

RELAX

Il leader del comfort norvegese vi aspetta nel primo Stressless Store d'Italia, nel cuore di Roma

Stressless

Stressless Store via Merulana 10, Roma T 06.77200958 www.stressless.com





VIENI A SCOPRIRLA IN CONCESSIONARIA

MV AGUSTA - ROMA PIAZZA GARLO MAGNO, 15

06.69332582MVAGUSTA-ROMA.IT









SOMMARIO

8	REGIONE LAZIO	32	CURIOSITÀ	74	MILLENNIALS
10	ROMA CAPITALE	38	TERRITORIO	76	MARKET RESEARCH
12	COVER	44	PEOPLE	78	CARDIOLOGIA
18	FOCUS	50	SOLIDARIETÀ	79	OCULISTICA
24	EXTREME	55	PADEL CLUB	82	FITNESS
29	EVENTI	72	SPORT & FINANZA		

via Morlupo, 51 00191 Roma tel. 393.3270.621 info@sportclubonline.it

Sport Club - Anno XX - n. 189 Reg. trib. di Roma n. 591/2004 del 30-12-04

Direttore responsabile Luigi Capasso direttore@sportclubonline.it

Art Director Valeria Barbarossa

Hanno collaborato Valeria Barbarossa, Marcel Vulpis, Elena Oddino, Carlo Ferrara, Marco Oddino, Gabriele Ferrieri, Travel 365, Ufficio Stampa Presidenza Regione Lazio, Mr. Padel Paddle, Giacomo Esposito, Roberto Baldassari, Daniele Maria Guarino.

> Pubblicità Agenzia Nazionale **Marketing Xpression** Via della Giustiniana, 959 00189 Roma Tel. 335 6684027

Pubblicità Agenzia Locale Governale ADV di Giuseppe Governale Media&Communication Via Bernardo Blumestihl 19 00135 Roma Tel. 06.89020451 - Cell.335.8423911 governale@governaleadv.it

Fotografie Luca d'Ambrosio

CIERRE & GRAFICA - Roma Finito di stampare nel mese di GENNAIO 2024 Salvo accordi scritti o contratti di cessione di copyright, la collaborazione a questo periodico è da considerarsi del tutto gratuita e non retribuita. In nessun caso si garantisce la restituzione dei materiali giunti in redazione.

Sport Club - Free Press Italia









REG<mark>IONE LA</mark>ZIO

#regionelazio



A cura di Francesco Rocca, Presidente della Regione Lazio

REGIONE LAZIO E EUROPA DONNA Insieme per la lotta contro il tumore al seno

L'Italia è una delle Nazioni più longeve al mondo e in cui le donne vivono più a lungo degli uomini.
Di qui, l'importanza della promozione e della tutela della salute femminile, attraverso tutte le età e in tutti i contesti, da quello scolastico a quello lavorativo.



n questo quadro, non posso che ringraziare Rosanna D'Antona e tutta l'organizzazione di "Europa Donna". In tanti anni di impegno civile, dobbiamo a questa Associazione grandi risultati nel contrasto del tumore al seno: la ricostruzione della mammella in capo al Servizio Sanitario Nazionale e l'affermarsi delle Breast Unit, centri di senologia multidisciplinari. Questa concezione nuova, sia sul piano clinico che culturale - di cui siamo tutti debitori al Prof. Umberto Veronesi - ha cambiato radicalmente modo di trattare queste neoplasie: nel 2010, infatti, soltanto il 12-14% delle donne sceglievano di curarsi presso le Breast Unit. Nel 2019 erano invece il 78%, aumentando di circa il 18% la sopravvivenza delle pazienti. È con grande gioia che abbiamo realiz-

zato, insieme, il murale realizzato dall'artista Nepal nel quartiere di Primavalle, a Roma. Sant'Agata, protettrice e simbolo del femminile, vuole ricordare alle donne, in ogni momento della vita quotidiana, quanto sia fondamentale sottoporsi allo screening mammografico. Lo sviluppo della medicina di genere e di un piano sempre più mirato di prevenzione, primaria e secondaria, è al centro della programmazione sanitaria che stiamo portando avanti in Regione Lazio. Grazie alla possibilità di effettuare questi controlli con facilità e con cadenza almeno biennale siamo riusciti, nel corso degli anni, a fare molti passi in avanti. Oggi i tumori femminili, che colpiscono gli organi riproduttivi e il seno, in molti casi si possono prevenire o, comunque, diagnosticare in una fase molto precoce della malattia. Nonostante il tumore al seno sia ancora molto diffuso, grazie ai progressi della medicina, le pazienti riescono a guarire. Come Istituzione che si occupa in modo prevalente della salute pubblica dei nostri cittadini, abbiamo il dovere di accompagnare le donne in ogni fase della malattia: dalla diagnosi, all'operazione senza dimenticare il post-operatorio. Supporto psicologico e rispetto dell'integrità del corpo delle donne saranno le nostre linee direttrici. È bene che le donne laziali - di tutte le fasce d'età - sappiano che, alcuni programmi di screening, sono gratuiti nelle nostre Asl tutto l'anno. Investire in prevenzione, distribuirla in modo omogeneo in tutto il territorio regionale, significa tutelare la salute e la vita dei nostri cittadini.



ROMA CAPITALE

#romacapitale



A cura di Alessandro Onorato Assessore ai Grandi Eventi, Sport, Turismo e Moda

SPORT PER TUTTI

ASSEGNATI I VOUCHER DESTINATI AI MINORI DI FAMIGLIE A BASSO REDDITO E AI DISABILI

Per il primo anno stanziati 2,1 milioni di euro destinati all'inclusione sociale attraverso la pratica sportiva. Chi ha aderito all'avviso pubblico ha tempo fino al 10 febbraio per controllare sul portale www.comune.roma.it se rientra tra i beneficiari ed iscriversi al corso prescelto

I diritto allo sport: sì, ma non solo sulla Carta. Grazie ai voucher sportivi a Roma abbiamo superato le difficoltà di molte famiglie che per motivi economici - e anche con un groppo al cuore - senza il sostegno pubblico

avrebbero dovuto negare ai loro figlioli la possibilità di iscriversi ad una scuola calcio, a un corso di nuoto o di danza. O a qualunque altra disciplina sportiva che, come noto, oltre ad aiutare ad apprendere sane abitudini fisiche ed alimentari, incoraggia la socializzazione più sana e "allena" piccole donne e piccoli uomini al rispetto della disciplina e delle regole, a conoscere i propri limiti e ad impegnarsi per migliorarli. Non tutti gli allievi di un corso sportivo diverranno del campioni o faranno dello sport una professione, ma l'esempio e la pratica di qualunque disciplina

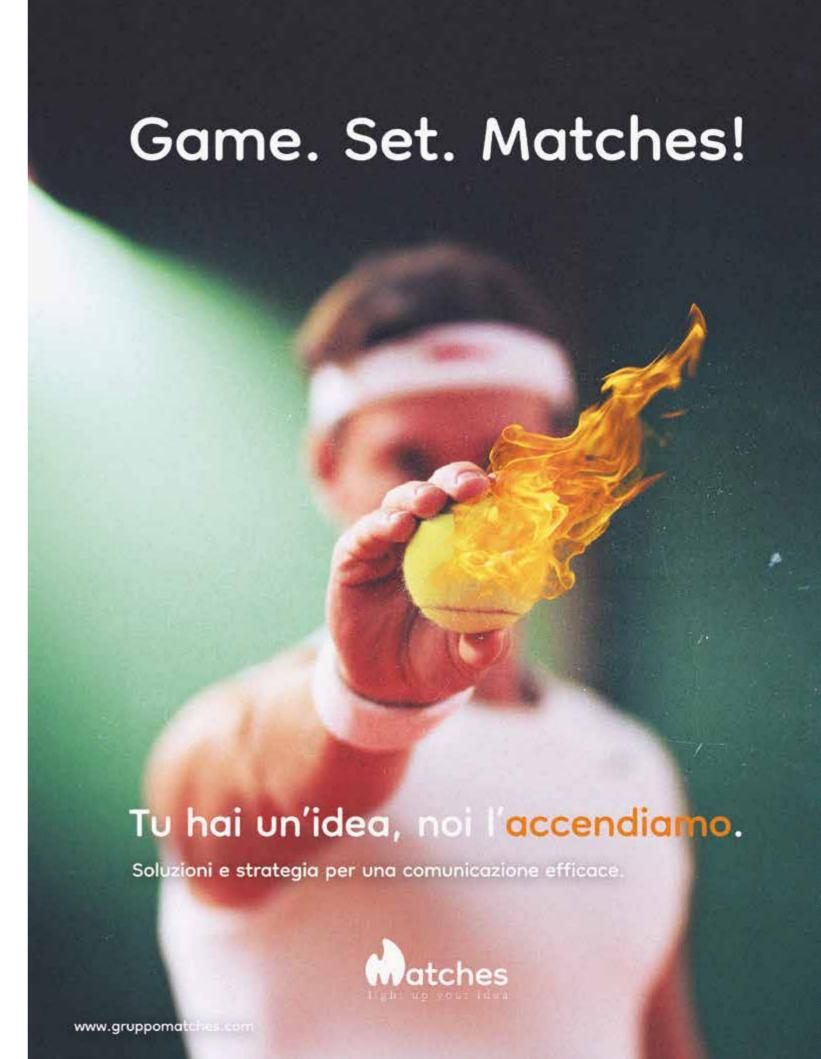
insegneranno a tutti il rispetto dell'avversario e la perseveranza che serve per raggiungere ogni obiettivo, anche di carattere diverso, nella vita. È con questa consapevolezza che quest'anno, per la prima volta, Roma Capitale ha stanziato 2,1 milioni di euro da destinare al sostegno alle ragazze e ai ragazzi dai 6 ai 16 anni appartenenti a famiglie a basso reddito e ai disabili, in questo caso sen-

za limiti di età o di reddito. Per individuare i beneficiari, il Dipartimento Sport di Roma Capitale ha pubblicato un avviso pubblico dal 10 al 30 novembre in cui gli aventi diritto potessero presentare domanda direttamente online,

scegliendo tra oltre 16mila corsi offerti da oltre 250 tra associazioni, palestre e centri sportivi che precedentemente avevano dato la propria disponibilità e firmato una convenzione con l'amministrazione. Il bonus comunale copre le spese fino a 500 euro ad iscritto per un corso annuale. Dal 10 gennaio è online la graduatoria: chi si è iscritto può verificare se rientra tra i beneficiari sul portale del comune di Roma. sezione bandi e avvisi, inserendo il numero di protocollo ottenuto compilando la domanda. Sono, infatti, oltre 7.000 le persone che hanno aderito all'avviso e

4.494 i beneficiari che rientrano nella graduatoria utile. Per quest'ultimi non resta che procedere con il completamento dell'iscrizione recandosi presso il centro sportivo indicato entro e non oltre il 10 febbraio. Una iniziativa che ha riscosso un successo oltre le aspettative e che troveremo il modo di replicare anche il prossimo anno. Viva lo sport, viva Roma. Sempre.









Nel 2023, la Federazione Italiana Taekwondo ha vissuto un anno eccezionale, posando le basi per un luminoso futuro che culminerà con i Giochi Olimpici e Paralimpici di Parigi 2024. Durante questo periodo preolimpico, il Taekwondo

di Alice Maestri

italiano ha brillato nuovamente sulla scena internazionale.

IL CAMMINO DEL TAEKWONDO ITALIANO VERSO PARIGI 2024



Simone Alessio Campione del Mondo 2023

dell'anno, spicca la premiazione con il Collare d'Oro da parte del CONI, onore conferito agli atleti Simone Alessio (Fiamme Rosse), Vito Dell'Aquila (Carabinieri), Antonino Bossolo e al presidente federale Angelo Cito. Questo prestigioso riconoscimento ha messo in luce il loro impegno, la passione e i successi nel Taekwondo, riflettendo il notevole contributo dell'Italia a questo sport. Simone Alessio. Vito Dell'Aquila e Antonino Bossolo hanno ciascuno lasciato un'impronta significativa sull'anno con le loro straordinarie prestazioni. Vito Dell'Aquila, campione olimpico in carica nella categoria -58 kg, dopo un inizio d'anno difficile a causa di alcuni infortuni, ha riconquistato forma e sicurezza vincendo il Grand Prix Final di Manchester, La sua vittoria ha rafforzato il suo status di campione e di atleta di spicco a livello internazionale, inviando un messaggio chiaro ai rivali in vista delle Olimpiadi di Parigi. Dell'Aquila ha dichiarato: "Fortunatamente, negli ultimi 3 mesi mi sono ripreso e, grazie all'aiuto dello staff nazionale

momenti salienti



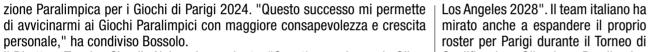
Vito Dell'Aquila Campione Olimpico Tokyo 2020

ottenere il pass per Parigi per continuare a vivere il mio sogno che spero duri il più a lungo possibile". Simone Alessio ha continuato a dominare la categoria -80 kg, aggiudicandosi il titolo mondiale a Baku nel 2023. Dopo

e della federazione, sono riuscito a | supremazia nella nuova categoria, mantenendo salda la sua posizione in cima al ranking olimpico. "Il mio obiettivo ora è solo Parigi. Gli ultimi mesi mi hanno dimostrato quanto sia difficile e insidiosa la strada verso i Giochi. Ora mi concentro su come arrivare determinato e in forma ottimale per rappresentare il mio paese e il mio sport," ha affermato Alessio. Nel ParaTaekwondo, Antonino Bossolo ha conquistato il titolo mondiale a Veracruz, in Messico, durante i Campionati Mondiali di ParaTaekwondo 2023. Questa vittoria non solo ha il successo nella categoria -74 kg nel | consolidato la sua posizione come uno dei migliori atleti della sua genera-2019, Alessio ha confermato la sua zione, ma ha anche rappresentato un importante passo verso la qualifica-

12 | Gennaio 2024 | Sport Club 13 | Gennaio 2024 | Sport Club





Il Direttore Tecnico Claudio Nolano ha aggiunto: "Quest'anno ci sono le Olimpiadi e i metodi di lavoro che abbiamo adottato, con alcuni aggiustamenti, ci hanno permesso di ottenere buoni risultati, motivo per cui continueremo su questa strada. Ora ci concentreremo sul settore femminile, che parteciperà alla prova continentale singola per ottenere i pass per Parigi. Inoltre, stiamo portando un gruppo di atleti nati nel 2004 e nel 2005 a svolgere una preparazione olimpica, un vantaggio anche per il prossimo ciclo olimpico, in vista di Los Angeles 2028. Valuteremo tutti gli aspetti, tanto fisici quanto mentali e psicologici. Ho visto tanti atleti fisicamente pronti che poi non sono riusciti a esprimersi al meglio sotto pressione. La selezione è fondamentale per mantenere un alto livello di allenamento e per preparare i giovani atleti per



mirato anche a espandere il proprio roster per Parigi durante il Torneo di Qualificazione Olimpica e Paralimpica Continentale a Sofia. I successi del 2023 non si limitano alle sole qualificazioni olimpiche: il Taekwondo Italiano ha conquistato 105 medaglie. con campioni mondiali nelle categorie giovanili e campioni europei.

