che oggi ha assunto una valenza caleidoscopica" e sui fattori che determinano il miglior "rendimento possibile" di un atleta, sia sul piano tecnico, psicologico, agonistico, sia su quello etico e morale. La formazione degli operatori richiede, perciò, l'acquisizione di maggiori competenze pure in campo educativo. Se la sedentarietà è il risultato di comportamenti e di stili di vita indotti anche dalla nuove modalità di organizzazione del lavoro, ha osservato Franceschetti, la domanda d'attività fisica e motoria che ne conseguirà, si configurerà tuttavia entro un rinnovato concetto di sport. "Fare sport – ha ricordato – è diventato così anche necessità che va a toccare sfere multiformi della socialità, che, per forza di cose, debbono essere trattate trasversalmente da più enti e organizzazioni sociali e istituzionali». Bortolotti, ospite della giornata, ha integrato, infine, la relazione del collega, sia valorizzando la dimensione ludica, sia prospettando le potenzialità insite nel settore scolastico, dal quale diffondere messaggi universali di convivenza civile, di cui lo sport stesso è autentico portatore.

AUGUSTO PARESCHI

LA "BUONA" COMUNICAZIONE NEL PIANETA MEDIA

Prestigio, autorevolezza, credibilità. Sono queste le parole chiave utilizzate per il rilancio della professione giornalistica. Una necessità avvertita anche dall'Unione stampa sportiva italiana (Ussi), gruppo di specializzazione di Federstampa che si pone a servizio e tutela della libertà d'informazione in un settore fortemente provato, di recente, da degenerazioni di varia natura. Ne ha parlato, Alberto Bortolotti, 50 anni, vice presidente nazionale, figlio d'arte (il padre, Rino, fondò il quotidiano Stadio, con lo zio Adalberto ex direttore della stessa testata nonché del Guerin Sportivo), durante il convegno Wellness & Comunicazione – La "buona" comunicazione nel pianeta media, organizzato il 16 maggio scorso dal periodico Sport Comuni, in collaborazione con Ussi e col patrocinio del comitato provinciale Coni di Rimini. "L' Ussi – ha precisato – offre ai suoi associati strumenti per lavorare meglio, certificandone, nel limite del possibile, la professionalità; predispone seminari formativi, come quello organizzato nell'ottobre scorso a Coverciano, chiamando a raccolta docenti quali Collina, Lippi, Sacchi, Peruzzi e Ferrara per parlare di regolamenti tecnica, tattica e rapporti coi calciatori; e tutela l'utente quando ci fossero fondati presupposti che l'attività giornalistica sconfini oltre il codice deontologico". "Il prodotto editoriale è fatto per essere venduto – ha proseguito Bortolotti –. Il giornalista fotografa la realtà, la commenta e, se fossero in gioco le libertà fondamentali, è chiamato a rilasciare giudizi netti e taglienti anche attraverso prese di posizione basate su dati oggettivi e scevre, possibilmente, da retro pensieri di natura politica e economica o da simpatie/antipatie: il giornale, quindi, non è strumento di cambiamento sociale, e il giornalista, di converso, non è il predicatore". Il mondo giornalistico è profondamente mutato con la fruizione multimediale, l'avvento di nuove piattaforme radiotelevisive e rinnovati modelli di lavoro. Ne consegue, secondo Bortolotti, anche un abbassamento della qualità dell'informazione, che dovrà far i conti, peraltro, anche con un basso indice di lettura presente nel nostro Paese, rispetto alla media dell'Unione Europea. "L'esclusione dal processo di costruzione della comunicazione di persone che non rispondono ai canoni estetici della bellezza, come richiede il mezzo televisivo, fa un po' paura quando raggiunge alcuni eccessi" , ha avvertito poi il vice presidente nazionale Ussi, che ha ricordato, infine, la civiltà del sistema sportivo statunitense in materia di rapporto fra sport e informazione: "Là, un'atleta, ha l'obbligo di parlare ai media e, al contempo, la società viene obbligata a favorire l'accesso dei giornalisti nella struttura", una prassi, questa, che riduce ai minimi termini l'utilizzo del cosiddetto "silenzio stampa", sempre un brutto colpo alla libertà di stampa e d'informazione.

Alberto Bortolotti

AUGUSTO PARESCHI

IL RUGBY UNA METAFORA DI VITA: IL BENESSERE NEL GRUPPO

Tema del convegno di sabato quattordici maggio era "star bene nel gruppo: il rugby come metafora organizzativa". Si è portato l'esempio uno sport che già da qualche anno in Italia risulta in costante crescita, sia per seguito che per numero di praticanti. Il rugby, infatti, è un gioco di squadra complesso. I relatori Carlo Castagnola, (consulente per Bosh Italia per il ramo formazione aziendale ed ex rugbista), e l'ospite Edgardo Venturi, (ex giocatore di serie A del Rovigo e della Nazionale italiana ed attuale presidente dell'Ova Rugby), partendo dalle loro esperienze sul campo, hanno spiegato concretamente come questo sport possa definirsi una metafora di vita: la lotta, il fango, lo spirito di squadra, la fatica, il rispetto delle regole sono, assieme ad una sana grinta che mai sfocia in violenza contro l'avversario, le peculiarità del rugby.

Edgardo Venturi

Esse sono talmente radicate da aver dato vita ad una vera e propria cultura sportiva. "Il rugbista – sostiene Castagnola – riconosce facilmente un altro rugbista, perchè sono entrambi accomunati, indipendentemente dalla nazionalità o dal livello tecnico raggiunto in attività, da un medesimo spirito: si tratta del *sostegno* che permette ai bambini, fin dai primi tocchi, di comprendere l'importanza del gruppo e dei propri compagni. Chiunque abbia giocato almeno una partita di rugby, la porterà nel cuore come una straordinaria esperienza". Inoltre questo sport insegna che "la forza non basta per vincere una partita o un contrasto; occorre molto di più, come conoscere i meccanismi della propria squadra e fidarsi del proprio compagno, ad esempio durante i passaggi, dove la palla ovale viene diretta al compagno rigorosamente 'all'indietro'".

E' necessario quindi fidarsi e "sentire la sua presenza". Venturi ha portato esempi di come sia cresciuto sportivamente e poi professionalmente attraverso il concetto di "lavoro di gruppo". Chi ama il gruppo è disposto a sacrificarsi per esso: è stato portato l'esempio di un capitano che per spronare i propri compagni, dopo una sconfitta, ha affrontato da solo tutta la sua squadra, pagando così il momento difficile del gruppo, estremo esempio di amore per i colori indossati. Castagnola ha poi raccontato un episodio significativo riguardante la motivazione. Ha ricostruito l'incitamento di un allenatore gallese ai suoi giocatori prima di una importante partita contro l'Inghilterra: negli spogliatoi ha ricordato ai suoi ragazzi l'importanza della sfida affermando che in quella partita giocavano contro gli eredi di coloro che hanno conquistato le loro terra, sfruttandola e prendendosi le loro donne...le parole del mister hanno fatto venire fuori tutte le qualità dei gallesi, che punti nell'orgoglio hanno ottenuto una netta vittoria. Relatore ed ospite hanno spiegato anche l'importanza sportiva del terzo tempo: si tratta quasi di un rituale, serve per sancire la fine delle ostilità durante la partita ed è il momento in cui i giocatori avversari si ritrovano a stringersi la mano e a mangiare assieme, spesso come vecchi amici. Castagnola ha infine illustrato anche le applicazioni del rugby nella formazione per manager, l'ultimo scenario apertosi di uno sport che ha molto da dire…a tutti. Esso si basa nel ricreare situazioni di gioco particolarmente significative riconducibili ad esempio al concetto di gruppo. E' anche da questa applicazione che sui comprende come il rugby inteso come sport di squadra comunichi benessere.

Carlo Castagnola

FRANCESCO LAZZARINI

IL SELF TALK

Mario Testi

Il convegno di domenica diciotto maggio ha puntato la propria attenzione sul self talk. Relatrice la professoressa Marisa Antollovich, presidente del Cerps (Centro emiliano romagnolo di psicologia dello sport), coadiuvata da Mario Testi, uno dei più rappresentativi sportivi ferraresi in svariate discipline dell'atletica, decatleta ed ora professore di educazione fisica e giornalista per servizi trasmessi su Sky e di altre varie testate. Come si allena il fisico per la riuscita della competizione così è possibile svolgere un analogo lavoro anche con la mente. Bisogna tuttavia essere in grado di utilizzare le tecniche adatte, tra cui il self talk. Esso parte dalla domanda: cosa si dicono gli atleti durante la competizione sportiva? Le ricerche hanno mostrato che a volte basta una parola chiave per ottimizzare la resa dell'atleta. Tra le regole per "parlarsi" in modo proficuo emerge l'impiego di concetti positivi e mai negativi: se un atleta ha paura di cadere e si impone di non cadere, rischia maggiormente rispetto a chi si concentra nell'esecuzione tecnica del proprio passo. Infatti dirsi di non pensare una cosa è proprio il modo migliore per ottenere l'effetto indesiderato!