Il Ciao Team di Freestyle ha fatto storia diventando Campione del Mondo ai World Taekwondo Demonstration Team Championships. Questo trionfo ha gettato le basi per l'inclusione di questa specialità nel programma olimpico futuro. La loro esibizione durante il concerto di fine anno a Roma, al Circo Massimo, è stata uno spettacolo memorabile, che è culminato con un salto mozzafiato allo scadere del countdown di mezzanotte. Una notizia recentissima riquarda l'invito al team a esibirsi in occasione dei Giochi Olimpici di Parigi 2024, un evento che non fa che aumentare il prestigio e la qualità di questi giovani atleti italiani. Formatisi come squadra da poco più di un anno, hanno già conquistato la vetrina più importante a livello mondiale. La FITA si è distinta sia nel campo sociale che nella promozione delle attività di base, grazie alle iniziative del Dipartimento dello Sport. Queste hanno permesso la realizzazione di progetti quali 'Kim e Liù Crescere Insieme'. 'Taekwondo Intergenerazionale' e 'Scuola di Taekwondo', i quali hanno avuto un impatto significativo. Il progetto 'Kim e Liù Crescere Insieme' ha registrato un incremento del 55% nelle attività dedicate ai minori di 11 anni. 'Taekwondo Intergenerazionale', invece. ha coinvolto quasi 2000 persone oltre i 60 anni, promuovendo uno stile di vita attivo e salutare. Inoltre, 'Scuola di Taekwondo' ha offerto ai bambini in situazioni di disagio e nelle periferie l'opportunità di praticare il Taekwondo nelle strutture scolastiche, contribuendo significativamente all'inclusione sociale attraverso lo sport. Per quanto riguarda il sostegno al programma olimpico per i rifugiati, la Federazione ha accolto due atleti di nazionalità iraniana e afghana, che stanno coltivando il loro sogno sportivo e di crescita personale, e continua ad ospitare cinque atleti ucraini, ormai parte integrante del gruppo che si allena al centro di preparazione olimpica di Roma. c Ma non è tutto: la Federazione Italiana Taekwon-



TAEKWONDO #taekwondo



14 | Gennaio 2024 | Sport Club 15 | Gennaio 2024 | Sport Club





INTEGRAZIONE E INCLUSIONE RIMANGONO E CONTINUERANNO A ESSERE GLI OBIETTIVI PRINCIPALI... DI AIUTARE ATTRAVERSO LO SPORT CHI SI TROVA IN DIFFICOLTÀ.

do ha nuovamente dimostrato le proprie eccezionali capacità organizzative nell'ospitare grandi eventi internazionali. In occasione del 50° anniversario della fondazione della World Taekwondo, Roma ha ospitato il WT Grand Prix Roma 2023, realizzato grazie alla fondamentale collaborazione con Sport e Salute. L'evento è iniziato ufficialmente con una splendida cerimonia d'aper-

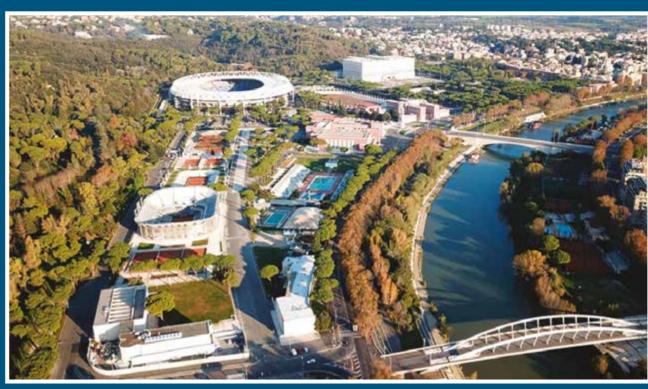


tura a Piazza di Spagna, organizzata in sinergia con il Comune di Roma e l'Assessorato allo Sport, e si è poi sviluppato con il Grand Prix al Parco del Foro Italico, catturando l'attenzione di appassionati e atleti di tutto il mondo con spettacoli e competizioni di altissimo livello. Tuttavia. il World Taekwondo Grand Prix di Roma è ben più di una semplice competizione: l'entusiasmo per gli eventi collaterali, come il Kim e Liù, a cui hanno partecipato duemila bambini, e l'Olympic Dream Cup, svoltasi nei due giorni successivi e che ha coinvolto atleti di tutte le età, famiglie e tutte le squadre regionali italiane, ne sottolinea l'importanza. Questi eventi mirano ad avvicinare i giovani allo sport, diffondendo i valori del taekwondo e promuovendone la pratica. Il Presidente Federale Angelo Cito ha commentato: "Quello che oggi consideriamo ordinario, in passato non lo era. I recenti risultati dei nostri atleti, come il secondo titolo mondiale di Simone Alessio. la medaglia d'oro di Dennis Baretta ai Giochi Europei, la vittoria di Vito Dell'Aquila al Grand Prix Final, la prima medaglia d'oro mondiale nel Parataekwondo di Antonino Bossolo e le vittorie del 'Ciao Team', segnano una crescita esponenziale del Taekwondo italiano, posizionandoci ai vertici delle competizioni internazionali. Abbiamo ormai reso il Taekwondo uno sport moderno, supportato da un sistema elettronico e da regolamenti chiari che permettono a chiunque di cimentarsi e gareggiare. Abbiamo inoltre introdotto ulteriori specialità in grado di valorizzare tutti gli aspetti del Taekwondo, come i talent di freestyle, e, per ultimo, il "Virtual Taekwondo", riconosciuto nel circuito degli Olympic Esports Games del CIO e di grande attrazione per i giovani. Tutto guesto è motivo di grande orgoglio per il nostro Paese. Tuttavia, nei momenti di successo dobbiamo spingere ancora

di più per mantenere e consolidare la nostra posizione. Chi è in cima ha un solo modo per restarci: superare se stesso! I risultati ottenuti sono la testimonianza della validità del nostro lavoro, ma quelli futuri devono essere il motore che ci spinge a superare nuove sfide. Consideriamo le nostre vittorie come un punto di partenza, non di arrivo, ricordando che il valore del trionfo è proporzionale alla difficoltà del percorso per conseguirlo o ripeterlo. Questa consapevolezza renderà ancora più significative le nostre future conquiste".







Intervista in esclusiva a Marco Mezzaroma, Presidente di Sport e Salute

LO SPORT

COME INSEGNAMENTO

DIVINITALIA

Dicembre. Palazzo H del CONI. Prima mattina. Roma, come tutte le città del nostro Belpaese, sta faticando a riprendersi dall'orgia mangiareccia di panettoni, pandori e torroni. Ma c'è chi già è al lavoro, perché non si può aspettare tempo per dare un futuro migliore allo sport italiano. Marco Mezzaroma, romano, classe 1966, imprenditore e manager di successo, da fine Luglio scorso è Presidente di Sport e Salute (già CONI Servizi), la Società nata nel 2019 per gestire i fondi dello sport del Governo ed erogarli alle Federazioni sportive (quest'anno 315, 7 milioni di Euro, +6,7%), agli Enti di Promozioni, alle Discipline sportive associate, alle Benemerite, ai Gruppi Sportivi Militari e Corpi Civili dello

Presidente, si è insediato da poco tempo. Scusi il gioco di parole... Ma qual è lo stato di Salute di "Sport e Salute"?

Ottimo. È chiaro che il mio lavoro è appena all'inizio ma i risultati che stanno arrivando sono buoni. Il nostro movimento è in costante crescita. Basti pensare che l'Italia è passata dal 5 all'11 posto delle nazioni più sedentarie al mondo. Questo risultato non può acconten-



tarci, ma siamo sulla strada giusta. La nostra mission è quella di agevolare in ogni maniera e con qualsiasi mezzo i cittadini italiani ad alzarsi dalle poltrone e fare sport. Sviluppare in ogni cittadino il valore Etico dello sport, non solo come spettacolo da vedere davanti ad una televisione, ma come protagonista nel vivere quotidiano. Noi promuoviamo i corretti stili di vita ed il Progetto si rivolge ad ogni età e fascia sociale. Questo è la principale ragione per cui è nata "Sport e Salute".

Nelle scuole c'è ancora molto da fare...

Stiamo lavorando per aumentare le ore di educazione fisica nelle scuole anche con l'iniziativa "Scuola Attiva". Ora si comincia in V elementare a fare attività gimnica, dobbiamo assolutamente abbassare la soglia e permettere di fare sport appena si comin-

#focus

cia il percorso scolastico. Comunque i numeri crescono ed i nostri Progetti prendono spessore. Quest'anno abbiamo coinvolti più di 2.000 studenti. Sul tavolo di lavoro c'è il rilancio dei Giochi della Gioventù, che hanno visto, anni addietro, la formazione di tanti bambini e ragazzi che ora sono adulti.

Non pensa che nel nostro Paese per fare sport bisogna rivolgersi esclusivamente al Privato...

Lo sport italiano vive e prolifica grazie alla dedizione ed alla passione dei genitori che ogni pomeriggio lo passano ad accompagnare e sequire i propri figli per fargli fare attività. Il nostro sistema, al momento e nostro malgrado, non può essere paragonato a quello americano. Lì, come tutti sappiamo, la scuola è un volano per la crescita di un atleta, qui quasi sempre è a carico delle famiglie. Dobbiamo capire che anche questione di cultura sportiva che nel tempo può essere cambiata per dare a tutti, e sottolineo tutti, la possibilità di giocare ed allenarsi. Un tempo si passavano pomeriggi interi a divertirsi in strada con le porte fatte dai nostri maglioni e le macchine come confine del campo, ora è impensabile.

Passiamo alla sua carriera da manager. Ha aiutato il suo nuovo incarico, essere stato co-proprietario della Salernitana Calcio per un decennio?

Il mondo del calcio è un mondo completamente a parte. A se stante. Ora il mio settore è un altro che esula dai risultati del campo. Nel pallone si



lavora tutto il giorno pensando a far quadrare i conti e rendere una Società modello, poi la Domenica arriva la partita. E a prescindere di come tu abbia lavorato in settimana, il risultato a fine partita, agli occhi della meravigliosa passione dei tifosi, decretera' il tuo successo. Noi abbiamo regalato ai nostri sostenitori ben 4 promozioni, dalla serie D alla A, poi abbiamo dovuto vendere per le normative federali (Il socio Claudio Lotito non poteva avere due squadre nella stessa categoria. NDR).

Il Decreto Crescita è terminato. Vedremo ancora squadre come l'Udinese che su 36 giocatori nelle liste ne ha solo 5 italiani?

Il calcio è cambiato. È oramai Business. I presidenti devono prestare più attenzione al Fair Play Finanziario che a seguire la crescita dei propri tesserati. Quindi se utilizzano tanti giocatori stranieri, vuol dire che conviene a tutti. Pacifico, che con la fine delle agevolazio-



Il playground di Caivano

ni fiscali, probabilmente le Società avranno un occhio di riguardo nuovamente per i settori giovanili e per giocatori cresciuti in casa. Potrebbe essere un nuovo corso per rilanciare anche la nostra Nazionale.

Sport e Salute è proprietaria dello Stadio Olimpico di Roma. Impianto progettato nel 1928 ed inaugurato nel 1953. Non è arrivata l'ora di uno Stadio nuovo?

L'Olimpico fa parte del Parco del Foro Italico, complesso monumentale, eccellenza che ci invidiano in tutto il mondo per l'incredibile fascino storico. Abbiamo appena terminato il restauro di gran parte dei mosaici dei viali di accesso ed ora stiamo portando a nuova vita lo Stadio dei Marmi. Per l'Olimpico è previsto un importante efficientamento energetico con l'installazione di pannelli fotovoltaici, che lo renda più moderno e, sempre di più, orgoglio sportivo dell'Italia. Ricordiamoci che oltre la Lazio e la Roma, gioca la Nazionale ed ospita da sempre il Sei Nazioni di rugby ed a Giugno sarà la vetrina degli Europei di Atletica.

Dopo il fallimento della candidatura all'Expo del 2030, Roma quando sarà pronta ad ospitare un Grande Evento come le Olimpiadi?

La Capitale può ospitare tutto. È oggettivamente la città più bella del mondo e non è seconda a nessuno. Come in tutte le cose, bisogna avere un Progetto che sia sostenibile sia a livello strutturale che finanziario. La governance sportiva è molto attenta a valutare occasioni ed opportunità per nuove Candidature. Sull'Expo era troppo forte la candidatura della ricchissima Riyad e penso che nonostante l'ottimo lavoro fatto, il risultato della vittoria dei Sauditi non sorprenda più di tanto.

A proposito della Città Eterna. Com è possibile che, nel silenzio assoluto, siano sparite società blasonate di pallacanestro e pallavolo?

Da sportivo dispiace molto, ma non possiamo entrare in logiche imprenditoriali private. Roma è sempre stata "calciocentrica", ma condivido che deve avere squadre ad alti livelli in tutte le discipline. Sono convinto che la riapertura del PalaTiziano sia solo il primo passo di una nuova sensibilità che sta dimostrando l'amministrazione capitolina verso compagini storiche di tanti sport che meritano palcoscenici di primo piano.

Manca poco alle Olimpiadi di Parigi. Stride il fatto che ancora nessuna Nazionale si sia qualificata. È preoccupato?