Analogamente l'atleta che si immagina di fare sempre canestro e di vincere ogni gara, parte mentalmente svantaggiato da chi settimana per settimana cerca di migliorare il proprio gesto tecnico, analizzando e parlandosi in modo tale da trovare la parola giusta per migliorare la sua impostazione di tiro. Una parentesi finale è stata dedicata alle relazioni tra l'allenatore e i propri atleti: le sue parole, azioni e modi di relazionarsi con loro sono motori per sviluppare (o reprimere) le loro potenzialità. Sono stati poi riportati esempi di realtà in cui l'atleta è sottoposto a grandi stress, dovuti a cattivi atteggiamenti e comportamenti da parte dell'allenatore.

FRANCESCO LAZZARINI

Marisa Antollovich

Eventi

UN VIAGGIO NEL PIANETA WELLNESS

Dal 15 al 18 maggio Rimini è tornata il punto di incontro di tutti gli amanti del fitness

All'attento osservatore che passeggia per Rimini Wellness viene offerta l'opportunità di analizzare i comportamenti del popolo degli amanti del fitness. Quest'anno i visitatori hanno formato una vera e propria marea umana (centotrentamila secondo le stime diffuse dagli organizzatori). Si è trattato di una eterogenea popolazione, dalle mille sfaccettature: in prevalenza giovani, ma anche persone di mezza età, molti sportivi dai fisici palestrati, innumerevoli manager – non è un caso, date le trecentotrenta le azienda espositrici –; tutte persone, in definitiva, interessate a scoprire le tante novità proposte dal pianeta benessere. Benessere?

"No: wellness per la precisione!" Ma in cosa consiste? Inevitabilmente ci si è posti questa domanda all'ingresso della fiera. Per cercare di dare una risposta esauriente è stato necessario visitare ogni padiglione, osservando le tante differenti specialità e prendendo visione dei tantissimi prodotti esposti. Tuttavia appare evidente che molte attività proposte sono estremamente differenti tra loro: da step, walking e affini, si passa ad altre similari in acqua, ma, se ci si sposta di qualche metro, si possono osservare esibizioni di kung fu, danza, ballo e sambaterapia… o ammirare i muscoli e le vene dei body builders, presenti in qualità di testimonial di importanti aziende del settore degli integratori alimentari. In definitiva l'offerta finalizzata al raggiungimento del benessere fisico offre differenti strade, per raccogliere un numero sempre crescente di praticanti. Del resto appare impressionante la cura e l'attenzione al design che viene posta dai produttori di macchinari da palestra: l'attenzione viene

puntata non soltanto alla funzionalità degli strumenti, ma anche alla linea estremamente accattivante, dolce e colorata. Le loro funzioni sono in prevalenza rivolte allo sviluppo dell'apparato aerobico, a quello muscolo - scheletrico e degli arti inferiori e superiori. Altro elemento che contraddistingue la fiera è la musica. All'ingresso, in sala stampa e nei padiglioni riservati al fitness tradizionale aleggiano motivi tranquilli e rilassanti; sono spesso i celebrati successi di qualche stagione fa. In alcuni padiglioni, imperversa invece una musica incalzante, dal ritmo letteralmente assordante: viene accostata a quelle attività di "fatica", in cui per riuscire positivamente è necessaria una non indifferente forza di volontà e tanta carica emotiva.

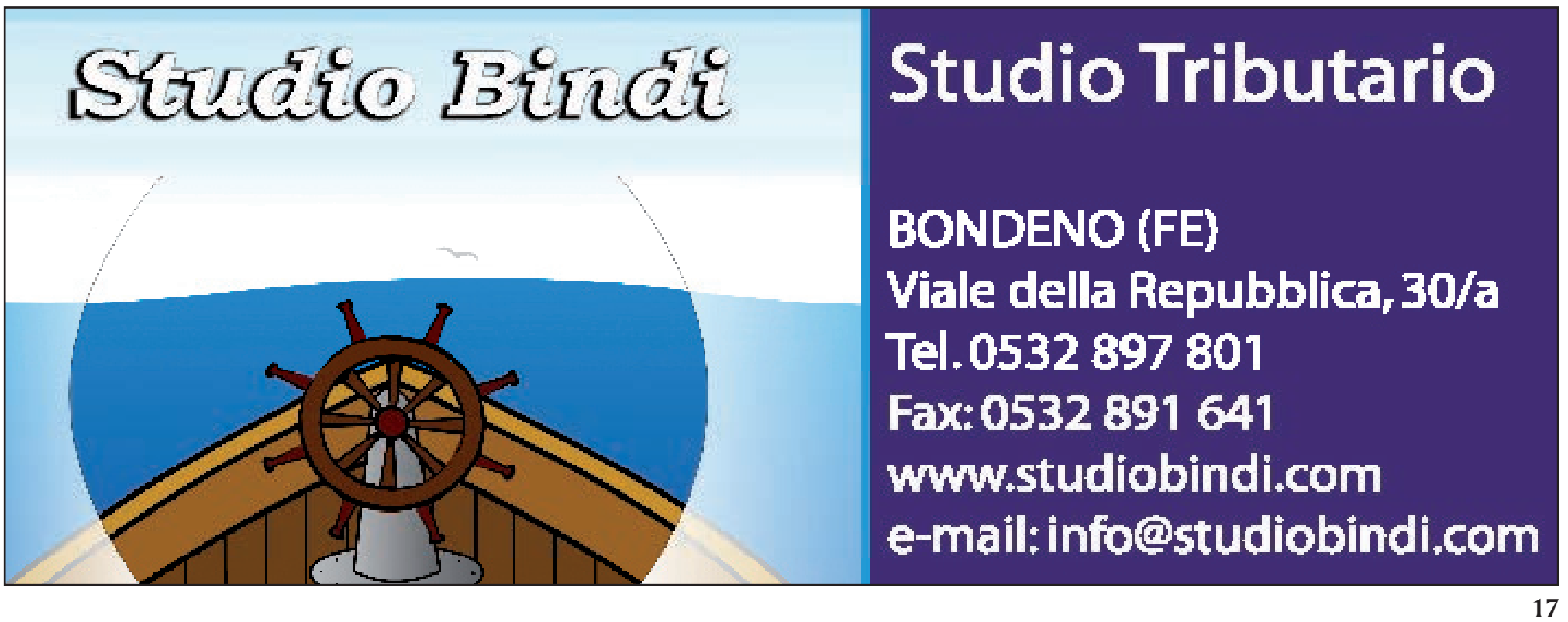
Nella frenesia della rassegna, non si possono poi ignorare le tante ragazze immagine sempre, sorridenti, professionali e moderatamente palestrate. Chi consulta i programmi e gli eventi, nota una interminabile lista di conferenze, che talvolta tocca tematiche incredibili, ed un po' surreali per tutti coloro che si ritengono comuni mortali: si passa dal metodo feldenkrais alle applicazioni della biogin-

nastica, ma anche alle tematiche legate alla comunicazione e al benessere, o ad incontri con personalità sportive Petrucci o svariati atleti di varie discipline. Tra i centotrentamila visitatori si sono messe in evidenza – e non può essere altrimenti – le partecipanti alle selezioni di Donnaventura, il programma di Rete Quattro basato sui servizi giornalistici effettuati in luoghi incontaminati da

cento aspiranti donne - reporter. In prevalenza ventenni, le ragazze si sono cimentate in prove di varia natura su percorsi abbastanza impegnativi, come la prova di guida o la gimcana. Il Biovillaggio si può definire un piccolo paradiso di benessere: una vera e propria oasi, ideale per rilassarsi e ricercare l'equilibrio del proprio corpo. Si tratta della ricostruzione di un giardino adiacente ad una spiaggia, in cui erba, sabbia ed acqua sono gli elementi predominanti, mixati assieme con magistrale equilibrio. Una lieve musica di sottofondo permesso ai tanti avventori di provare la bioginnastica. A cinquanta metri dal biovillaggio sorge poi, vero e proprio teatro di gare di alto livello: impossibile non notare il feeling e gli automatismi perfetti nei movimenti di tante coppie. RiminiWellness non poteva rinunciare ad accogliere celebrità: ecco allora qualche rappresentante del mondo dello sport come il ginnasta Igor Cassina, Aldo Montano e compagni della squadra di sciabola prossimi alla partenza per le Olimpiadi e poi Petrucci ed ancora un lungo elenco…

In conclusione? Dopo i quattro giorni di fiera e di ripetute osservazioni, il concetto di wellness esposto in fiera risulta ancora estremamente generico, in quanto si presenta come un enorme recipiente da cui ciascuno di noi può recuperare le attività ed i prodotti che predilige…Buona ricerca quindi!