Questo è di competenza esclusiva del CONI che prepara gli atleti per questo Evento. Sono sicuro, che come sempre, arriveranno degli ottimi risultati e gli Azzurri anche in questa edizione transalpina si faranno valere. Noi abbiamo fatto il nostro, distribuendo i contributi alle singole Federazioni con nuovi modelli che si basano su tre principali criteri quali la meritocrazia, trasparenza ed inno-





vazione. Abbiamo lavorato a lungo con l' A.D. Diego Nepi Molinares per creare guesto nuovo modello di allocazione dei Contributi sportivi. Avendo un dialogo aperto con tutti i Presidenti, sono soddisfatto che abbiano apprezzato il nostro sforzo per premiare il lavoro di tutti e non lasciare indietro nessuno.

A pochi mese dal suo insediamento c'è una cosa che la rende particolarmente orgoqliosa?

In verità sono più di una. La prima è il bellissimo Progetto che è già partito a Caivano, Comune nell'hinterland di Napoli, dove stiamo riqualificando un'area che sarà destinata a 41 discipline sportive. Sono le Associazioni di quartiere che stanno collaborando in maniera decisiva alla rinascita del celeberrimo Parco Verde. Un altro orgoglio, è che a breve partirà un censimento, ultimo nel 2020, per valutare lo stato dell'arte dei 77.000 mila impianti sportivi in Italia e verificare quelli dismessi, perché siamo pronti a mutuare il Progetto "Illumina Caivano" e riproporlo sull'intero territorio nazionale. C'è anche bisogno, dopo tanto

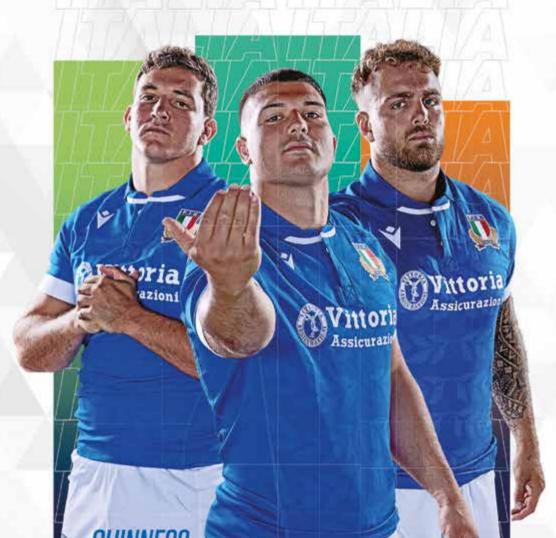
tempo, di un piano regolatore dello sport che rilanci l'impiantistica per il prossimo futuro. Inoltre, è significativo che una seconda sede di "Sport e Salute" sia stata aperta a Cosenza, dove abbiamo creato un presidio a sostegno del sistema sportivo di base per la Comunità. Dopo la Calabria ne nasceranno altri in diverse Regioni.

Infine... ripartiamo dall'inizio. Tutto pronto per l'intervista, il Presidente Marco Mezzaroma mi stoppa la domanda e scusandosi va a spegnere tutte le luci delle stanze rimaste vuote. Un chiaro segnale del rispetto della "Res publica". Un esempio da seguire. Per tutti.









SEINAZIÓNI 2024

IL GRANDE RUGBY ALLO STADIO OLIMPICO

ITALIA VS INGHILTERRA 3.2.24 · ORE 15:15 ITALIA VS SCOZIA 9.3.24 · ORE 15:15











































di Andrea Cicini - Foto Ilaria Cariello

un onore oggi per me essere con l'immenso Andrea Lanfri, 36 anni di Lucca, un ragazzo dalle mille imprese trascritte nel suo viaggio di vita. L'Atleta dal grande sorriso che ha saputo plasmare il suo nuovo "viaggio" opponendosi con determinazione a quanto la vita avesse scritto per lui. Non può esserci un giudizio, ma solo la considerazione del senso di saper andare "oltre".

Ex atleta paralimpico della nazionale di atletica leggera. oggi alpinista ed Eesploratore. Nel 2015, a 29 anni, contrae la meningite con sepsi meningococcica, dopo un mese di coma perde entrambe le gambe e sette dita delle mani. Grazie alla forza di volontà e alla passione per lo sport nel giro di un anno torna alla sua vita di prima, avvicinandosi all'atletica Paralimpica, iniziando a correre con un paio di protesi in fibra di carbonio, acquistate grazie a una raccolta fondi. Primo atleta italiano con doppia amputazione agli arti inferiori a scendere sotto i 12 secondi nei 100 metri piani, conquista tre record italiani, due medaglie di bronzo. insieme ad un argento agli Europei, e un argento ai Mondiali 2017. Sempre in quell'anno c'è il ritorno su roccia, nell'arrampicata e nell'alpinismo, discipline già praticate prima della malattia. Nel 2018 inizia la sua preparazione con montagne superiori ai 5.000 mt. È il primo atleta con pluriamputazioni a raggiungere gli 8849 metri di altitudine del Monte Everest. Detentore di svariati primati, come il più veloce miglio corso in guota, valido come Guinness World Record. Ideatore del progetto"from0to0" un evento sportivo unico al mondo mai intrapreso da un atleta paralimpico: bici, montagna e corsa; partendo e tornando al livello del mare dopo aver scalato una montagna, no stop. Una storia di grande coraggio e di straordinaria determinazione, premiata con il raggiungimento di traguardi sportivi che sembravano impossibili. Un atleta simbolo di vita e di un intero movimento sportivo nazionale. Il sogno di Andrea? Salire tutte le vette più alte dei 7 continenti, obiettivo per cui si sta allenando da anni. Ciao Andrea, grazie per essere con noi di SportClub. Sei un atleta dalle mille risorse e grandi sfide, chi sei in verità? CI parli un poco di te?

Fin da bambino sono sempre stato vivace e pieno di interessi: la scuola, la montagna, lo sport. Qualche anno fa, nel 2015, ho avuto un piccolo intoppo, così mi piace definirlo... meningite fulminante con sepsi meningococcica che mi ha portato via entrambe le gambe e sette dita delle mani. Prima di questa data ero un grande appassionato di montagna, mi piaceva di tutto: trekking, arrampicata e alpinismo. Mentre ero in ospedale, a scalare la vetta più difficile che si possa trovare, ero fortemente convinto che un giorno sarei tornato a fare le stesse cose di prima.

Un passato nell'Atletica Paralimpica, tante le soddisfazioni. Cosa porti dentro di questo periodo? Come ti ha cambiato la vita la famiglia paralimpica?

Così iniziai il mio percorso nell'atletica. Un percorso totalmente nuovo, ma in quel momento più facile che tornare a fare tutte quelle cose che facevo tutti i giorni. Ovviamente la mia passione numero uno, però, non era stata sostituita, né tanto meno eliminata. E l'atletica, mi ha dato la possibilità di tornare nelle mie montagne. Dico sempre che è stata la mia "riabilitazione". Paradossalmente ho iniziato prima a correre con i miei nuovi piedi, che con le protesi da cammino. E tutto questa voglia di "andare veloce" mi ha portato in poco tempo a fare cose che mai avrei pensato. Lo sport, in particolare la corsa nel mio caso, mi ha salvato la vita 2 volte.

Quando si incontra una disabilità, è come rinascere, puntando tutto su quello che abbiamo ancora, partendo forse dal senso di Vita. Cosa ne pensi?

È stato tutto molto veloce e senza motivazioni logiche. Possiamo dire che quando si tocca il fondo, si possono fare solo due cose: rimanere oppure risalire. lo da appassionato di montagna e scalate ho decisi ovviamente di risalire. Durante il mio periodo in ospedale, soprattutto al mio risveglio dal coma, ero ancora tutto "intero" ma vedevo ed ero consapevole che i miei arti molto difficilmente sarebbero tornati come prima. Poi quando i medici sono stati costretti, per salvarmi la vita ad amputare le gambe e le dita, e quando ho visto che mancavano i piedi, la mia prima reazione non fu di sconforto né di paura ma fu di desiderio di "dispetto" verso questo batterio che voleva fermarmi, e pensai che avrei corso! La corsa era la peggiore cosa che potevo fare a "colui" che voleva fermarmi ed io sarei andato veloce!

Perché ad un certo punto hai deciso di puntare all'alpinismo? Cosa ti trasmette e ti lascia?

Già da piccolo intraprendevo le mie piccole ma grandi avventure. Insieme a amici di paese partivamo in tenda e zaino in spalla e si camminava per giorni nel monti dietro casa: i Monti Pisani fra Lucca e Pisa. Qui avevo 9 anni, e il desiderio di camminare e scoprire sempre posti nuovi, era il nostro passatempo preferito. Via via crescendo ho iniziato a fare passeggiate, percorrere lunghi sentieri e praticare trekking. Ho spostato ogni anno l'asticella in avanti, prima in Toscana poi sulle Dolomiti, ecc, infine l'arrampicata sportiva e l'alpinismo. Tutto questo era la mia vita prima della malattia, e ho sempre desiderato che tutto continuasse. L'atletica è stata un bella parentesi della mia vita, ma sapevo che la montagna sarebbe tornata, era solo questione di tempo. L'impresa, l'alpinismo hanno il sapore della sfida, una sfida molto spesso personale e questa è la mia passione.

Tra paure e sfide non hai mai mollato, cercando sempre di andare oltre. Quale sono le imprese che porti nel cuore?

Difficile selezionare una sola impresa. Ogni salita o avventura è unica. Proprio lungo questi viaggi di momenti importanti ne ho vissuti veramente tantissimi... impossibile stilare una classifica. Sono emozioni non solo a livello "alpinistico" ma anche umano ed esplorativo. La grande emozione che provai al mio ritorno a casa dall'ospedale e soprattutto le prime uscite con gli amici nelle mie mon-









tagne di casa: quelle furono e rimangono dei bellissimi ricordi, un mix di emozionei, curiosità e voglia di tornare a vivere.

Se dico "Everest with three fingers" cosa mi sai raccontare? Come è stato raccontare e raccontarsi in un impresa così piena di emozioni?

Alla fine la vetta del monte Everest, i famosi 8848 per me rappresentano la fine di un lungo cammino iniziato anni fa. La bellezza di questa avventura non sarà solamente la salita della montagna, ma la sua bellezza sarà proprio tutto. Quando mi fu proposto di registrare l'avventura per realizzare un documentario, era molto felice, solo dal fatto di poter rivedere più volte quei posti e tornare a tutte quelle emozioni provate sul posto. Poter raccontare la mia storia, voglio solo sperare che possa essere di "ispirazione" per tutte quelle persone che abbiano bisogno di "ispirarsi" per poter riprendere la vita appieno!

Sei il primo atleta con pluriamputazioni a raggiungere gli 8849 metri di altitudine del Monte Everest. Da dove è nata questa sfida?

La grande emozione l'ho provata quando ho visto la vetta, ho visto la fine della montagna.. E' stata un emozione diversa dalle altre ovviamente, ricordo che il mio pensiero è andato in dietro nel tempo, pensando a tutti quegli allenamenti e tante altre montagna salite per poter arriva in vetta all'Everest. La grande emozione è stata compiere quel viaggio, quell'avventura non iniziata con il trekking da Lukla, ma iniziata anni prima, da quando ho iniziato a pensare a questo progetto, a tutte le emozioni e a tutte quelle persone che mi hanno aiutato a realizzare questa impresa. Un progetto nato dall'idea di dimostrare che si può andare ben oltre i propri limiti se si crede veramente i noi stessi.

Il rapporto tra tecnologia, psicologia ed innovazione, quanto è importante per le tue imprese?

Una volta il mio tecnico ortopedico mi disse: "le protesi non ti porteranno da nessuna parte, ma sarai tu a portare in giro loro!". Una frase che ad oggi mi è rimasta veramente impressa, e aveva ragione. La tecnologia oviamente aiuta, ma tutto parte dalla nostra volontà. Puoi avere tutto e di più ma se manca la volontà, la passione, il desiderio di fare una cosa, tutto è inutile.

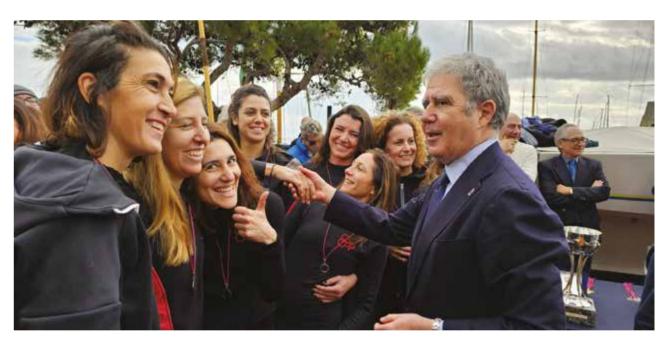
Quale potrebbe essere un tuo messaggio di vita da condividere con le generazioni di oggi?

Da questo mio intoppo, non nè sono uscito incolume da questa battaglia, il meningococco si e portato via le gambe e sette delle sue dita, ma non si e portato via la mia voglia di vivere, la mia allegria, la mia incredibile forza d'animo, che mi ha permesso di trasformare questa esperienza in una ulteriore spinta in avanti, in potenza. E' per me bello poter essere anche solo in minima parte uno stimolo per qualcuno. Non bisogna mai smettere di sognare. In fondo i giudici più severi siamo noi stessi.

Il mio motto? "La fatica è temporanea, mentre la soddisfazione è per sempre", una frase che a volte ripeto dentro di me anche durante le mie pazze avventure!