FRANCESCO LAZZARINI



ACQUA E BILANCIO IDRICO

Seconda parte

QUALE ACQUA BERE?
Bere molta acqua è giusto e serve per eliminare sostanze tossiche e favorire la diuresi. E' giusto evitare l'acqua con alto contenuto di sodio (il sodio trattiene acqua nei tessuti) ma è ancora più giusto controllare che il valore del residuo fisso a 180° sia almeno inferiore a 50 : non conta nulla bere acqua con poco sodio se poi il residuo fisso è molto alto.
Il residuo fisso, parametro fondamentale per determinare la leggerezza di un'acqua minerale, consiste nella quantità di sostanze inorganiche (sali minerali) presenti ed è normalmente espresso in milligrammi per litro: si ottiene facendo evaporare l'acqua a 100° C, con successiva essicazione a 180° C : più è basso più l'acqua è leggera. Teniamo sempre presente che i sali minerali svolgono una importante funzione, sia per la contrazione muscolare, sia per il funzionamento del sistema nervoso.
Gli elettroliti o sali minerali sono importanti per :
- Omeostasi
- Processi metabolici
- Contrazione muscolare
- Funzione del sistema nervoso

Vediamoli nello specifico:
- Sodio (valore normale 138/140 mmol/l): importante per il mantenimento della pressione osmotica;
- Potassio (valore normale 4.09/4.73 mmol/l): importante per conduzione dello stimolo nervoso;
- Magnesio (valore normale 0.78/0.91 mmol/l): importante per la contrazione : la sua carenza può portare tremore e crampi muscolari;
- Calcio (valore normale 2.05/2.89 mmol/l): fondamentale per la contrazione muscolare;
- Fosfato (valore normale 0.97/1.13 mmol/l): importante per la produzione di energia;

La principale classificazione delle acque minerali è condotta proprio in base al residuo fisso e si distinguono quindi in:
-minimamente mineralizzate: se il residuo fisso non supera i 50 mg/l : acque leggere che facilitano la diuresi;
-oligominerali: non superiore a 500 mg/l: ottime acque da tavola;
-minerali: tra 500 e 1.500 mg/l: contengono molti sali e non devono essere bevute in quantità eccessive (fino ad un litro al giorno) e alternate con acque oligominerali;
-ricche di sali minerali: oltre 1.500 mg/l: meglio se prescritte dal medico;
-acqua indicata per diete povere di sodio: tenore di sodio < 20 mg/l;
Il residuo fisso di "Acqua Sant'Anna" (ad esempio) è pari a 39,2 milligrammi: ecco perché è molto leggera.
Altri dati importanti sono:
-PH: indica il grado di alcalinità e acidità: minore a 7 acqua acida utile per problemi digestivi, uguale a 7 neutra , maggiore a 7 alcalina riequilibra l'acidità dello stomaco.
- L'acqua deve avere il minor numero possibile di NITRATI o SOSTANZE INQUINANTI, max 45 mg/l per adulti e 10 mg/l per bambini. I NITRITI dovrebbero essere assenti ma il limite massimo consentito è 0,02 mg/l.
In base al contenuto di minerali possiamo distinguere:
- basso contenuto di sodio: Na < 20 mg/l: per diete povere di sodio;
- sodica: Na > 200 mg/l: stati do carenza di sodio o durante attività sportiva (influenza positivamente l'eccitabilità neuro muscolare);
- calcica: Ca > 150 mg/l: indicata per crescita, prevenzione di osteoporosi e ipertensione;
- magnesica : Mg > 50 mg/l : azione purgativa;
- ferruginosa : Fe > 1 mg/l : indicata per anemie da carenza di ferro;
- clorurata : Cl > 200 mg/l : azione lassativa o purgativa;
- solfata : SO4 > 200 mg/l : leggermente lassativa;
- fluorata : F > 1 mg/l : rinforza denti e previene carie;

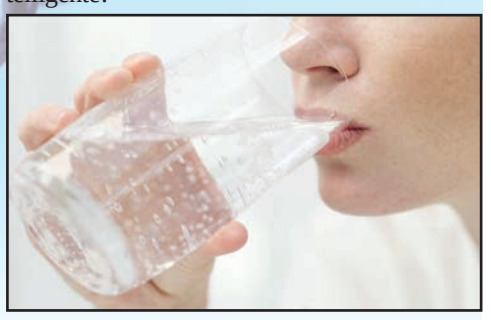
MARCA	RESIDUO FISSO A 180° mg/l	SODIO mg/l	PH
Lauretana	14	1,1	5,8
San Bernardo	35,8	0,65	6,9
Sant'Anna	39,2	0,9	7,4
Levissima	76,3	1,8	7,8
Fiuggi	123	7,05	7,2
Panna	144	6,4	8,1
Santa Croce	170,4	1,23	7,84
Rocchetta	179	4,66	7,8
Vitasnella	382	3	7,4

Dai dati raccolti e dalla tabella sopra riportata si evince che le prime tre marche riportate sono le acque più leggere , quindi consigliate per i pasti principali. Mi sento di consigliare tipi di acqua con alto residuo fisso solo durante l'attività fisica in quanto utili per reintegrare elementi persi con la sudorazione.
ACQUA GASSATA: le bollicine danno la sensazione di dissetare di più perché hanno un'azione leggermente anestetica a livello delle papille gustative, in parte responsabili della sensazione della sete. Non ha controindicazioni particolari , facilita la digestione e aumenta il senso di sazietà per dilatazione dello stomaco.
ACQUA PER NEONATI: un bambino in fase di crescita ha bisogno di molti sali minerali , è quindi consigliabile un'acqua con residuo fisso compreso tra 250/500 mg/l : i microelementi sono essenziali per lo sviluppo.
ACQUA E GRAVIDANZA: è utile raccomandare un'acqua che sia classificata in base al residuo fisso come "mediamente mineralizzata" , preferendo le acque definite calciche (tenore di calcio > 150 mg/l). Il bambino ruba un sacco di calcio e questa carenza può essere dannosa non per lui ma per la madre. Non è la sola copertura di acqua che soddisfa l'esigenza di calcio ma bere con intelligenza può fare solo bene.
ACQUA E TERZA ETA': possiamo dire che l'anziano non è capace di risparmiare acqua e facilmente incontra problemi di disidratazione. Poiché con l'età il meccanismo della sete è poco sensibile e la disidratazione dei tessuti aumenta è utile che anziani senza particolari problemi di salute bevano in abbondanza acqua minerale naturale con buona presenza di calcio (San Gemini calcio 328 mg/l , Ferrarelle 362 mg/l).
INDICAZIONI GENERALI: mai bere molta acqua tutta insieme , non disseta e può essere pericoloso per congestioni : bere a piccoli sorsi. Va bene bere a stomaco vuoto prima dei pasti soprattutto in regime di dieta. Fino a ½ litro di acqua durante i pasti non interferisce con la rapidità e la qualità della digestione:bere troppa acqua a pasto può determinare ritardi digestivi per diluizione di succhi gastrici.
Prima dell'esercizio fisico: la somministrazione di liquidi deve iniziare già prima dell'esercizio per garantire uno stato di idratazione ottimale nel momento dello sforzo. E' sconsigliato assumere grandi quantitativi di acqua semplice nei 45-60 minuti precedenti allo sforzo perché può stimolare la diuresi e la conseguente eliminazione di liquidi.
Durante l'esercizio: il reintegro dovrà tener conto:
- delle caratteristiche ambientali nelle quali si pratica il lavoro (temperatura, umidità, ventilazione)
- tipo di lavoro muscolare (pesante, leggero, di velocità o resistenza)
- indumenti usati.

L'apporto di 1/4 di litro ogni 15 minuti può comunque essere considerato ottimale.
Dopo l'esercizio: risulta importante assumere liquidi per evitare l'ipoidratazione cronica, per permettere il recupero delle scorte di glicogeno ed in generale per ristabilire una situazione di equilibrio interno all'organismo.
La bevanda ideale deve possedere diverse caratteristiche: innanzitutto deve avere un sapore gradevole, deve essere facilmente assorbibile ma senza causare problemi gastrointestinali e deve aiutare, per quanto possibile, l'ottimizzazione della performance.
Per essere rapidamente assorbibile l'acqua deve essere moderatamente refrigerata (circa 10°), non deve essere assolutamente iperosmolare e deve contenere una minima quantità di carboidrati (5-8%) non superiore al 10%.
Durante l'esercizio o per una forte sudorazione possiamo perdere fino al 2% del peso corporeo sotto forma di liquidi. Teniamo presente che :
- 1% disidratazione : calo di performance;
- 2% disidratazione : manifesto senso della sete;
- 5% disidratazione : crampi , debolezza;
- 7% disidratazione : malessere generale, profonda debolezza, allucinazioni;
- 10% disidratazione : rischio di colpo di calore

LO SAPEVI CHE... Si possono bere al massimo circa 9,5 litri di acqua al giorno. Superata questa soglia possono insorgere problemi anche piuttosto seri per la salute dovuti a marcata alterazione delle concentrazioni degli elettroliti nei fluidi organici (iponatremia). Esemplare il caso di una atleta morta, per encefalopatia iponatriemica, durante la maratona di Boston per avere bevuto 15 litri di fluidi durante le 5-6 ore della sua corsa.
Al contrario una perdita di peso sotto forma di liquidi può provocare:
1) 1% di peso perso = aumento temperatura corporea;
2) 3% di peso perso = diminuita performance fisica;
3) 5% di peso perso = disturbi GI, esaurimento del calore;
4) 7% di peso perso = allucinazioni;
5) 10% di peso perso = collasso circolatorio;

IL SUDORE: quando la temperatura sale (per effetto dell'esercizio fisico) la quantità di sangue che arriva alla cute aumenta e le ghiandole sudoripare aumentano la loro produzione di sudore. Queste una volta all'esterno, se le condizione lo permettono, evaporano e abbassano la temperatura corporea. Se le condizioni esterne non lo permettono, per troppa umidità o scarsa ventilazione, aumenta la produzione di sudore nel tentativo di abbassare la temperatura, e quindi la perdita di sali minerali. Ricordiamo che indumenti di Nylon non permettono l'evaporazione e fanno sì che la temperatura corporea aumenti sempre.
CONCLUSIONE: bevete, ma in maniera intelligente!



MAZZA MANUELE
Preparatore atletico
manuele.mazza@libero.it

SELF TALK

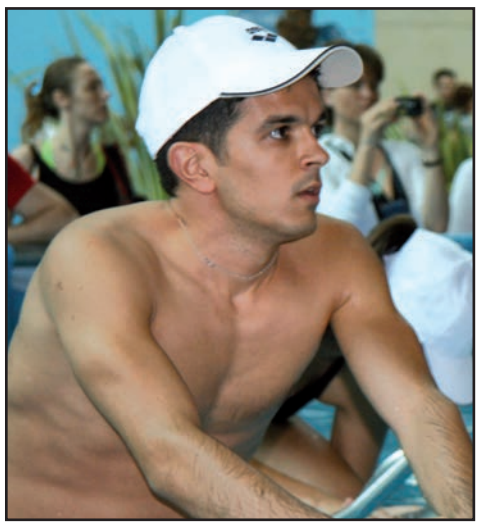
Parte I

A che cosa pensa un atleta quando è in gara? Esistono parole "magiche" che possono permettere di vincere?
Formule o parole che da sole possiedono il dono di farci vincere certamente non ci sono, ma è certo invece che il nostro modo di pensare e di parlarci, ha una reale influenza sul nostro modo di agire. Sappiamo infatti che il pensiero guida le nostre azioni, e che ogni nostro gesto poco prima di essere eseguito viene pensato; quindi meglio è stato pensato ed elaborato a livello mentale e verbale, meglio quel determinato gesto verrà messo in pratica ed eseguito.
L'atleta durante la sua attività sportiva deve apprendere e attivare molta gestualità fisica e solitamente ha anche un ricco linguaggio interiore, potremmo dire che è un esperto non solo di gesti ma anche di parole, e meglio le saprà usare, migliore sarà la sua prestazione atletica. Questo modo di parlarsi viene chiamato "Self Talk"(ST).
Tutti noi solitamente parliamo a noi stessi, quindi anche noi facciamo uso del Self Talk, soltanto che spesso non ne siamo consapevoli, oppure il più delle volte usiamo un linguaggio interiore molto elementare e ripetitivo, per esempio ci diciamo dove dobbiamo andare, oppure cosa fare, o cosa rispondere a determinate domande, e così via per buona parte della nostra giornata. La vita frenetica e il susseguirsi degli impegni possono avere come conseguenza l'impoverimento del nostro linguaggio interpersonale e di quello interiore. Avremmo in effetti bisogno di avere più tempo a nostra disposizione e momenti di tranquillità per recuperare il nostro sano "parlarci dentro" per farlo con calma e soprattutto con sincerità. Potremmo così dirci cosa pensiamo, come stiamo, cosa cerchiamo e desideriamo nella nostra vita, quali sono le nostre speranze e quali sono invece le nostre paure, lasciando che dal nostro interiore emergano parole e pensieri che ci possono aiutare a capire e a stare più presenti con noi stessi. Questo è quello che in definitiva fa anche l'atleta, soltanto che lo applica con più metodo e con maggiore impegno di quanto non facciamo noi nel nostro quotidiano.

A CHE COSA SERVE IL SELF TALK SPORTIVO ?

L'apprendimento di abilità

Pensiamo ad un atleta giovane che si avvia ad apprendere una specialità sportiva; dovrà imparare una successione di azioni e di movimenti complessi e insoliti per il suo standard di vita. A questo punto l'allenatore di solito gli spiega come dovrà fare uno specifico e determinato movimento atletico, poi eventualmente glielo fa vedere, il giovane atleta cercherà di impararlo ripetendolo diverse volte. Per eseguirlo l'atleta senza accorgersene userà delle parole che gli saranno da guida, inizialmente potranno



essere quasi identiche a quelle suggeritegli dal suo allenatore, per esempio "tendi le braccia" diventerà: "tendo le mie braccia" oppure: "fletti il busto" sarà per l'atleta: "fletto il mio busto", il: "concentrati sulla palla" "mi concentro sulla palla" e così via, in questo modo il nostro giovane atleta avrà adottato un linguaggio interiore che per il momento sarà molto simile a quello del suo allenatore. Successivamente imparerà a perfezionarlo, a farlo più proprio, più a sua misura, così per esempio alla frase "mi concentro sulla palla" potrebbe aggiungere :"Controllo il gioco", trovando in questo modo il suo personale linguaggio interiore, in modo da dirsi la stessa cosa, ma più perfezionata e adattata al suo impegno sportivo e così avrà trovato il suo personale Self Talk.

La correzione degli errori

A volte l'atleta può eseguire dei movimenti in maniera scorretta, e ripeterli automaticamente senza rendersene conto, oppure li svolge in maniera nervosa e con molta tensione, questo può causargli degli insuccessi o degli infortuni.
La prima cosa da fare in questi casi è correggere l'errore.
Ma tutti sappiamo quanto sia difficile correggere delle vecchie abitudini e quanto costi apprendere quelle nuove, perciò avere un buon metodo di correzione per chi pratica uno sport, diventa quasi indispensabile. Per correggere degli errori ormai consolidati, bisogna attivare inizialmente un controllo cosciente su quei movimenti che sono ormai eseguiti "in automatico", cioè fuori dalla propria consapevolezza o coscienza. Bisogna in qualche modo ripristinare il "programma mentale", quindi trovare altre parole per definire quel gesto, per correggerlo o per migliorarlo. In questa prospettiva, il ST è un metodo per "Deautomizzare" i movimenti e ricostruirne dei nuovi più funzionale e corretti. Per metterlo in pratica servirà un percorso un po' più complesso ma più fruttuoso, del semplice ripetere numerose volte in allenamento il gesto da correggere, che è comunque importante ed è da fare. Bisognerà a questo punto dell'allenamento fare partecipare la parte attiva e vigile della coscienza, che inizialmente sarà stata attivata verso il gesto corretto attraverso un percorso anche mentale in fase di rilassamento sotto la guida dello Psicologo Sportivo. In questo modo oltre a migliorare la prestazione dell'atleta si possono anche accorciare i tempi di apprendimento del gesto corretto, con minore fatica e con minor dispendio di energie.

Il controllo dell'attenzione

Una prestazione sportiva non è soltanto questione di muscoli, ma come abbiamo visto anche di testa, cioè di attenzione e di concentrazione.
La questione principale per l'atleta risiede nel sapere dove dirigere la propria attenzione, saper cioè scegliere gli stimoli importanti ed evitare quelli inutili o distraenti dalla sua prestazione.
Saper tirare il pallone nel momento giusto, per un calciatore è determinante almeno quanto lo è la sua forma fisica. Saper scegliere l'andatura giusta per un maratoneta è importante e funzionale per portare a termine con successo la sua maratona.
Esempi come questi se ne possono fare molti, perché sappiamo per esperienza che se non c'è la testa, c'è poco da fare, si rischia di mandare all'aria mesi e mesi di allenamento. Le distrazioni per un atleta che gareggia possono essere in effetti tante: il pubblico che fa il tifo, le azioni di gioco o di gara dell'avversario, le sensazioni interne quali la fatica fisica, la tensione o la paura di perdere, a volte le "distrazioni" possono essere dei veri e propri elementi di disturbo, soprattutto quando l'atleta non è in grado di collocarli nella giusta misura per dar loro il giusto significato.