SI VESTE DI ROSA LA 108ESIMA EDIZIONE DELLA COPPA LYSISTRATA

La prima volta del CC3Ponti alla Manifestazione di canottaggio "Lysistrata" nel Golfo di Napoli vede 2 equipaggi sul podio della Coppa Sebetia femminile tra i suoi 5 equipaggi in finale nelle diverse categorie



gonismo e bellezza si sono dati appuntamento, una volta di più, sullo splendido golfo di Napoli alla "Lysistrata 2024", manifestazione di canottaggio in barche di tipo regolamentare organizzata dal Circolo del Remo e della Vela Italia con il suo presidente, Roberto Mottola di Amato. Una gara storica, in Italia la più antica e in Europa seconda solo alla Coppa del Re di Inghilterra. Il bellissimo trofeo d'argento, che resterà nelle vetrine del Circolo organizzatore recando inciso il nome della società vincitrice di ogni anno, fu un regalo al Real Circolo Canottieri Italia del magnate americano Gordon Bennett Jr. nel 1909, quale ringraziamento per l'ottima ospitalità offerta dal Circo-

lo al piroscafo "Lysistrate", imbarcazione di punta della sua flotta. Da allora è un trofeo challenge di canottaggio per la categoria master 8 yole. Una gara che come una matrioska contiene al suo interno tante, diverse, gare: Time Trial; Coppa Sebetia (Coppa del R.Y.C.V. Savoia) riservata alle vogatrici senza limiti di età in 8 yole; coppa Romolo Galli, particolarmente cara agli organizzatori, per la categoria U19 maschile in 4 yole; Coppa Cappabianca per la categoria U19 maschile in canoino; Coppa Giuseppe D'Amico, categoria Master maschile in 8 yole; Coppa Lysistrata Under 14 maschile e femminile in 4 di coppia GIG; Coppa Pattison, per la categoria U17 maschile in 4 yole; Gara categoria Master maschile in 4 di coppia Co-



stal Rowing; Coppa Gabriele Valente (Coppa del C.N. Posillipo) per atleti categoria U17 maschile in doppio canoe; e infine la Coppa Lysistrata, Open maschile in otto vole, vinta quest'anno proprio dal C.R.V. Italia con l'equipaggio allenato da Antonio Colamonici, primo tra gli otto eguipaggi in gara e seguito sul podio dal Cus Bari e dall'Armo del C.N. Posillipo. Subendo nel tempo diverse modifiche, è però dagli anni '50 che il campo di gara di 1000 metri in linea dritta si dipana nel tratto di mare che da Margellina arriva Piazza della Vittoria, appena sotto Castel Dell'Ovo, col pubblico ad affacciarsi dalla tribuna naturale della passeggiata a mare della città partenopea, via Caracciolo. 108esima edizione per la Coppa Lysistrata, caratterizzata dalla presenza di circa 100 donne in barca. Una crescente partecipazione femminile importante, per il canottaggio e per lo sport in genere. Lysistrata era del resto un personaggio femminile dell'antichità, che prometteva amore, insieme alle altre donne greche che seppe coinvolgere. solo in cambio del raggiungimento della pace. Il nome della manifestazione viene così a rimandare anche ad uno Sport che accanto all'agonismo sappia promuovere i valori collaborativi dello spirito di squadra e della reciproca crescita. 107 le atlete quindi, sui 365 iscritti alla manifestazione 2024 negli equipaggi in gara anche per la Coppa Sebetia, che per la 5a volta sarà vinta dal RYCC Savoia, di Flaviano Ciriello. Tra questi, il CC3Ponti di Roma schierava 4 equipaggi femminili, 3 entrati in finale e 2 giunti sul podio: medaglia d'argento Coppa Sebetia per l'equipaggio del CC3P timonato da Giulia Benigni, anche Vicepresidente del circolo romano, condotto da Giulia Guerrini con a bordo Serena Di Nino, Costanza Muratori, Flavia Ramadori, Luisa Marsoner, Raffaella Polimanti, Francesca Fiore Nove Palleschi, e Caterina Cadamuro. Medaglia di bronzo Coppa Sebetia invece per l'equipaggio timonato da Sara Arena con al numero 1 Giuseppina Nuzzo e dietro Roberta Pigliacampo, Maria Antonietta Giannini, Monica Giannini, Anna Palomba, Francesca Severini, Valentina La Cava, Mirta Angelini. Grande soddisfazione espressa al termine della gara dal presidente del CC3Ponti e tecnico di canottaggio di IV livello europeo Riccardo Dezi, per aver

visto ben cinque dei suoi equipaggi in finale nelle varie categorie della Manifestazione Lysistrata 2024, tra cui anche i due equipaggi maschili, e per il podio conquistato dalle atlete. Una conferma per lui della giusta direzione intrapresa dal suo circolo sia nel lavoro quotidiano con le atlete e gli atleti iscritti, sia nella crescente partecipazione con buoni risultati alle competizioni sportive italiane ed europee con i suoi equipaggi Master, che infine nelle tante nelle attività di promozione dello sport inclusivo e solidale che organizza o a cui è presente. Su tutto una Napoli accogliente e coinvolta durante le gare come poi alla cerimonia di premiazione ospitata nella terrazza del C.R.V. Italia. Non poteva mancare il Presidente della Federazione Italiana Canottaggio, Giuseppe Abbagnale, con i padroni di casa del C.R.V. Italia, tutti a sottolineare l'impegno profuso impegno a diversi livelli nell'attività remiera nella regione. A testimoniarlo anche i diplomi di Socio Benemerito consegnati durante la cerimonia come esempi di questo lungo impegno e dedizione dal Presidente Abbagnale a Pasquale Giugno e a Roberto Di Leva, e la targa Premio Giovanni Mercanti 2020 al giornalista de Il Mattino Gianluca Agata.





ALL'OLIMPICO È ANDATO IN SCENA

IL GALA DELLO SPORT OPES

Una serata di gala guidata da un forte senso di solidarietà e responsabilità e ispirata dal motto "Lo sport per tutti, tutti per lo sport". Si può racchiudere così l'essenza del Gala dello Sport di OPES, Associazione di Promozione Sociale ed Ente di Promozione Sportiva riconosciuto da CONI e CIP che ha una precisa missione: gestire un programma sostenibile di sviluppo di promozione sportiva, sociale e culturale che generi valore per la comunità e la persona.

di Luca Pezzini

a quinta edizione è andata in scena lo scorso 19 dicembre ed è stata realizzata con il contributo della Regione Lazio e dell'Istituto del Credito Sportivo, con il patrocinio dei Ministero dell'Interno, dell'Agricoltura, della sovranità alimentare e delle foreste, dell'Ambiente e della Sicurezza Energetica, del Lavoro e delle Politiche sociali, della Cultura, del Turismo, dello Sport e i Giovani e della Disabilità, dell'Agenzia Italiana per la Gioventù, di Roma Capitale assessorato allo Sport, di CONI, CIP, e Sport e Salute Spa e con il supporto di F.I.G.C., F.I.PAV, Federazione Italiana Rugby, As Roma, Frosinone Calcio, SS Lazio, Confcooperative Roma, Consulta Terzo Settore OPES, Dott. Marco Coletta,





Fondazione Sicurezza e Libertà. Lead broker&consulting. Comitato Provinciale di OPES Roma e Comitato Provinciale di OPES Latina. Il Gala di OPES ha richiamato all'interno del foyer dello Stadio Olimpico di Roma autorità del calibro del Ministro per lo Sport e i Giovani, Andrea Abodi, del Viceministro del Lavoro e delle Politiche sociali, Maria Teresa Bellucci, del Sottosegretario di Stato all'Istruzione e al Merito, Paola Frassinetti, e dell'On. Marco Perissa, ma anche protagonisti dello sport system italiano, con in testa Silvia Salis, Vicepresidente vicario del CONI, Marco Mezzaroma e Diego Nepi Molineris, Presidente e AD di Sport e Salute SpA, e personalità del Terzo Settore e del mondo dell'associazionismo. Tutti uniti dalla volontà di celebrare il diritto allo sport, finalmente collocato all'interno dell'articolo 33 della Costituzione, e di restituire qualcosa alla società, aiutando chi ha più bisogno o chi rischia di rimanere ai margini. Momenti istituzionali, conviviali e di riflessione hanno caratterizzato il format dell'edizione 2023. Rispetto agli anni precedenti, OPES ha effettuato dei piccoli accorgimenti o ritocchi ma ha lasciato intatto lo spirito originario del suo Gala. Che rimane sempre una charity dinner per raccogliere fondi in favore di lodevoli iniziative e di nobili progetti, promossi da associazioni o da organizzazioni non lucrative di utilità sociale. Quest'anno, tutti i proventi della serata e della raccolta fondi, derivante dall'asta di beneficenza che è stata illustrata allo Stadio Olimpico e che rimarrà attiva fino al prossimo 28 marzo, saranno destinati alla Fondazione Bambino Gesù Onlus e al Progetto Filippide. Solo con la generosità delle erogazioni liberali di chi ha partecipato alla cena di Gala sono stati raccolti oltre 40 mila euro. Una cifra importante che è destinata a crescere, grazie alle migliori offerte provenienti da coloro che vorranno accaparrarsi i 12 cimeli dell'asta. Le divise del Brasile e del Napoli Campione d'Italia nel 1987, autografate rispettivamente da due leggende del calcio mondiale come Pelé e Diego Armando Maradona, così come le maglie azzurre della Nazionale di rugby, di Paola Egonu e di Federico Chiesa, le "camisete" dell'Argentina 2006, della Roma, della Lazio e del Frosinone, con le rispettive firme di Leo Messi, Romelu Lukaku, Ciro Immobile ed Ilario Monterisi, faranno gola a collezionisti e ad appassionati di memorabilia. Lo stesso dicasi per oggetti che trasudano sport o che raccontano vittorie e momenti indelebili, come il pallone da rugby con gli autografi degli Azzurri della palla ovale, i pantaloncini indossati da Emanuele Blandamura nella serata che lo ha consacrato per la seconda volta Campione Europeo di pugilato e la medaglia di bronzo delle Olimpiadi del 1960. Ogni oggetto, in definitiva, arricchirà la somma che OPES devolverà il prossimo 6 aprile alle cause sostenute e genererà una ricaduta sociale di inestimabile valore. Come detto in precedenza, l'asta si chiuderà il prossimo

Vittoria ssicurazion 28 marzo. Pertanto, c'è ancora del tempo per formula-

re l'offerta giusta. Le modalità di partecipazione sono semplici. È sufficiente inviare una pec all'indirizzo beneficenzaopes@pec.it, inserendo i propri riferimenti (nome e cognome), il nome del cimelio e la propria proposta. In



più, sarà necessario allegare al messaggio di posta elettronica la copia della carta d'identità, nel caso in cui l'interesse arrivi da una persona fisica, o la visura camerale e il documento d'identità del legale rappresentante o del sottoscrittore, qualora la proposta provenga da una realtà profit o non-profit. Fino alla deadline, prevista per le ore 12:00 del 28 marzo 2024, sarà possibile conoscere l'offerta più alta effettuata per ogni singolo cimelio, collegandosi alla seguente pagina web: https://www.risorse. news/2023/12/22/lo-sport-per-tutti-asta-beneficenza/ "Come ogni anno - ha commentato il Presidente Nazionale di OPES. Juri Morico - il Gala dello Sport ha regalato emozioni ed unito i partecipanti sotto il motto de "Lo sport per tutti, tutti per lo sport". È stata una serata piena di sianificati, di valori e, soprattutto, di solidarietà. Ringrazio le autorità e le personalità intervenute e tutti coloro che, con grande entusiasmo, senso di responsabilità ed altruismo, hanno contribuito a sostenere le cause e le iniziative di Fondazione Bambino Gesù Onlus e Progetto Filippide. La novità di quest'anno è che l'effetto e lo spirito del Gala avranno un seguito, grazie proprio alla trasformazione del motto "Lo sport per tutti, tutti per lo sport" in un progetto dal forte richiamo sociale e pedagogico. Durante la serata del 19 dicembre, abbiamo presentato una linea d'intervento, quella della raccolta fondi tramite l'asta di beneficenza, e annunciato che il prossimo 6 aprile, in occasione della Giornata internazionale dello sport per lo sviluppo

e la pace, all'interno del prestigioso Salone d'Onore del

CONI, consegneremo i proventi alle due charity. Ma l'ini-

ziativa che abbiamo immaginato, e che realizzeremo nel

corso dei prossimi mesi con il sostegno ed il supporto del-

le Istituzioni e dei nostri partner, si compone pure di una

campagna di comunicazione e sensibilizzazione e di in-

do grado della Capitale. Vogliamo ripetere nelle scuole l'esperienza degli speech motivazionali del Cardinale Gianfranco Ravasi e della Campionessa del mondo di kickboxing Elena Pantaleo, che hanno contrassegnato un momento del nostro ultimo Gala dello Sport. Siamo sicuri che le parole dei Campioni dello Sport possano illuminare il percorso di crescita dei nostri teenager e far comprendere loro l'importanza della sana pratica sportiva o motoria per il loro benessere psico-fisico. Con il Gala dello Sport e con il progetto "Lo sport per tutti, tutti per lo sport", in sintesi, vogliamo generare valore nel nostro tessuto sociale e migliorare la vita dei cittadini, soprattutto di chi ha più bisogno di aiuto".

30 | Gennaio 2024 | Sport Club 31 | Gennaio 2024 | Sport Club



T MIGEOR

Scopriamo i migliori cartoni animati per bambini che si possono vedere in tv e su youtube; le produzioni più interessanti in grado di tenere compagnia ai nostri piccoli e perché no, anche a noi. Alla ricerca dei cartoni in grado di dare un supporto educativo positivo e stimolante, in grado di non essere solo "babysitter virtuali", ma anche momento di crescita e conoscenza.

1.BOB AGGIUSTATUTTO

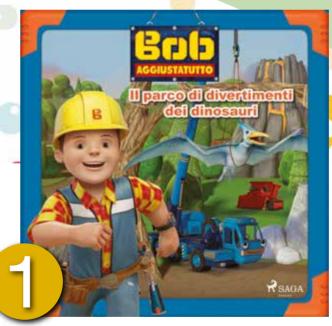
Ottimo cartone per bambini più grandicelli, diciamo dai 4-5 anni in su. Il linguaggio e gli argomenti trattati, sono assolutamente ben presentati e interessanti.

Fondamentalmente il nostro Bob è un tuttofare appassionato di tecnologia e bricolage. La grafica è ben fatta e non stanca gli occhi, così come gli episodi, normalmente lunghi 20 minuti.

2.CURIOSO COME GEORGE

Splendido cartone animato dove in ogni puntata miglioreremo le nostre nozioni su diversi argomenti; dallo spazio alle stelle, passando per le stagioni e il cibo.

Protagonista assoluto è George, una scimmia molto simpatica e curiosa, in grado di soddisfare tutte le curiosità dei più piccoli. Adatto a diverse fasce di età.