Abbiamo detto che non esistono parole "magiche" che da sole fanno vincere, ma possiamo dire che è molto importante sapersi dire bene le cose che si devono fare, senza aggiungere niente di inutile o di distraente. Un linguaggio interiore adatto, essenziale, sperimentato con la pratica, può rivelarsi davvero utile in allenamento e in gara per farci rendere al meglio.. Per ottenerlo è importante fare pratica, parlarsi molto, e se possibile confrontarlo con l'allenatore e con lo Psicologo che ci potranno aiutare ad evitare qualche errore dettato dalla fretta o dalla poca obiettività. Come abbiamo visto il Self Talk è ricco di risorse, più di quanto non ci si immagini. L'importante è saperlo valorizzare. Nel prossimo numero analizzeremo come il "parlarci" può influenzare positivamente o negativamente un nostro risultato e come imparare a scegliere le parole giuste per ottenere una buona prestazione sportiva.

MARISA ANTOLLOVICH
Psicologa dello sport
antollovich@libero.it

LE ARTROPROTESI D'ANCA

LE ARTROPROTESI D'ANCA

L'artroprotesi d'anca (o protesi totale d'anca) è un'articolazione artificiale realizzata in leghe metalliche, materiali plastici e/o ceramiche, che sostituisce l'anca ammalata, eliminando la fonte del dolore in modo efficace e permanente.

L'intervento di protesizzazione dell'anca ha iniziato a diffondersi in tutto il mondo dal 1960. Prima di questa data era possibile solo la sostituzione di teste femorali troppo usurate con protesi di relativa semplicità. Il primo vero intervento è stato quello di J.Charnley eseguito con una componente femorale in metallo e una acetabolare in Teflon. Tale intervento ebbe esito negativo dovuto al rapido consumo del Teflon.

Negli ultimi anni la chirurgia protesica dell'anca si è evoluta: il chirurgo dispone di tecniche operatorie sempre più affinate che gli permettono di effettuare l'intervento di protesi d'anca con sicurezza e con notevole risparmio delle strutture anatomiche.

Le indicazioni si sono ampliate, l'età media dei pazienti da sottoporre all'intervento si è ridotta, le aspettative di vita notevolmente incrementate, creando al chirurgo una serie di problematiche talvolta di difficile soluzione.

Gli scopi di una protesizzazione di anca sono quelli di ottenere una "nuova anca" stabile, non dolente, con una buona articolarità che possa permettere al paziente di svolgere le proprie attività quotidiane senza particolari problemi; inoltre deve durare nel tempo e non determinare fenomeni di intolleranza.

L'intervento di protesi d'anca permette il recupero di una buona qualità di vita, con una sopravvivenza degli impianti che supera il 90% a 10 anni e permette di risolvere o alleviare sensibilmente la sintomatologia dolorosa e migliorare le capacità fisiche e le prestazioni motorie del paziente.

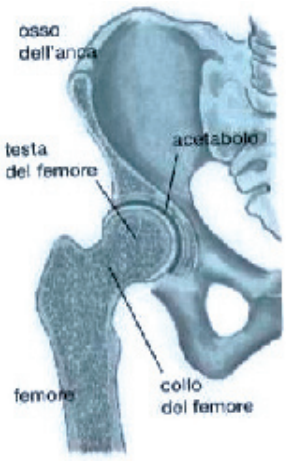
Gli interventi di sostituzione protesica dell'anca possono essere classificati in tre tipologie: la sostituzione totale o artroprotesi, che prevede di intervenire su entrambe le componenti articolari, femorale e acetabolare; la sostituzione parziale, comunemente indicata con il termine endoprotesi, riservata al trattamento delle fratture mediali del collo del femore, che permette di preservare l'acetabolo; la revisione, o riprotesizzazione, che prevede la sostituzione di un dispositivo precedentemente impiantato.

La protesi d'anca è costituita da alcuni elementi che sostituiscono funzionalmente le componenti acetabolare e femorale dell'articolazione fisiologica: il cotile, generalmente metallico, in cui viene posizionato un inserto di polietilene, ceramica, o metallo; lo stelo metallico sulla cui estremità superiore, denominata collo, viene inserita una testa metallica o di ceramica. Lo stelo e il cotile possono essere "fissati" all'osso utilizzando il "cemento" (protesi cementata) o come accade sempre più frequentemente, semplicemente "impattando" le componenti protesiche nella sede opportunamente preparata senza l'utilizzo di cemento (protesi non cementata). Queste ultime sono generalmente realizzate in titanio e presentano una superficie porosa per favorire la crescita di tessuto osseo ad avvolgere la protesi.

La qualità dell'osso, la morfologia femorale e acetabolare, l'età del paziente e le sue condizioni cliniche indirizzano la scelta del sistema protesico e del mezzo di fissazione.

ANATOMIA DELL'ANCA

L'articolazione coxofemorale (articolazione dell'anca) unisce il femore all'osso dell'anca. L'articolazione mette in rapporto l'acetabolo (cavità articolare dell'anca) con la testa del femore, che ha forma simile ai 2/3 di una sfera piena del diametro di 4 cm circa. Le superfici articolari non sono però esattamente corrispondenti e il labbro dell'acetabolo concorre ad ampliare la superficie articolare rendendola adatta ad accogliere la testa del femore, oltre che a contenere l'articolazione stessa. L'articolazione è avvolta dalla capsula articolare e da tre legamenti.



Il femore è un osso lungo che forma lo scheletro della coscia.

Nel femore distinguiamo un corpo e due estremità. Il corpo non è esattamente rettilineo ma presenta una concavità posteriore. L'estremità superiore termina con la testa sferica destinata ad articolarsi con l'acetabolo. La testa è sostenuta dal collo anatomico, alla cui base originano due robuste eminenze: il grande e il piccolo trocantere, uniti da una cresta intertrocanterica.

Immediatamente al di sotto del piccolo trocantere si trova il collo chirurgico, che segna la fine tra diafisi ed epifisi. L'estremità inferiore del femore presenta una vasta superficie articolare per tibia e rotula. La diafisi femorale (o corpo femorale) è formata da un astuccio di tessuto osseo compatto all'interno del quale è presente un canale midollare (dove viene alloggiato lo stelo protesico). Le epifisi sono invece costituite da una lamina superficiale compatta che avvolge un trabecolato spugnoso.

Mullins MM, Norbury W, Dowell JK, Heywood-Waddington M. Thirty-year results of a prospective study of charnley total hip arthroplasty by the posterior approach. J Arthroplasty. 2007 Sep;22(6):833-9.

- d'Imporzano M, Pierannunzii L. Minimally invasive Total Hip Replacement. J Orthopaed Traumatol. 2006 Mar;7(1):42-50.

- Mancuso CA, Salvati EA, Johanson NA, Peterson MGE, Charlson ME. Patients' expectations and satisfaction with total hip arthroplasty. J Arthroplasty. 1997 Jun;12(4):387-96.

DANIELE BOLOGNESI
Medico Chirurgo
Specialista in Ortopedia
danbolo@libero.it

COME ALIMENTARSI AL MEGLIO PRIMA DI UNA GARA

I "segreti" per essere competitivi

Nel numero precedente abbiamo visto come lo sportivo non necessiti di un'alimentazione "corretta" – integratori di diversa natura indicati come sostanze capaci di garantire prestazioni eccezionali – ma di una "corretta alimentazione", cioè cinque pasti in cui siano presenti in quantità giuste tutti gli alimenti capaci di apportare le sostanze nutritive necessarie.

Un problema specifico, per chi fa sport, è quello della corretta distribuzione dei pasti nell'arco della giornata. Questo articolo è perciò dedicato a cosa mangiare prima della competizione sportiva, senza dimenticare, però, l'alimentazione nei giorni precedenti la gara.

L'alimentazione, nei giorni che precedono la gara è, infatti, importantissima in quanto consente di arrivare alla gara nelle migliori condizioni e ottimizzare la disponibilità del materiale energetico.

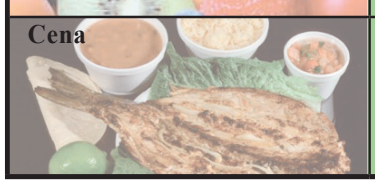
In particolare curare l'assunzione di:

- carboidrati complessi: pane, pasta;
- vitamine del gruppo B: carne, pesce, uova;
- aminoacidi ramificati: coniglio, pesce, formaggio;
- acido oleico: olio extravergine di oliva;
- creatina: carne, pesce;
- carnicina: petto di pollo, tacchino, cavallo, latte, yogurt, formaggio;
- antiossidanti: verdura, frutta;

Questi alimenti, peraltro, fanno parte di una alimentazione equilibrata.

L'unica variabile per chi fa sport è la quota dei carboidrati complessi – pane, pasta, riso, patate, crackers, biscotti – che deve essere aumentata nei 2-3 giorni prima della gara: in questo modo avremo la massima disponibilità di glicogeno muscolare, fondamentale per ottenere una buona prestazione.