3.DANIEL TIGER

Ottimo progetto con grafica e disegni molto retrò, dove avremo come protagonista principale Daniel, una Tigre che ad ogni episodio affronterà un capitolo diverso della vita. Ideale per far familiarizzare i nostri piccoli con alcuni piccoli scogli, come l'inizio della scuola o le visite dal dottore.

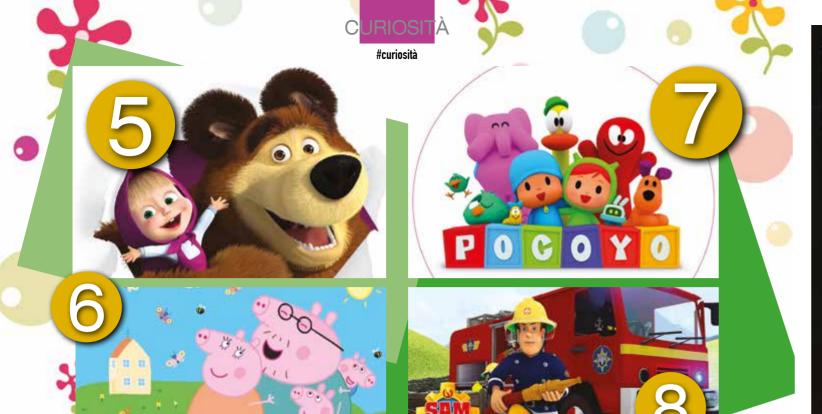


4.GIANNI PICCINO

Gianni Piccino è un ottimo cartone animato, ideato specificatamente per i più piccoli. Le figure molto grandi, così come il linguaggio lento e semplice, consente di apprendere concetti basilari e facili, come i colori, le forme e tante tante altre cose. Adatti a bambini dai 2 anni in su.



32 | Gennaio 2024 | Sport Club 33 | Gennaio 2024 | Sport Club





5. MARSHA E ORSO

Grande classico che da anni riesce a fare le fortune di tantissimi genitori. Puntate semplici, godibili e leggere con ottimi insegnamenti e tematiche di fondo. Un vero e proprio must irrinunciabile.

6. PEPPA PIG

Anche in questo caso grande garanzia e sinonimo di sicuro successo. Peppa Pig è uno dei cartoni animati più famosi e conosciuti al mondo, grazie ad una semplicità infallibile, ai disegni semplicissimi e intuitivi, e alle puntate, mai banali e prive di significato.

7. POCOYO

Arriva dalla Spagna il nuovo fenomeno dei Cartoni Animati. Le vicende di PocoYo renderanno i vostri bambini completamente pazzi sia per lo stile, asciutto ed essenziale, sia per il calore e la dolcezza che verranno trasmessi da questo piccolo essere.



8. SAM IL POMPIERE

Chi da piccolo non voleva fare il pompiere? Seguendo le vicende di Sam, sempre impegnato ad aiutare il prossimo, buoni propositi e sentimenti verranno insegnati con semplicità, candore e intelligenza.

9. SIMONE

Simone è un giovane e simpatico coniglietto, che dovrà affrontare diverse situazioni assieme ad amici e amiche. Puntate da 30 minuti assolutamente fresche, leggere e godibili.

10. SPONGEBOB

Per chi avesse vissuto gli ultimi anni su Marte, Spongebob è la spugna marina più famosa del mondo. Cartone Animato famosissimo e riuscitissimo, raramente sarà ripetitivo, privo di significati e di interesse. Una garanzia al 100%.























WORLD'S



er la cucina italiana il miglior piazzamento lo conquista Lido 84 a Gardone Riviera (Brescia) dello chef Riccardo Camanini, che sale dall'ottava alla settima posizione. Il Reale di Niko Romitodi Castel di Sangro scende invece di un gradino (dal 15 esimo al 16esimo posto). Uliassi a Senigalli conquista la 34esima posizione, Le Calandre dei fratelli Alajmo è in 41esima posizione, e Piazza Duomo di Alba guidato dallo chef Enrico Crippa si trova alla 42 esima posizione numero 42 (nel 2022 era 19esimo). L'Italia resta quindi senza new entry, dunque rimane un po' di amaro in bocca. Il ristorante Mudec dello chef Enrico Bartolini è stata invece l'unica new entry italiana nelle posizioni dalla 51 alla 100, rese note in prece-



Asador (Etxebarri Atxondo)



Il primo classificato: il Central (Lima



Sopra il Disfrutar (Barcelona),sotto il Diverxo (Madrid



denza, conquistando l'85esimo posto. La classifica di da esperti gourmet itineranti che compongono la The World's 50 Best Restaurants Academy. Con un'equale 27 regioni diverse in tutto il mondo, ognuna delle quali

CLASSIFICA TOP 50

- 1. CENTRAL (LIMA) 2. DISFRUTAR (BARCELONA)
- 3. DIVERXO (MADRID)
- 4. ASADOR (ETXEBARRI ATXONDO)
- 5. ALCHEMIST (COPENHAGEN)
- 6. MAIDO (LIMA)
- 7. LIDO 84 (GARDONE RIVIERA)
- 8. ATOMIX (NEW YORK)
- 9. QUINTONIL (MEXICÓ CITY)
- 10. TABLE BY BRUNO VERJUS (PARIS)
- 11. TRÈSIND STUDIO (DUBAI)
- 12. A CASA DO PORCO (SÃO PAULO)
- 13. PUJOL (MEXICO CITY)
- 14. ODETTÉ (SINGAPORÉ)
 - 15. LE DU (BANGKOK)
- 16. REALE (CASTEL DI SANGRO)
- 17. GAGGAN ANAND (BANGKOK)
- 18. STEIRERECK (VIENNA)
- 19. DON JULIO (BUENOS ÁIRES)
- 20. QUIQUE DACOSTA (KENIA)
- 21 DEN (TOKYO)
- 22. ELKÀNO (GÉTARIA)
- 23. KOL (LONDON)
- 24. SEPTIME (PARÍS) 25. BELCANTO (LISBON)
- 26. SCHLOSS SCHAUENSTE IN FÜRSTENAU
- 27. FLORILÈGE (TOKYO)
- 28. KJOLLE (LIMA)
- 29. BORAGÒ (SANTIAGO)
- 30. FRANTZÉN (STOCKHÓLM)
- 31. MUGARITZ (SAN SEBASTIAN)
- 32. HIŠA FRANKO (KOBARID)
- 33. EL CHATO (BOGOTÁ)
- 34. ULIASSI (SÈNIGALLIA)
- 35. IKOYI (LONDRA)
- 36. PLÉNITUDE (PARIGI)
- 37. SÉZANNE (TOKYO)
- 38. THE CLOVÈ CLUB (LONDRA)
- 39, THE JANE (ANVERSA)
- 40. RESTAURANT TIM RAUE (BERLINO)
- 41. LE CALANDRE (RUBANO)
- 42. PIAZZA DUOMÒ (ALBA)
- 43. LEO (BOGOTÁ)
- 44. LE BÈRNARDÍN (NEW YORK)
- 45. NOBELHART & SCHMUTZIG (BERLINO)
- 46. ORFANI BROS BISTRO DUBAI
- 47. MAYTA (LIMA)
- 48. LA GRENOUILLÈRE LA MADELEINE-SOUS-MONTREUIL
- 49. ROSETTA MEXICO CITY
- 50. THE CHAIRMAN (HONG KONG)



The World's 50 Best Restaurants è votata da 1.080 esperti internazionali nel settore della ristorazione e presenza di donne e uomini, l'Academy comprende conta 40 membri incluso un presidente.



Negli ultimi anni, la crescente preoccupazione per il coinvolgimento dei giovani in ambienti negativi ha spinto molte comunità a cercare soluzioni innovative. Uno degli strumenti più potenti a disposizione è lo sport, un veicolo versatile che può svolgere un ruolo chiave nel riportare i ragazzi lontano dalle strade pericolose e offrire loro un ambiente positivo in cui crescere e svilupparsi. Lo Sport come alternativa costruttiva.

di Marco Oddino

I mondo dello sport offre molteplici possibilità di coinvolgimento per i giovani, con una vasta gamma di discipline che si adattano a diversi interessi e talenti. L'accesso a programmi sportivi ben strutturati può aprire porte a opportunità sociali, educative e di sviluppo personale, fornendo ai ragazzi alternative positive alle influenze negative presenti nelle strade. Costruzione di Comunità: La partecipazione a squadre sportive favorisce la creazione di una forte comunità. Gli atleti imparano il valore del lavoro di squadra, della lealtà e della condivisione di obiettivi comuni. Queste lezioni si traducono in relazioni significative che fungono da so-



DI INCLUSIONE SOCIALE



stegno sociale, riducendo il rischio di coinvolgimento in attività illegali o dannose. Sviluppo di Competenze: Lo sport non solo offre benefici fisici, ma anche un terreno fertile per lo sviluppo di competenze importanti per la vita. Gli atleti imparano a gestire la pressione, a stabilire obiettivi e a gestire il tempo in modo efficiente. Queste competenze trasversali non solo sono cruciali per il successo nello sport, ma sono altrettanto rilevanti nella vita di tutti i giorni. Mentorship e Modelli Positivi: I programmi sportivi spesso coinvolgono allenatori e mentori che agiscono come modelli positivi. Queste figure possono influenzare profondamente la vita dei giovani, guidandoli non solo nella pratica dello sport, ma anche nella navigazione delle sfide della vita. I rapporti costruiti tra allenatori e giovani atleti possono essere duraturi, offrendo un sostegno costante e un punto di riferimento in momenti critici. Inclusione Sociale: Lo sport è un linguaggio universale che può superare barriere culturali ed economiche. La partecipazione a squadre sportive favorisce l'inclusione sociale, creando un ambiente in cui la diversità è celebrata e le differenze vengono abbattute. Questo senso di appartenenza può essere particolarmente significativo per i ragazzi che altrimenti potrebbero sentirsi emarginati o trascurati.

#territorio









Proprio in quest'ottica si inserisce THE SPOT, lodevole progetto che il fondatore Willy Zanchelli porta avanti da moltissimi anni ad Ostia grazie al suo bellissimo skatepark che ogni settimana raduna migliaia di ragazzi e ragazze insieme anche alle loro famiglie, per divertirsi ed imparare questo sport. THE SPOT organizza da anni diversi eventi



legati anche al basket, breakdance, graffiti, musica, ma soprattutto è la location ufficiale da sempre dei campionati italiani, europei e mondiali che si svolgono in Italia.

SCOPRIAMO QUALCOSA DI PIÙ INSIEME A WILLY.

Quando nasce l'idea e perchè?

THE SPOT nasce nel 2003, da un gruppo di amici che ha messo insieme le proprie esperienze sportive per realizzare qualcosa di costruttivo. Abbiamo scelto di farlo nel quartiere in cui abbiamo sempre vissuto. Inizialmente, pensavamo ad un basket playground stile USA. Ci sembrava un modo efficace per offrire qualcosa al quartiere ed ai suoi ragazzi. Dopo pochissimo tempo però, vedendo la passione degli skater che frequentavano la zona, abbiamo pensato che fosse una buona idea proporre uno skatepark. All'inizio non sapevamo come sarebbe evoluto il tutto, ma oggi, a distanza di oltre 20 anni eccoci qui, con tante attività ed eventi organizzati anche per importanti aziende, ed una community grande e solida che ci supporta costantemente e che può contare su di noi.

Ostia sappiamo tutti che non è una piazza semplice. Quali difficoltà hai trovato all'inizio?

Come Ostiensi doc, abbiamo messo da parte il pregiudizio, e ci siamo rimboccati le maniche, a dispetto di molte persone critiche che ci dicevano che quello che volevamo fare era folle e destinato al fallimento. Invece, abbiamo scelto il dialogo e l'apertura verso tutti, e la risposta della città è stata eccezionalmente positiva. Siamo stati visti come







una risorsa in un territorio i cui giovani o non potevano fare sport, o non lo mettevano tra le loro priorità, mentre invece il gioco e lo sport sono diritti fondamentali del giovane.

Un progetto che ti ha permesso di unire lo sport, attraverso una filosofia di vita che è quella di chi fa parte del mondo delle "tavole" con la voglia di togliere i ragazzi dalla strada per formare una community sana e con valori ben precisi. Ci racconti qualcosa di più?

Sin da piccoli abbiamo avuto la possibilità di viaggiare, in molti paesi europei, in Asia e negli USA. Qui abbiamo notato che lo skateboarding ha un potenziale smisurato in termini di creazione di community, perchè è informale e permette di esprimere creatività e tecnica senza troppe costrizioni. Come ebbe modo di dire il nostro carissimo amico e mentore Sasha Steinhorst (RIP), "lo skateboarding è una forma d'arte, in cui la città è la tela e la tavola il pennello con i colori, con i quali dipingere quello che si vuole. Si tratta della più libera e vera forma di sport che si possa praticare". Forse, la cosa che ci ha più colpito dello skateboarding è il fatto che anche in contesti sportivi di alto livello lo spirito competitivo è sopravanzato dal senso di comunità. Non sono a conoscenza di altri sport o attività in cui si esulta per il successo altrui come accade nello skateboarding.

Come sono i rapporti con le istituzioni e cosa gli chiederesti per valorizzare ulteriormente il sistema? E per THE SPOT quale desiderio avresti?

I rapporti sono costruttivi e molto positivi a tutti i livelli: c'è dialogo, una costante interazione culminata lo scorso Ottobre con WORLD SKATE. In questa occasione si è creata una sinergia unica, nell'ambito della quale tutti hanno dato un contributo fattivo, senza badare ai colori o agli interessi po-

litici. Sia il Municipio X che Roma Capitale e la Regione Lazio hanno garantito un grande supporto, permettendo agli organismi sportivi, FEDERAZIONE ITALIANA SPORT ROTEL-LISTICI. SPORT E SALUTE e Ministero dello Sport, di svolgere al meglio il loro compito istituzionale. Questo evento è la prova che questi sport hanno grande potenziale e che Ostia è la location perfetta per ospitarli. Abbiamo tutto: il mare, le pinete, la cultura ed una gastronomia che il mondo ci invidia. Per THE SPOT non chiediamo niente, ma auspichiamo per la città che si potrà far crescere ulteriormente il nostro progetto, per renderlo ancora più esteso ed inclusivo, così da poter offrire più contenuti anche per promuovere la destinazione Ostia, che in questo momento si trova in pole position a livello nazionale ed europeo per questo sport. Sappiamo che altri comuni d'Italia, tra cui Modena. hanno stanziato fondi per realizzare strutture analoghe a THE SPOT. Questo ci fa molto piacere, ed è estremamente importante anche per la nostra città riuscire a sfruttare questo abbrivio, per porsi ancora più al centro della scena mondiale. Questa estate abbiamo ospitato per mesi alcuni tra ali skater migliori del mondo ed il loro entusiasmo per lo skatepark e la nostra città ci hanno fatto ancor più aprire gli occhi di fronte ad un potenziale che deve essere ulteriormente sviluppato.