Un esempio di un'alimentazione ricca di carboidrati complessi può essere quella portata in tabella:

Colazione	Latte, biscotti, cereali o pane con marmellata, oppure spremuta di frutta con 1 fetta di torta casalinga e 4 fette biscottate con miele; oppure tè o succo di frutta, toast con prosciutto e formaggio, oppure uovo alla coque, yogurt, biscotti, miele, bevande calde
Spuntino di metà mattina	Un frutto grande e yogurt, oppure 1 fetta di pane con miele
Pranzo	Pasta al pomodoro o al sugo di verdure con formaggio grattugiato, carne magra o prosciutto crudo magro, verdure miste, pane, frutta e crostata
Spuntino del pomeriggio	Frutta o succo di frutta con qualche biscotto secco
 Cena	Pasta al pomodoro o riso con olio extravergine di oliva e formaggio grattugiato, carne magra o pesce magro o prosciutto crudo o cotto, pane, verdura, frutta e dolce

Ma ritorniamo al giorno fatidico: in generale una impostazione alimentare corretta prevede una abbondante colazione che copra almeno il 25-30% delle calorie totali della giornata; un pranzo non particolarmente elaborato e controllato nella quantità -20-25%, ma ricco di carboidrati e con pochissimi grassi (ad esempio un "monopiatto"): il tipico piatto di pasta al sugo, è l'ideale. La cena può essere abbastanza libera, se non si gareggia ovviamente nella serata; non dimentichiamo, infine, un paio di spuntini -10-20%- a metà mattina e metà pomeriggio la cui collocazione temporale è strettamente legata all'ora della competizione.

L'ultimo pasto prima della gara può essere determinante per il risultato finale: deve essere leggero in modo da lasciare il massimo di energie disponibili senza che la digestione sia impegnativa e va consumato dalle due alle tre ore prima della gara, il tempo di digestione varia da persona a persona e dipende da molteplici fattori.

Le persone particolarmente nervose o ansiose, per calmare lo stomaco, possono ricorrere mezz'ora prima della gara ad un frutto o uno yogurt scremato o una fetta di pane integrale e nulla più.

Un'ultima considerazione: è diffuso il credo secondo il quale arrivare digiuni prima dell'impegno sportivo, aumenti le prestazioni. In effetti i nostri antenati erano sicuramente più vigili e pronti nei riflessi nei periodi in cui il cibo scarseggiava e lo stesso si può dire negli animali affamati, capaci di compiere sforzi che i nostri animali domestici non si sognerebbero neppure; tuttavia è stato dimostrato che il digiuno, riducendo le scorte di glicogeno nel fegato, porta ad uno stato ipoglicemico, soprattutto nello sforzo prolungato, con conseguente calo delle prestazioni.

Nel prossimo numero entreremo più nello specifico analizzando come deve essere il pasto prima della gara, a seconda che questa sia di mattina o di pomeriggio o in serata, e come ci si deve alimentare durante e dopo la competizione sportiva.

Rubrica a cura del dr. Lucio Andreotti medico specialista in scienze della nutrizione.

InformaSalute – Periodico dell'Azienda USL di Ferrara
Giugno 2008
Direttore Responsabile: Fosco Foglietta
Redazione: Ufficio Comunicazione Az. USL
Responsabile: Simonetta Beccari
Hanno collaborato: F. Camurri
Tel. 0532 235.672/872 e-mail: comunicazione@ausl.fe.it

ATTIVITA' MOTORIA E PARAMORFISMI

Parola d'ordine: prevenzione

L'odierna antropologia fa emergere la stretta unità dell'uomo considerandolo nella sua esperienza operativa e psicologica.

L'essere umano è considerato in evoluzione, cioè in quotidiano divenire, in continua costruzione; il carattere relazionale della persona emerge pertanto dal suo essere collocato nel mondo.

La corporeità designa una dimensione intrinseca dell'essere umano che appartiene alla nostra stessa esperienza. Il corpo è l'uomo stesso che si realizza nella presenza vissuta con gli altri e il mondo della natura; ma la corporeità è anche espressione del mondo e degli altri nei confronti del singolo.

Non vi è dubbio che fin dai primi attimi della nostra vita il movimento è ciò che ci proietta nel mondo: i nostri sensi (gusto, olfatto, tatto, udito e vista) sono lo strumento per relazionarci con esso.

Non sempre però nel corso dei secoli l'attività motoria è stata considerata a tutti gli effetti espressione dell'essere, sua necessità per interagire con ciò che lo circonda; si può affermare che oggi la motricità sia considerata un bisogno (e come tale deve essere soddisfatto per produrre un bene, che di solito è economico).

Il problema di fondo riguarda comunque la ridotta attività motoria praticata, legata principalmente agli stili di vita sedentari, tipici delle popolazioni di tutte le età dei paesi industrializzati. L'affermarsi ed il diffondersi delle macchine ha generato una vera rivoluzione causando la cosiddetta malattia, o, più precisamente, sindrome ipocinetica, determinando una serie di modificazioni anatomo-funzionali del nostro organismo. Un significato particolare di segno negativo assume poi la diffusione della scarsa attività fisica nei soggetti in età evolutiva, epoca in cui all'esigenza di mantenimento dello stato di salute si aggiunge quella di favorire uno sviluppo ottimale e di indurre stili di vita che persisteranno poi nelle età successive. A giusta ragione l'attività fisica viene considerata un punto irrinunciabile accanto a quello nutrizionale, dei programmi di tutela della salute del bambino e dell'adolescente. Il significato di attività motoria o esercizio fisico va dunque ben al di là di quello di una qualsiasi attività motoria dagli effetti genericamente salutistici; necessario anche tenere in considerazione l'orientamento del soggetto stesso ai fini del raggiungimento di una gratificazione personale, nonchè eventuali problematiche a carico della struttura del soggetto. I quadri clinici vengono definiti "paramorfismi" per il fatto che riguardano modificazioni della normalità di organi e funzioni senza che questi rientrino necessariamente nella sfera della patologia; detta particolarità puo' essere spesso prevenuta attraverso una modificazione dei comuni stili di vita.

I più diffusi paramorfismi dell'eta' evolutiva si riferiscono all'apparato muscolo scheletrico, ma non dobbiamo dimenticare i paramorfismi degli apparati cardiocircolatorio e respiratorio, i paramorfismi metabolici e quelli della sfera psicologica. I paramorfismi muscolo scheletrici riguardano soprattutto la colonna vertebrale, il torace e gli arti inferiori. Il ragazzo che cresce e che modifica il proprio aspetto esteriore e le proprie attività intellettive, è soggetto a variazioni nella statica e dinamica della propria colonna vertebrale che purtroppo possono condurre a "difetti" della stessa.

Il rachide umano si configura sul piano anatomico come una lunga asta ossea posta sulla mezzeria e sulla parte dorsale del tronco: è costituita da elementi ossei posti uno sull'altro, le vertebre, e precisamente 7 cervicali, 12 toraciche, 5 lombari, 5 sacrali e 4-5 coccigee. Essa è sufficientemente rigida da sostenere il tronco e la testa e fungere da cerniera agli arti; è altresì mobile per permettere grande ampiezza di movimenti.

La colonna vertebrale realizza il proprio equilibrio sul piano antero-posteriore grazie alle sue curve fisiologiche (lordosi cervicale e lombare e cifosi dorsale).

La gravità esercita un'azione di tipo compressivo; le forze che si oppongono alla gravità stessa in stazione eretta sono i legamenti e i muscoli.

L'azione coordinata dei gruppi muscolari anteriori e posteriori è indispensabile per ottenere un corretto allungamento della colonna. Le posture che l'individuo assume variano però continuamente in relazione ai gesti e ai movimenti che egli compie e che sono causa di un susseguirsi di informazioni le quali determinano precise risposte.

L'equilibrio che ogni soggetto mantiene automaticamente e gli adattamenti che la sua colonna compie nei movimenti sono però frutto non solo dei propri motori muscolari ma anche il riflesso della propria personalità.

Diciamo perciò che nel momento in cui affrontiamo il trattamento correttivo dei paramorfismi e dismorfismi della colonna vertebrale con la ginnastica non possiamo prescindere da una educazione psicomotoria.

Ci sono poi condizioni cosiddette "evolutive" che peggiorano nonostante l'intervento intrapreso e per le quali non serve una terapia d'attesa ma vanno al più presto indirizzate al medico specialista per tecniche meccaniche di "contenimento" più complesse.

E' ormai da tutti accettato che "prevenire" è meglio che "curare"; e allora qual è l'atteggiamento giusto da tenere per un genitore, od un educatore in genere, che si trova davanti il ragazzino in accrescimento?

1. Valutare prima di tutto il movimento: si muove? Quanto si muove? Quanto sta seduto davanti al computer o alla TV? Come cammina? La certezza che l'attività all'aria aperta è la miglior terapia preventiva, non dimostra che la scuola o il lavoro siano i soli responsabili delle deviazioni della colonna ma è la prova che nei casi di "predisposizione", ad esempio della scoliosi vera, concorrono a metterle in luce. (il fattore genetico infatti pare oggi ormai univocamente accettato).
2. Controllo del portamento: osservare il proprio figlio può evidenziare asimmetrie e atteggiamenti scomposti che trattati rapidamente possono ridursi bene. Effettuare periodicamente controlli medici e specialistici almeno una volta l'anno.
3. Far cambiare spesso postazione di studio: banco esterno intervallato nel tempo a banco centrale. Spezzare le ore di studio con brevi ma frequenti periodi di ricreazione. Disporre i banchi ad anfiteatro. Postura seduta con rachide leggermente inclinato in avanti con perno sull'articolazione dell'anca e non sulla colonna (che deve rimanere diritta, sostenuta dalle braccia che poggiano sul tavolo).
4. Carico dei pesi suddiviso tra i due arti. Meglio ancora il peso portato da un "carrellino" a due ruote. Non tenere comunque mai la cartella dallo stesso lato e preferire se possibile lo zainetto (solo se non pesante!)

E' importante inoltre intraprendere un'educazione pre-sportiva al ragazzo, per indirizzarlo verso una corretta concezione dello sport (che non sia solo agonistica).

E' indispensabile che l'operatore che si trova a "trattare" l'adolescente sia un insegnante estremamente preparato e competente nel campo della ginnastica correttivo-riabilitativa! Troppo spesso abbiamo assistito nei nostri ambulatori a scene penose di genitori amareggiati e delusi perché dopo 2-3 anni di trattamento correttivo la colonna del figlio non era migliorata, anzi…Ma approfondendo emergeva che il soggetto eseguiva insieme ad altri 15-20 ragazzi (di varie età..) più o meno gli stessi esercizi (uguali per tutti..) da mesi e mesi! Credo che ciò gridi allo scandalo!

L'importanza e la "necessità" di individualizzare il programma d'esercizi, il controllare l'allievo nella esecuzione degli stessi e il "quantizzare" le ripetizioni per ogni esercizio con i rispettivi tempi di recupero, è la base indiscutibile per effettuare un buon lavoro.

SIMONETTA PIRONDINI
Medico Fisiatra
Centro Fisioterapico "Coliseum" di Modena

LE CILIEGIE

Gli effetti benefici

La ciliegia, frutto amato da bambini di tutte le età, simbolo della primavera, oltre ad essere dolce e gustosa, è ricca di alcune sostanze e proprietà utili all'organismo. Con una ventina di ciliegie al giorno, mangiate a stomaco vuoto, è possibile trarre sensibili benefici per il nostro corpo contro lo stress quotidiano per l'effetto equilibratore sugli acidi e sui sali minerali. Anche lo stress può essere attenuato ed arginato grazie all'ausilio delle cerase. Nel meccanismo complesso del nostro organismo possiamo anche usare il frutto come maschera di bellezza naturale per favorire la bellezza e salute della nostra pelle.

Come medicina naturale

Il frutto della ciliegia, come recentemente scoperto e studiato dalla Michigan State University, possiede proprietà simili all'aspirina. Questo studio evidenzia come, grazie ad una dieta ricca di ciliegie e derivati, si possano ridurre sensibilmente le possibilità di attacchi di cuore e delle malattie vascolari in genere. Inoltre, come rende noto la Coldiretti, gli effetti antidolorifici attribuiti alle ciliege deriverebbero dagli antociani, i sali cloruri che conferiscono al frutto il colore rosso-arancio e che fungono da aspirina senza tuttavia presentare gli effetti collaterali della nota medicina. Ancora, le ciliege hano effetti positivi contro l'ipertensione essendo lievemente lassative e diuretiche, ricche delle vitamine A e C come accennato sopra e delle sostanze del potassio, calcio e ferro a supporto dei mesi caldi estivi quanto si ha una grande perdita di questi.

Le varietà

Come abbiamo detto esistono centinaia di varietà di ciliegie. Ecco le più coltivate in Italia.
Bigarreau: sono le prime ciliegie a comparire sul mercato già a metà maggio, e rimangono a disposizione fino a inizio giugno.
Nero: queste ciliegie duracine (duroni) sono disponibili tutto il mese di giugno. Rappresentano il fiore all'occhiello della produzione del comprensorio di Vignola (MO): dolcissime, grandi, di colore rosso molto scuro o nero.
Anella: questi duroni sono disponibili da fine maggio a tutto giugno. La buccia ha un colore che va dal rosso vermiglio al rosso scuro, la polpa è croccante e succosa, caratteristica peculiare e particolarmente apprezzata di questa varietà.

Ferrovia: queste ciliegie tenerine sono coltivate soprattutto in Puglia, e sono disponibili nel mese di giugno. Sono particolarmente apprezzate per la succosità della polpa.
Marca: questo durone è di colore giallo-rosso ed è particolarmente apprezzato dall'industria conserviera per produrre ciliegie sciroppate e sotto spirito.
Per ulteriori informazioni su tipi di ciliegie:
http://www.pomonaitaliana.it/pomona/ciliegie.htm

FRITTE IN PASTELLA

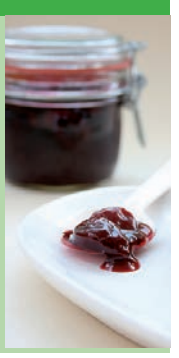
Ingredienti:
- 500 g di ciliegie
- 220 g di farina bianca
- 2 uova
- 3 dl di birra
- 1 cucchiaio di zucchero
- una presa di sale
- olio d'oliva per friggere

Preparazione: Passate al setaccio la farina con l'aggiunta di un pizzico di sale e fatela ricadere in una ciotola, a cui aggiungete lo zucchero, dopo di ché mescolate utilizzando un cucchiaio di legno.
Sbattete leggermente i tuorli, poi uniteli alla farina e mescolate per bene; versate anche la birra, a filo e mescolate di nuovo, aggiungete infine un cucchiaio d'olio e mescolate ancora.
Utilizzate una frusta a mano dal momento che potrete sciogliere gli eventuali grumi che potrebbero essersi formati, così la pastella risulterà liscia e omogenea. Montate gli albumi a neve ben ferma ed incorporateli alla pastella. Per mescolare procedete nel modo che segue: dal basso verso l'alto così eviterete che si smontino.
Ora finalmente passate alle ciliegie: lavatele lasciando attaccati i piccioli e tuffatele poche alla volta, nella pastella che avete appena preparata, cercando di ricoprirle abbondantemente. Friggetele in abbondante olio caldo e raccoglietele con un mestolo forate, dopo di ché mettetele a scolare su carta assorbente.
Prima di servirle, se volete, potete spolverizzarle, con dello zucchero semolato.

CONFETTURA DI CILIEGIE CON ZENZERO

Ingredienti:
- 500 gr di zucchero di canna per ogni kg di ciliegie snocciolate e tagliate in quarti.
- Succo di un limone medio per kg frutta
- Un pezzetto di zenzero fresco lungo circa 2 cm grattato finemente

Preparazione:
Lasciare macerare per 3-4 ore la frutta coperta dallo zucchero (vedi anche istruzioni "MJL-Magic Jam Language" su internet). Accendere il fuoco e portare ad ebollizione a fuoco vivace per poi ridurlo. Aggiungere lo zenzero grattato e il succo di limone. Lasciare cuocere fino a consistenza raggiunta (prova del piattino, MJL) e invasettare.



FRAPPÉ DI CILIEGIE

Tempo necessario: 30 minuti
Ingredienti:
Dosi per 6 persone
- 400 g. di ciliegie rosse
- 8 dl di latte
- 1 cucchiaio di zucchero semolato
- 25 cubetti di ghiaccio.

Preparazione:
Mondate e lavate le ciliegie sgocciolatele accuratamente e snocciolatele raccogliendole nel vaso del frullatore.
Versate poi 25 cubetti di ghiaccio, lo zucchero ed il latte e frullate il tutto alla massima velocità per 3 minuti circa. Ottenuto un composto omogeneo e spumoso distribuitelo in sei bicchieri alti e stretti.
Decorate a piacere e servite.

ALEJANDRO LORENZIN

Artista italo-venezuelano

Stregone Nero (illustrazione digitale)

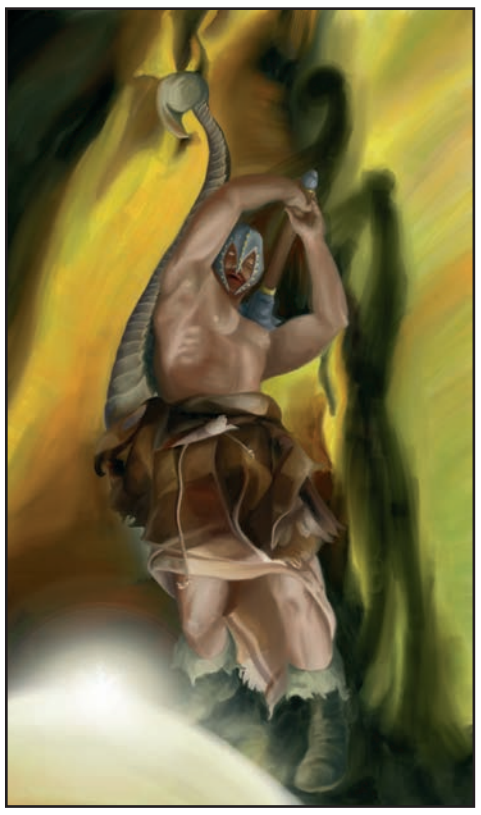
Nato nel 1976 a Barquisimeto (Venezuela), vive e lavora a Ferrara. Ha conseguito nel 1998 il titolo di studio di disegno grafico presso il centro Istituto di Disegno Grafico Cidig. Ha frequentato la Scuola d'Arte "Martin Tovar y Tovar", seguendo corsi di scultura e di pittura. Disegnatore grafico free-lance fra il 1998 e il 2000, disegnatore di siti web presso varie aziende.