Quali sono gli eventi più importanti che avete ospitato e con cui collaborate ancora?

Oltre al già citato evento WORLD SKATE, valido come qualifica per le Olimpiadi di Parigi 2024, siamo stati i primi nel 2010 a portare in Italia TONY HAWK & Friends: parliamo di una leggenda! Abbiamo inoltre organizzato 5 edizioni di WORLD CUP SKATEBOARDING e 3 di ETNIES EUROPEAN









collaborazioni con sponsor e partner, di ogni settore merceologico. Ad oggi, la cosa che possiamo evidenziare - in un generale contesto di difficoltà a livello internazionale - è una storica mancanza di capacità dei marchi del settore tecnico dello skateboarding di supportare la scena ed alimentarne eventi ed attività. La maggior parte del supporto finanziario arriva dall'extra-settore, nonostante la presenza, anche in Italia, di marchi importanti e prestigiosi. E' forse mancata in passato - ma ciò potrebbe cambiare - una visione specifica che inquadri lo skater non solo come cliente di un prodotto, ma come un membro attivo dell'"industria" stessa dello sport.

So che hai in testa di fare un format televisivo, dove si svolgono gare in varie specialità, ci puoi svelare qualcosa di più e quali sono?

E' un'idea che ci gira per la testa da parecchio tempo. Si tratta di un format a squadre miste, composte di atleti di vari "urban" sport: skateboard, basket 3x3, street football e breakdance per esempio. I team competono contro i loro omologhi nelle rispettive specialità in eventi e gare, portando punti alla propria squadra. In questo momento siamo in fase di sviluppo, ed in cerca del giusto partner media TV che possa sposare il progetto.

Quali sono i tuoi progetti e obiettivi futuri?

THE SPOT punta ad offrire un'esperienza sempre più immersiva, grazie ad una proposta sportiva sempre più ricca ed un'accoglienza puntuale per enfatizzare al massimo anche l'intrattenimento. Abbiamo intenzione di aggiungere delle altre strutture sportive e relative attività, perchè crediamo molto alla polivalenza delle strutture sportive. Stiamo guardando ad infrastrutture per la pratica del basket 3x3 con un playground, della breakdance con la prima "plaza" d'Italia, del surf skate e di molte altre, tra cui l'arrampicata sportiva. Dal punto di vista degli eventi, nel breve periodo intendiamo proseguire con le collaborazioni di cui abbiamo parlato in precedenza, perchè secondo noi funzionano bene e sono utili alla città ed allo sport. In questi 20 anni di attività abbiamo imparato tanto e faticosamente ed oggi siamo ben consapevoli che per crescere ancora, il nostro impegno dovrà essere maggiore sia in termini qualitativi che quantitativi.

Sogno nel cassetto?

Creare il primo Club in Italia dello skateboarding, strutturato come una vera e propria società sportiva.

OPEN, di cui una all'interno dello Stadio dei Marmi, al Foro Italico. Abbiamo un ottimo rapporto sia con WORLD SKATE (che è l'organismo riconosciuto dal CIO per lo skateboarding) che con FISR (Federazione Italiana Sport Rotellistici) e da anni ospitiamo competizioni del circuito CIS (Campionato Italiano di Skateboarding). Prevediamo che queste collaborazioni continuino anche durante il 2024 ed inoltre, siamo sempre lieti di mettere la struttura e la nostra esperienza a disposizione degli skater, che sono l'elemento più importante, poi tutto il resto viene di conseguenza.

Come si finanzia un centro del genere?

E' molto difficile dare una risposta esauriente e che non risulti noiosa. In generale dipende dal centro sportivo in sè, cioè dalle condizioni ed i disciplinari che ne regolano l'utilizzo (privato o pubblico). Le voci di entrata possono essere di tipo commerciale (punto vendita e di ristoro per esempio), sportivo (lezioni e corsi di skateboard, centri estivi) o provenire da operazioni di marketing, in particolare attraverso le sponsorizzazioni. Discorso a parte andrebbe fatto per i finanziamenti ed i bandi pubblici di gara, ma sono anch'essi una risorsa per finanziare eventi ed attività affinchè siano offerti gratuitamente.

Se dovessi convincere uno sponsor a supportarvi, che leve utilizzeresti?

Come prima cosa inviterei il potenziale sponsor a visitare la struttura. Crediamo che siamo fondamentale capire esattamente che cosa sia THE SPOT ed in quale contesto operi, per poter valutare come il target commerciale dello sponsor possa adattarsi ad esso. Abbiamo avuto ed abbiamo ottime



neonle





Paola dei record. Il suo ultimo film, "C'è ancora domani", di cui è regista e protagonista, ha sbancato i botteghini, incassando oltre 40 milioni di euro, mentre sta ora per sbarcare in 18 Paesi del mondo.

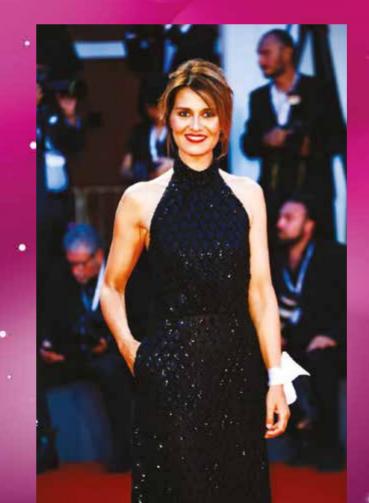
di Elena Oddino

CORTELLESI



lei, attrice romana che da poco ha compiuto 50 anni, continua a sorprenderci e conquistarci, con il suo talento e la sua simpatia. Sia che interpreti un ruolo impegnato o comico, che sia la coatta di "Come un gatto in tangenziale" o la moglie vittima di violenza in "C'è ancora domani", sia che imiti Beyoncè, o "giochi" con la Gialappa's, Paola con la sua classe ed il suo humour, sa raggiungere il cuore delle persone. Attrice, comica, regista, imitatrice, cantante, doppiatrice, sceneggiatrice, nonché moglie del regista Riccardo Milani e mamma di Laura, la Cortellesi da piccola sognava di guidare il camion. E invece è finita sotto i riflettori. Ma siete sicuri di conoscerla bene? Ecco 10 cose di lei che proprio non sapete.

Romana doc - Nata a Roma nel 1973, sotto il segno del Sagittario, Paola Cortellesi è cresciuta nella periferia di Massimina. Ultima di tre figli di una famiglia borghese, da lei definita "bellissima e solida", racconta che da piccola era il giocattolo dei suoi fratelli più grandi. "lo non ero una che si trastullava con le bambole, ma un maschiaccio di periferia" dice. "Scorrazzavo in bicicletta, stavo in porta pur di giocare a pallone con mio fratello. E, quando qualcuno mi faceva arrabbiare picchiavo".



Debutto - Paola ha debuttato nel mondo dello spettacolo a 13 anni incidendo "Cacao Meravigliao", la famosa sigla di Indietro Tutta!, il programma di Renzo Arbore. Finito il liceo scientifico, sceglie di studiare recitazione alla scuola "Teatro Blu" di Beatrice Bracco, abbandonando l'università e la Facoltà di Lettere e Filosofia. Nel 1998 ci sono le prime esibizioni da imitatrice nella trasmissione Macao, di Alba Parietti, poi negli anni 2000 arriva il successo con la Gialappa's Band, e i personaggi comici interpretati in Mai Dire Gol e nelle edizioni seguenti condotte dal Mago Forest.

Cinema, musica e tv - Negli stessi anni Cortellesi ha esordito al cinema con Aldo, Giovanni e Giacomo in "Chiedimi se sono felice" e "Tu la conosci Claudia?" E' stata anche protagonista dei videoclip "Ancora qui" di Renato Zero, e "La descrizione di un attimo" dei Tiromancino, con Valerio Mastrandrea. Di questa esperienza dice: "Credo di aver riso poche volte come quei due giorni: si trattava della riproduzione del video di Sandra e Raimondo che io guardavo da bambina, è stato bellissimo. Mi presi anche un'allergia da processionaria sul set.". Tra i tantissimi









uccessi in tv nel 2002 Paola ha affiancato Gianni Morandi e Lorella Cuccarini nel varietà "Uno di noi" e nel 2004 ha condotto on Simona Ventura. Gene Gnocchi e Maurizio Crozza il Festival di Sanremo. La consacrazione arriva con "Mai dire gol", dove può sfoggiare tutto il suo talento. Nel 2011 poi ha condotto con Claudio Bisio "Zelig" su Canale 5 con grande successo.

Matrimonio - Nel 2011 la Cortellesi na sposato il regista e sceneggiatore romano Riccardo Milani dopo 9 anni di fidanzamento. Si sono conosciuti nel 2003 sul set di "Un posto dell'anima", lui aveva un matrimonio alle spalle e due figli. Una coppia unita nella vita e nel lavoro da vent'anni, che nel 2013 ha avuto la figlia Laura. Molti sono i film in cui Milani ha diretto la moglie da "Scusate se esisto!", "Mamma o papà?", "Come un gatto in tangenziale", "Ma cosa ci dice il cervello" e "Come un gatto in tangenziale - Ritorno a Coccia di Morto". Una coppia complice e innamorata che non ha mai visto una crisi e che protegge il privato vivendolo nella riservatezza.

I miti - Il film preferiti di Paola sono "Risate di gioia" di Monicelli, con Totò ed Anna Magnani, e "Frankenstein Junior" di cui sa a memoria tutte le battute. È una fan delle sigle dei cartoni animati cantate da Cristina d'Avena e confessa "nel mio piccolo cerco di ispirarmi a monumenti dello spettacolo come Anna Magnani. Monica Vitti e Franca Valeri".

Curiosità - In "C'è ancora domani" Paola recita con Valerio Mastandrea. I due si conoscono da molto tempo e hanno avuto una relazione all' inizio degli anni 2000, ma sono rimasti in ottimi rapporti, tanto che spesso hanno poi lavorato insieme. A 18 anni Paola faceva Biancaneve al Castello di Bracciano. "Per arrotondare" racconta. "me ne stavo vestita come lei per ore a occhi chiusi in una teca fredda a subire i baci di centinaia di bambini in attesa del mio risveglio". Tra i personaggi che imita ci sono Daniela Santanchè, Ornella Vanoni, Anna Oxa, Mariastella Gelmini, Daria Bignardi, Michelle Obama, Beyoncè, Alicia Keys e Asia Argento. E negli anni in cui iniziò a cantare, e diventò una delle più belle voci italiane, ricevette i complimenti persino da





Laura Pausini - è una delle sue migliori amiche. Nel 2016 hanno condotto insieme lo show "Laura & Paola" su Rai 1. "Non ci conoscevamo e abbiamo partorito a pochi giorni di distanza chiamando le nostre figlie, casualmente, l'una con il nome dell'altra: la mia Laura, la sua Paola", ha raccontato Paola Cortellesi. "Non avevo social al tempo, un giorno mi chiama Giorgia, la cantante, che è amica di entrambe, dicendo "ti cerca la Pausini, posso darle il tuo numero?". Si somo ncontrate e tra Laura e Paola è nata una bella amicizia. Le loro figlie si vogliono bene "ed io a 40 anni ho fatto amicizia con una star internazionale", ha detto Cortellesi, "che per me è solo Laura, una donna incredibile, con cui amo andare in vacanza, scambiarci consigli, e che a Natale mi prepara i passatelli in brodo".

Il bullismo da piccola – lo ha raccontato lei stessa. Alle medie Paola è stata presa di mira da alcuni compagni. "Erano sempre pronti a dirmi che ero sbagliata, proprio come mi sentivo. Riservata, timida, davo del lei: devo essere sembrata un tipo "strano", ha raccontato la Cortellesi. "A ricreazione ci scappava il dispetto, lo spintone, lo schiaffo, mentre io avrei solo voluto divertirmi. Me li ricordo benissimo, quei momenti. Succede. Sempre, ancora, in ogni zona e ambiente. Con epiloghi spesso tragici e insensati. lo avevo la fortuna di avere una famiglia forte e coesa, i miei fratelli maggiori mi sostennero molto, insegnandomi che il rispetto degli altri non deve mai far dimenticare se stessi».

Premi - tantissimi. Tra questi nel 2018 Paola un Globo d'oro, un Nastro d'argento e un Ciak d'oro come miglior attrice protagonista in "Come un gatto in tangenziale". Nel 2011 un David di Donatello per "Nessuno mi può giudicare", nel 2011 un Ciak d'oro come Personaggio dell'anno e nel 2015 ha vinto Premio Nino Manfredi ai Nastri d'argento.

Sport - Paola è una grande sportiva. Ama fare Pilates, ginnastica posturale e nuoto perché le consentono anche di tenere a bada i suoi problemi alla schiena e la scoliosi che ha dall'età di 12 anni. Ma la disciplina che preferisce è il nordic walking, perchè, dice "ha grandi vantaggi a livello psicologico per chi, come me, svolge un lavoro frenetico e stressante e ha bisogno ogni tanto di scaricare la tensione e fare rifornimento di energia. L'aria pulita, i diversi profumi, colori e paesaggi sono un toccasana per la psiche".