Vignetta coi personaggi del fumetto Beppe il Killer (acquarello)

Al suo già variegato curriculum va aggiunta la consulenza grafica nel campo editoriale. Alejandro è un narratore fine ed elegante, precisamente un pittore-narratore i cui lavori non sono mai banali: sono invece, spesso, una successione di quadri di vita più che di vuote esercitazioni di stile. Sono pagine di un racconto che ha bisogno di lettori, non solo di interpreti. E' un artista sicuro, audace, che crea un'arte emozionale che vive in contrasto con tutto ciò che è calcolato, meccanico e tendenziale.

La grafica e il fumetto sono mezzi espressivi tutt'altro che minori: nella grafica molti dei più grandi artisti di tutti i tempi hanno trovato nuove possibilità di sperimentazione.

Due pagine del fumetto Sangue di Lized (acquarello)



Torkel l'uomo scorpione personaggio dell'autore (illustrazione digitale)

Il fumetto anima le figure, tiene le veci di più lunghe didascalie e si presta, se applicato a una serie di disegni, o fotogrammi, a fornire un racconto completo, frazionato quasi cinematograficamente in più scene successive. Disegni in sequenza, come fotogrammi, dove variazioni infinitesimali suggeriscono l'idea del movimento. L'uso, noto già negli Stati Uniti d'America alla fine del sec. XIX, si è poi largamente diffuso in tutto il mondo. Oggi il fumetto viene talora utilizzato come supporto di immagine, sia sui periodici che su i quotidiani.

Contaminatosi con gli altri media della comunicazione (cinema, giochi, radio e televisione) il fumetto è oggi un'espressione artistica autonoma.

Il fumetto di sua ultima realizzazione "Beppe Killer" fantasy-horror con tecnica ad acquerello rappresenta la morte di una ragazza uccisa dal padre.

Alejandro non guarda tanto all'inconscio, ma alla realtà, con lo sguardo allarmato sul mondo in cui stiamo vivendo e che ricostruisce poi in forma di fumetto. Non a caso, l'artista parla di post-realtà, intendendo una rielaborazione del reale fatta attraverso la forma del racconto.

Esperienze: Mostra di scultura presso la scuola "Martin Tovar y Tovar" (Venezuela). Partecipazione alla Biennale d'Arte Contemporanea Leonardo da Vinci, presso l'Accademia Internazionale Art Academy di Roma.

Dal 21 giugno le sue opere saranno esposte presso il centro di Fisioterapia "Il Girasole" di Via Caldirolo a Ferrara.

LAURA ROSSI

Gimli, personaggio del signore degli anelli (olio su carta)

Ercole I d'Este, il negromante (illustrazione digitale)

Vignette del fumetto Beppe il Killer (acquarello)

Lord Soth, personaggio della serie letteraria Dragonlance (olio su cartone)

Electroeros (tempera su carta)

VITTORIO BURATTI

"Rispetta la Natura"

E' il titolo di questa rassegna che vedrà esposte una trentina di opere inedite dell'artista di media e grande dimensione. Nella produzione artistica di Buratti il problema ecologico è centrale. Addentrarsi nell'Arte di Vittorio Buratti è come esplorare un universo "speciale", dove in un sogno "audace" e particolarmente coinvolgente l'uomo è alla continua ricerca di se stesso, della propria coscienza strettamente ed indissolubilmente legata alla Natura. I colori delle sue opere, così contrastanti e gioiosi, creano un'atmosfera intensa e al tempo stesso struggente, che ci induce a riflettere, che ci fa pensare al nostro percorso alla nostra vera essenza nei confronti di tutto quanto ci circonda, in questa natura vista come grande madre, in un auspicabile ritorno come via di salvezza e di serenità.

Orari:
da martedì a venerdì 16.00 – 19.00
sabato e domenica 10.00 – 12.00 / 15.00 – 19.00
tutti i mercoledì apertura prolungata fino alle 23.00
chiuso il lunedì

Info:
Ufficio Cultura del Comune di Imola
Tel. 0542.602433 – 0542.602427
Fax. 0542.602438

Lunedì 9 giugno alle ore 12 presso la collezione permanente Mario Piva in Via Cisterna del Follo 39 a Ferrara si svolgerà l'inaugurazione e premiazione dei migliori fumetti Estensi, concorso svoltosi lo scorso anno a cura dell'assessorato delle Politiche giovanili.

LO SPORT PER LA VITA

"Spring Run", l'evento organizzato dall'Aeronautica Militare a favore dell'Associazione italiana contro le leucemie

Il 28 maggio scorso s'è svolta la seconda edizione dell'evento sportivo "Spring Run" cui ha preso parte il personale del COFA (Comando Operativo Forze Aeree) e loro familiari. La manifestazione, fortemente attesa dal personale rimasto ben impressionato dalla passata edizione, ha visto quest'anno, per la prima volta, la partecipazione anche dei bambini per i quali è stata appositamente attrezzata anche un'area giochi.

I partecipanti, circa 250 persone tra adulti e bambini, sono stati suddivisi in categorie

secondo l'età di appartenenza e ad ogni categoria è stato associato un percorso, in funzione della fascia d'età . Le categorie realizzate, per rimanere in ambiente aeronautico, sono state le seguenti: Piccoli Alianti, bambini fino a 10 anni che si sono cimentati su un percorso di 300 mt; Alianti, bambini da 10 a 13 anni impegnati su una distanza di 650 mt; Ala Rotante, ragazzi da 13 a 16 anni che hanno corso per 2 km; Velivoli a Reazione, adulti fino a 39 anni e ,Velivoli Storici, Adulti con più di 39 anni, che hanno affrontato l'intero percorso di 6 km che si è snodato tra la base logistica, l'Aeroclub di Ferrara, ed i viali interni degli alloggi per famiglia di Via dell'Aeroporto.

Le gare, svoltesi nel pomeriggio sotto un cielo coperto ed afoso, hanno visto i partecipanti darsi battaglia sin dallo start. Per l'occasione viste le diverse età dei corridori, gli start sono stati dati da Fausto Molinari, podista ferrarese di fama nazionale degli anni '90 e da Marcello Benvenuti, campione ferrarese ed italiano di salto in alto degli anni '80 nonchè attuale detentore del record italiano di salto in alto con 233 cm. Entrambi, infatti, hanno accettato di buon grado l'invito a partecipare quali te-

stimonial sportivi all'evento organizzato dal COFA considerato anche il risvolto sociale.

Al termine della gara, per dar modo ai concorrenti di ritrovare le energie, si sono esibiti i piccoli sbandieratori della contrada di San Luca che hanno accettato l'invito ad allietare la serata confermando ulteriormente le proprie capacità musicali e di destrezza nel maneggio delle bandiere.

Allo spettacolo hanno assistito oltre al Generale Roberto Iacomino, Comandante Operativo delle Forze Aeree di Ferrara, gli Assessori allo Sport del Comune e della Provincia di Ferrara, Davide Stabellini e Angela Poltronieri nonché il Vice Presidente del Comitato Provinciale del CONI, Prof. Giorgio Bianchi, che, insieme ai testimonial, hanno provveduto anche alla consegna dei riconoscimenti agli atleti che hanno meglio figurato.

Al termine delle premiazioni, il Generale Iacomino ha consegnato al presidente dell'Associazione Italiana contro le Leucemie (AIL) – Sezione di Ferrara, Prof.ssa Paola Fabris Mastellari, l'assegno simbolico di beneficenza cui hanno contribuito tutti gli atleti con la quota d'iscrizione interamente versata.

La manifestazione, infatti, come recita lo slogan, s'inquadra nell'ormai consolidato sodalizio che lega, a livello mondiale, sport e solidarietà. Ed il personale dell'Arma Azzurra è, anche in questo contesto, sempre pronto ad aiutare e contribuire al miglioramento della qualità della vita sia che si concretizzi con aiuti diretti verso i più bisognosi sia che si indirizzi nel settore della ricerca.

La realizzazione dell'evento è stata resa possibile grazie al patrocinio del comune di Ferrara ed agli apporti degli sponsor che con il loro generoso contributo hanno consentito il buon esito della manifestazione.