INCLUSIVE SPORT DAYS

IL NATALE DI SOLIDARIETÀ DEL MSP ROMA

o sport al fianco della solidarietà a ridosso del Natale.
Nel weekend del 16/17 dicembre, l'Ente di Promozione Sportiva riconosciuto dal
CONI MSP Roma ha organizzato la prima edizione degli Inclusive
Sport Days, con due eventi di nuoto
e padel che si terranno in simultanea
al G Sport Village con l'intero ricavato
delle manifestazioni devoluto in beneficenza. Ad aprire il lungo weekend
di solidarietà, la quarta edizione della maratona di 24 ore no stop "Una





Sabato 16 e domenica 17 dicembre si è tenuta in contemporanea la maratona no stop di 24 ore di nuoto e il torneo di padel al G Sport Village, con il ricavato devoluto a Fondazione AIRC per la Ricerca sul Cancro e alla Onlus Lollo10

Bracciata per la Ricerca": a turni di 15', atleti, dirigenti e semplici appassionati si sono dati il cambio di testimone, per un totale di 90 staffettisti che hanno percorso 50 km in acqua. Una lunga maratona al fianco della ricerca, con il ricavato delle donazioni e della tombolata di beneficenza svolta sabato sera devoluta interamente a Fondazione AIRC per la Ricerca sul Cancro. Accanto alla maratona di nuoto e novità degli Inclusive Sport Days, si è tenuto il torneo di padel "Uno smash per Lollo10" nello stesso impianto sportivo e negli stessi giorni, suddiviso in Categoria Maschile in programma sabato pomeriggio e Categoria Femminile il giorno seguente. Il torneo è stato vinto nella categoria maschile dalla coppia Pietro Cappelluti e Andrea Valeri mentre nella categoria femminile il successo è





andato a Valentina Catoni e Francesca Coltella. Il ricavato delle iscrizioni e delle donazioni è stato devoluto a Lollo10, Onlus che aiuta da anni i bambini ricoverati nei reparti pediatrici del Gemelli regalando sorrisi e spensieratezza ai più piccoli e alle famiglie che affrontano con coraggio e tenacia le vite dei propri figli. "Quest'anno abbiamo voluto raddoppiare l'impegno del MSP Roma a sostegno della solidarietà - le parole del Presidente MSP Roma Claudio Briganti - accanto alla tradizionale maratona di nuoto di 24 ore abbia-



mo aggiunto il torneo di beneficenza di padel, sport del momento. Ringrazio il G Sport Village che fin dall'inizio ha sostenuto quest'iniziativa tenendo accesa la struttura per tutta la giornata e il Responsabile Nuoto nonchè Direttore del Circolo Cristian Silvestro per l'impegno messo per l'organizzazione di quest'evento. Siamo al fianco di AIRC e Lollo10 che sul territorio sostengono delle cause che come MSP Roma condividiamo totalmente come compito che deve avere un Ente di Promozione Sportiva".



Il lavoro, la nostra passione



www.alilavoro.it

PADELCLUB







PADELCLUB

ANALISI SULLO SVILUPPO DEL PADEL IN ITALIA

I numeri dei campi da padel in italia nel 2023 hanno registrato una crescita del 26% in più rispetto al 2022

di Carlo Ferrara

ccoci con il consueto report di inizio anno, relativamente al 2023 appena terminato. Rispetto ai dati di fine dicembre 2022 (fonte dati "Cerca un campo da Padel" - Osservatorio sul Padel "Mr Padel Paddle") abbiamo avuto un incremento delle strutture (circoli sportivi, club di padel, strutture ricettive) del 21% che sono passate da 2.792 a 3.381 (+589). Per i campi l'incremento è stato del 26% da 7.128 a 8.954 (+1.826) ciò è dovuto ad una fase di maturazione di alcune regioni trainanti negli anni passati (Lazio, Sicilia e Piemonte) compensati dalla forte crescita della Lombardia e di altre regioni. Esistono 1.544 comuni dove è presente almeno una struttura dove giocare a padel (il 50% dei comuni con popolazione > di 5.000 abitanti ha un club di padel).

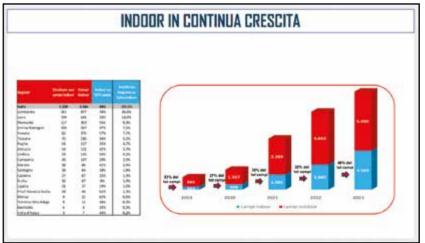
LE REGIONI

Le regioni con il maggior numero di campi e strutture sono il Lazio seguito da Lombardia e Sicilia. Il Lazio è la regione quindi che ha la maggiore incidenza di campi in Italia (il 21,4% dei campi nel nostro paese è concentrato sul territorio laziale, l'anno scorso era del 23%). Nel 2023 la regione trainante come numero di campi e strutture è stata la Lombardia (per anni a livello di piste il Lazio è stata quella domi-



REGIONI	31/12	2/23	NCREN	EMTO	INCREMENTO 1		
floris dati Ouservatorio Me Pustri Paddici	STRUCTUR	E CAMPI	STRUTTURE CAMPLE		STRUCTURE	STRUSTURE CAMPI	
TALIA	3.381	9.954	509	1,826	21%	26%	
20	.578	1.914		375	11%	17%	
AVORNABACI	363	3.300	#1	301	27%	30%	
CEA	316	821	41	111	15%	10%	
PENONTE	294	945	149	126	19%	24%	
ALEYYAN.	249	945	. 56	140	20%	30%	
TORGANA	228	142	- 38	100	20%	28%	
MULROMONA	259	566	36	194	1976	386	
PUGLIA	198	487	36	93	20%	34%	
MENETO	196	496	36	100	30%	40%	
SARCEGNA:	148	345	32 29 29	47	27%	24%	
ALABRIA	138	208	29	40	27%	21%	
84UZZ0	121	312	29	57	20%	22%	
MBRIA.	96 95 90 90 90	367	15 21 39	60	16%	29%	
JOURSA	96	196	.21	36	29%	29%	
WICHE	100	215	39	26	12%	12%	
BENTINO ALTO ADIGE	. 10	43	. 16	20	100%	67%	
RULI VENEZA GIULIA	26	25	- 19	36	56%	49%	
OLBE	38	34			38%	36%	
ASSLICATA	714	25	: 35	. 7:	27%	39%	
MULE D'AOSTA		18			80%	180	





nante) con 81 strutture e 311 campi. Tra le regioni più grandi la Campania e il Veneto in termini percentuali sono quelle cresciute di più nel 2023 (+30% sulle strutture e 40% circa sui campi) in recupero rispetto al gap degli anni precedenti vs regioni similari. Vi sono 3 regioni con un incremento dei campi superiore al 70% come Trentino Alto Adige, Friuli venezia Giulia e Valle d'Aosta. I 3/4 delle regioni italiane (15) hanno più di 100 campi di cui 14 con più di 200 campi (nel 2020 c'era solo il Lazio sopra questa soglia). Si è passati da una media campi per singola struttura del 2,1 nel 2019 al 2,6 nel 2023 stazionaria rispetto all'anno scorso. Le regioni con la media di campi per struttura più alta sono il Lazio con 3,3 (3,2 nel 2022), la Lombardia con 3,1 (2,9 nel 2022) e a seguire il Veneto con 2,9 (2,7 nel 2022).

INDOOR IN CONTINUA CRESCITA

La crescita dei campi indoor quest'anno è rilevante (1.279 coperture in 12 mesi contro le 900 del 2022, registrando un incremento pari al 42%). Si è passati dal 23% di campi coperti nel 2019 al 40% attuale (se consideriamo i campi installati nei club nel 2023, escludendo le strutture ricettive, la percentuale sale al 48%)

ANALISI PER TIPOLO-GIA DI STRUTTURE

L' 89% delle strutture con campi da Padel sono circoli multisportivi o club dedicati esclusivamente al Padel



(circa 3000 strutture). Il restante sono strutture ricettive (8%) e altre tipologie minori come strutture comunali, stabilimenti balneari, palestre, piscine, centri commerciali, etc. Quasi l'80% dei club hanno meno di 4 campi, mentre sono più di 700 circoli sportivi quelli con 4 o più.

TOP PROVINCE

E COMUNI

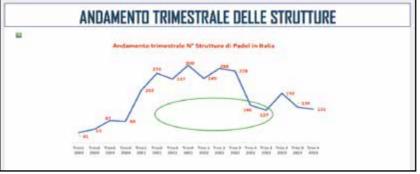
Rispetto al 2022 la provincia di Perugia scavalca Catania e abbiamo come new entry nella Top 10 Brescia al nono posto (esce Siracusa). Anche nel 2023 la città metropolitana di Roma è quella che ha avuto il maggior numero di nuovi club (40) e campi (220), seguita da Milano (15 club e 90 campi installati) e Torino (18;77). A livello di comuni è la città di Roma ad aver installato più campi nel 2023 ben 130 campi, raggiungendo quasi 1.000 campi totali, seque Milano con 38.

ANDAMENTO TRIMESTRALE **DELLE STRUTTURE**

Il boom di strutture con campi di pa-

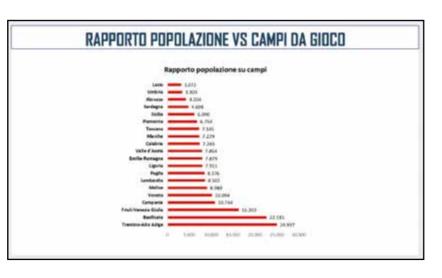
del è avvenuto tra il 1° trimestre del 2021 al 3° trimestre 2022 dove più di 1.830 club hanno realizzato campi di padel, dal 4° trimestre 2022 la crescita ha rallentato. I 4 trimestri 2023 hanno confermato questo rallentamento con una maggiore crescita nel periodo primaverile. Le cause sono maggior burocrazia nel costruire i campi (vincoli e permessi), limitato accesso al credito, lievitazione dei costi delle strutture (sia per costruire che per gestire un club, tema «bollette energetiche» tra le varie) e termine dell'«effetto Covid» (la domanda nel 2020 e 2021 era in parte gonfiata per la chiusura temporanea degli altri sport più diffusi a livello amatoriale).





RAPPORTO POPOLAZIONE VS CAMPI DA GIOCO

In Italia c'è un campo da padel ogni 6.740 abitanti circa (nel 2021 ogni 13.000), il Lazio e l'Umbria sono le regioni con il rapporto più basso. A livello provinciale quelle che hanno il rapporto più basso sono Latina (2.650), Roma e Siracusa (2.900), Teramo (3.000), Perugia, Sassari e Cagliari (3.200) Vi sono province con più di un milione di abitanti come Salerno (14.400), Bari (10.433). Napoli (10.049). Bergamo (9.446), Firenze (9.111) con un rapporto ancora alto e guindi con margini di crescita superiori ad altre zone d'Italia.







PREMIERE PADEL 2024

ance della FIP. Il calendario Premier Padel 2024 sarà

ECCO IL CALENDARIO UFFICIALE

Premier Padel, il principale circuito ufficiale di padel professionistico, ha annunciato il suo attesissimo calendario 2024. La stagione 2024 vedrà lo svolgimento di 25 tornei in 18 Paesi di 5 continenti durante tutto l'anno, a dimostrazione dell'impegno costante di Premier Padel nel raggiungere nuovi mercati, far crescere il gioco a livello globale e ispirare sempre più persone a partecipare

a stagione inizierà il 26 febbraio 2024 con il Riyadh P1, che si
svolgerà nell'ambito della Saudi
Arabia's Riyadh Season, e sarà
immediatamente seguito dal Qatar Major. Il tour si sposterà poi in
Messico e Venezuela in Sud America prima
di arrivare a Bruxelles e Andalusia in aprile
e maggio. In seguito, il tour tornerà in Sud

America – con la prima visita del Premier Padel in Paraguay e Cile. Il tour torna poi in Europa in giugno e luglio, prima di una pausa di metà stagione in agosto. La stagione riprende in Europa e nel Medio Oriente – con nuove sedi Premier Padel Rotterdam, Dusseldorf,, Svezia, Dubai e Kuwait City, con altri tornei previsti in nuove località, prima che il Milano P1 chiuda la parte principale della stagione, come ha fatto negli ultimi due anni. Il calendario 2024 si concluderà con la prima edizione in assoluto delle Premier Padel Tour Finals che si svolgeranno a Barcellona dal 18 al 22 dicembre 2024 e vedranno le coppie meglio classificate contendersi il trofeo finale della





stagione 2024 del Premier Padel. Premier Padel è stato lanciato solo nel 2022 e già dal primo anno è diventato uno dei circuiti in più rapida crescita dello sport mondiale. Nel suo primo anno di vita, oltre 500 giocatori di sesso maschile provenienti da tutto il mondo hanno partecipato ai tornei di Premier Padel, giocando in alcuni dei luoghi più iconici della storia dello sport, tra cui lo Stade Roland-Garros a Parigi. A marzo di quest'anno, oltre 110 giocatrici professioniste di spicco si sono unite a Premier Padel, Premier Padel si è assicurato accordi di trasmissione pluriennali che coprono oltre 180 Paesi, raqgiungendo oltre 150 milioni di famiglie, mentre le prime due stagioni di Premier Padel hanno attirato quasi 25 milioni di visualizzazioni su YouTube. Nell'agosto 2023. Qatar Sports Investments (QSI) insieme alla International Padel Federation (FIP), con il sostegno della Professional Padel Association (PPA) e della International Padel Players Association (IPPA), hanno annunciato il raggiungimento di un accordo storico con Damm, proprietario di Setpoint Events che organizza il World Padel Tour (WPT), per l'acquisizione da parte di QSI del WPT e la creazione di un unico tour mondiale di padel professionistico - chiamato Premier Padel -



nel 2024 sotto la governance della FIP. Il calendario Premier Padel 2024 sarà la prima stagione del nuovo tour unificato.

LE DICHIARAZIONI

Nasser Al-Khelaïfi, Presidente di Premier Padel ha dichiarato: "Siamo lieti di annunciare il nostro attesissimo calendario 2024. Quest'anno sarà la prima stagione del nuovo tour unificato Premier Padel, che porterà questo sport a un livello superiore, sia per i giocatori, che poniamo al centro del nostro tour, sia per l'intero ecosistema del padel. Non vediamo l'ora di vedere Premier Padel entusiasmare e ispirare i fan nelle nostre fantastiche località consolidate, ma anche nei mercati emergenti di tutto il mondo, mentre cerchiamo di far crescere questo sport in ogni modo. Il 2024 sarà un anno di riferimento per Premier Padel, mentre continuiamo con orgoglio a costruire uno dei tour più emozionanti dello sport globale".



Luigi Carraro, Presidente della International Padel Federation ha dichiarato: "La stagione 2024 segna l'inizio di una nuova era per il Premier Padel, in quanto il tour si espande a 25 tornei che si svolgono in 5 continenti – e diventa veramente il primo tour professionale globale del padel. Insieme alle nostre Federazioni Nazionali, siamo lieti di vedere questo sport aumentare il pubblico e i partecipanti in tutto il mondo, mentre il tour visita nuove città e paesi ispirando le nuove generazioni. Alla Federazione Internazionale di Padel siamo orgogliosi di creare un'eredità straordinaria e di costruire un futuro fantastico per il nostro sport, con i giocatori al centro dell'organizzazione del tour. Ci auguriamo che il 2024 sia la stagione più emozionante per il Premier Padel e anche per lo sport del padel".

Il Consiglio di Amministrazione della Professional Padel Association (PPA) ha dichiarato: "I giocatori sono entusiasti di giocare nel nuovo tour Premier Padel unificato e ampliato. Non vediamo l'ora di tornare nelle città in cui abbiamo un forte sostegno e grandi fanbase, così come di visitare nuove località, mentre continuiamo a lavorare con Premier Padel per elevare il padel a una maggiore rilevanza internazionale".

La International Padel Players Association (IPPA) ha dichiarato: "Dopo una prima stagione di successo nell'ambito del Premier Padel Tour, l'IPPA si aspetta una seconda stagione più importante, che si estenderà a un numero molto maggiore di tornei in tutto il mondo. Siamo felici dell'impegno di Premier Padel nel costruire un evento sportivo di successo per tutti e non vediamo l'ora di rafforzare il nostro rapporto per continuare a contribuire alla crescita del padel, anche femminile, in tutto il mondo. Siamo tutti entusiasti della stagione 2024".



IL 2023 L'ANNO DEI RITIRI DEI GRAN DI GIOCATORI... E IL 2024?

Sono stati diversi i ritiri nel 2023, leggende che hanno deciso di farsi da parte e dire addio al padel professionistico, lasciandosi alle spalle un'eredità eterna. Scopriamo quali sono i giocatori che hanno concluso la loro carriera nel 2023.

PABLO LIMA

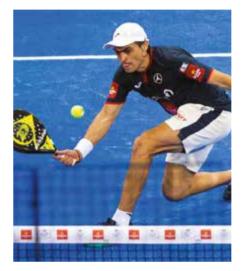
Uno dei migliori drive della storia, con una mano sinistra molto potente che ci ha fatto divertire per molte stagioni e che ha appeso la racchetta al chiodo nel Madrid Master – World Padel Tour, Pablo ha fatto parte di una delle migliori coppie della storia, così come quella formata con Fernando Belasteguín. Il 'Cañón de Portoalegre' veniva da grandi anni con Paquito, Tapia o Stupaczuk, tuttavia, questo è stato particolarmente difficile per lui a causa degli infortuni. Ha iniziato con Coki Nieto, ma i problemi fisici non hanno permesso al progetto di brillare, quindi hanno deciso di separarsi. Mesi dopo, Lima ha deciso di concludere la sua carriera in un luogo speciale come la Caja Mágica di Madrid. I suoi ultimi rivali sono stati Juan Lebrón e Aleiandro Galán e il suo ultimo compagno di squadra, Agustín Gómez Silingo. Il World Padel Tour gli ha reso un caloroso tributo in riconoscimento di tutta la sua carriera e l'intero mondo dello sport ha detto addio sui social media a uno dei migliori giocatori della storia.

JUAN MARTÍN DÍAZ

Anche "The Lord of Reflections" ha detto addio al padel professionistico nel 2023. A 47 anni e in procinto di compierne 48, Juan Martín Díaz ha giocato il suo ultimo torneo al Mexico Open del World Padel Tour. Senza dubbio, è stato uno dei ritiri



più dolorosi per gli appassionati di questo sport. Dopo una vita passata ad essere uno dei migliori giocatori del mondo, il 'Galleguito' non riusciva ad avvicinarsi alla vetta della classifica da tempo. Tuttavia, è stato comunque in grado di lasciare incredibili momenti salienti in ogni torneo. In questa stagione, dopo tanto logoro, ha deciso di porre fine alla sua presenza nel circuito professionistico. Tuttavia, continuerà ad essere legato al padel, giocando nella Pro Padel League. Fa parte degli Atlantici di New York, dove si può continuare a praticare questo sport negli Stati Uniti. 13 anni come numero uno con Fernando Belasteguín e innumerevoli successi testimoniano una delle migliori carriere di sempre. Un riferimento per la nuova generazione che sta anche dicendo addio.

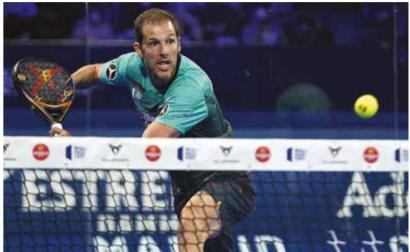


JUANI MIERES

Un altro dei giocatori che ha detto addio al padel professionistico è stato Juani Mieres. Il giocatore spagnolo di origine argentina, che era stato lontano dal Wor-Id Padel Tour e dai tornei Premier Padel per alcuni mesi, ha giocato il suo ultimo torneo al FIP RISE Ciudad de Córdoba, Indubbiamente, un'altra leggenda del padel professionale ha detto addio. Un giocatore che, insieme a Pablo Lima, ha segnato un'epoca per le loro battaglie contro Fernando Belasteguín e Juan Martín Díaz. "The Princes" è sempre stato all'ombra della migliore coppia della storia, ma anche così, hanno raggiunto il numero 1 al mondo nel 2014.

MAPI E MAJO SÁNCHEZ-ALAYETO

La fine di un'era sta arrivando anche nel padel femminile. Una delle migliori coppie della storia dice addio al padel professionistico per concentrarsi su altri progetti. Le gemelle Sánchez-Alayeto sono ai vertici di questo sport ormai da molti anni e

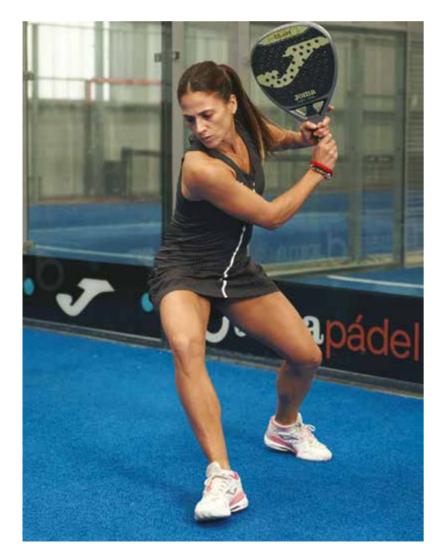


sono anche un esempio di auto-miglioramento. Mapi, che soffre di sclerosi recidivante-remittente ha combattuto la malattia gareggiando ai massimi livelli da quando le è stata diagnosticata nel 2021. Sono state numero uno per quattro stagioni nel World Padel Tour (2014, 2015, 2017 e 2018). Inoltre, hanno vinto 32 titoli nel circuito Damm, rendendoli due delle migliori giocatrici della storia. Nel corso della loro carriera hanno giocato insieme, con poche eccezioni, quindi sono anche un esempio di unità e perseveranza. L'ultima partita di Mapi sono stati i quarti di finale del Barcelona Master Final, insieme a Lucía Sainz. Mentre per Majo sono stati gli ottavi di finale del Mexico Open. Due giocatrici che, per dirla con le parole delle loro rivali, hanno cambiato il padel femminile.









ELI AMATRIAÍN

Il padel sorride un po' meno da quando Eli Amatriaín è entrato a far parte del club dei ritiri quest'anno. La giocatrice della Rioja ha anticipato la sua finale al Menorca Open, dove ha deciso di allontanarsi dal padel professionistico. Lo ha annunciato attraverso un post su Instagram, in cui ha riconosciuto di essere tranquilla per "sapere che è una decisione molto ponderata di molti mesi". Tuttavia, come Juan Martin Diaz, continuerà a giocare anche negli Stati Uniti, nella Pro Padel League.+. Eli ha conquistato l'affetto di tutto il mondo del padel durante la sua carriera. Una giocatrice sempre gentile e allegra, che brillava dentro e fuori dal campo. Insieme a Patty Llaguno, è stata la numero uno nella prima stagione del World Padel Tour nel 2013. Una guida di grande talento che mancherà molto sulle piste.

MARI CARMEN VILLALBA

Un'altra giocatrice che ha lasciato il padel professionistico nel 2023 è stata Mari Carmen Villalba. A differenza di quelli sopra citati, non è una giocatrice che passerà alla storia per i suoi titoli, ma per la sua dedizione a questo sport. La nativa di Malaga ha condiviso il campo con molte giocatrici di alto livello, come Carolina Navarro, Alba Galán e Ana Fernández, tra le altre. In questo caso, la sua ultima partita è stata al Milano P1 di Premier Padel, dove ha potuto salutare circondata da amici e rivali. 'Marikilla', come è consciuta nel padel, ha confermato che continuerà ad essere legata a questo sport.

ANNA CORTILES

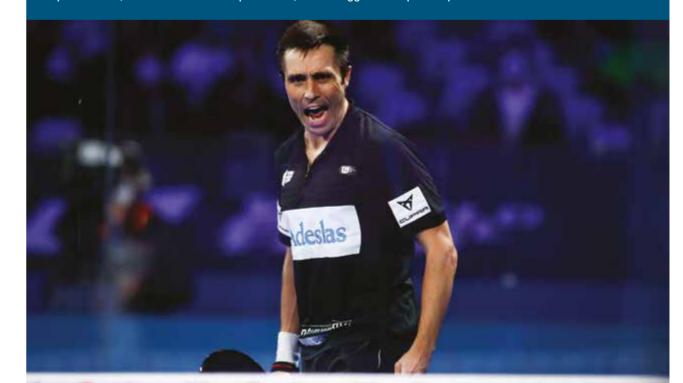
Anna Cortiles è stata la giocatrice che ha debuttato con i ritiri nel 2023. Il suo addio è avvenuto nella sua terra natale, a Reus, dove all'età di 26 anni ha deciso di lasciare il padel professionistico. La giocatrice catalana è stata una delle migliori della sua Comunità Autonoma e ha sempre gareggiato ai massimi livelli nel World Padel Tour. Ora, come molti altri già citati, gareggia negli Stati Uniti. La sua squadra nella Pro Padel League sono i San Diego Stingrays, dove è riuscita a raggiungere l'All-Star della prima stagione del circuito.



PADEL**CLUB**

UN 2024 ALTRETTANTO TRAUMATICO IN TERMINI DI RITIRI

Se il 2023 è stato difficile, il 2024 sembra non essere diverso. Sembra che ci saranno molti giocatori che diranno addio la prossima stagione e sarà difficile doverli salutare. Il primo a confermarlo è Fernando Belasteguín, che ha riconosciuto che la prossima stagione sarà la sua ultima nel circuito professionistico. I problemi fisici del "Boss" sono stati fondamentali in questa decisione, quindi dovremo goderci il suo gioco nei prossimi mesi. Un altro giocatore che potrebbe ritirarsi sarebbe Miguel Lamperti, che ha deciso di rimanere contro ogni pronostico. Anche se non sarà l'anno prossimo, nei prossimi anni potrebbero arrivare anche altri giocatori come 'Sanyo' Gutierrez, Maxi Sanchez o Alejandra Salazar. Dovremo preparare i nostri fazzoletti e raccogliere le forze per salutare, come abbiamo fatto quest'anno, alcune leggende di questo sport.





TOP COACH



URI BOTELLO

LA MIA SFIDA PER FAR CRESCERE GIOVANI TALENTI



ri Botello, è nato a Melilla il 16 agosto del 1988. Una carriera che sarebbe potuta prosequire con ulteriori soddisfazioni, ma lo scorso anno all'età di 34 anni, Uri ha deciso di lasciare la competizione per dedicarsi all'insegnamento, con il supporto del brand SIUX. decisione scaturita dopo una stagione piena di infortuni che ha messo davanti a Uri la consapevolezza che non era più il caso di andare avanti. Oggi potrà dedicarsi ad un'altra delle sue passioni, fare il coach, potendo trasmettere molto anche alle giovani promesse. I risultati migliori - due volte campione d'Europa con la Spagna e per un periodo nella top 10 del ranking mondiale con due finali nel 2019 nel WPT - Botello li ha ottenuti nei 4 anni che ha giocato in coppia con il connazionale Javier Ruiz, con cui ha formato una coppia davvero insidiosa per tutti.

Perché diventare un allenatore?

Mi è sempre piaciuto insegnare, lo faccio da quando avevo 17 anni ed il mio obiettivo sarà trasmettere quello che ho imparato in tutto questo tempo. Mi aiuta anche a rimanere strettamente legato ai giocatori e all'ambiente professionale.

Quale metodo utilizza per creare una coppia vincente?

Fondamentalmente, cerco di farli accordare sullo schema di gioco che dovranno sviluppare. È molto importante che ogni giocatore sappia cosa può dare il suo compagno per formare un vero team. Cosa pensa dei continui cambi di partner?

Non mi è mai piaciuto. Dà un'immagine di mancanza di serietà nello sport e spesso è colpa anche degli allenatori che consigliano male i giocatori. Penso che quando gli sponsor vincoleranno i giocatori ai

loro contratti, lo sport diventerà molto più professionale, perché il giocatore ci penserà due volte se rompere o meno la partnership.

Come si fa a mantenere l'equilibrio all'interno del team? Naturalmente i risultati sono il pilastro più importante. Ma anche avere intorno a sé una buona squadra, che tenga i piedi per terra e faccia capire al giocatore che quando le cose vanno bene non bisogna demoralizzarsi, bensì lavorare con impegno e umiltà.

Ritiene che la figura del mental coach sia importante per il giocatore?

Senza dubbio. È una parte in più della "gamma sportiva" del giocatore. Un allenatore invisibile che è molto importante per lo sviluppo del giocatore.

Il ricordo più bello della sua carriera? E il peggiore?

Il migliore senza dubbio quando ho vinto il WPT Challenger con Javi Ruiz a Melilla, la mia città natale, davanti alla mia famiglia, è stato il momento più emozionante della mia carriera. Poi anche la mia prima finale di un torneo importante a Minorca nel 2019 o quando sono stato campione d'Europa e vicecampione del mondo con la nazionale spagnola. Il peggiore nel 2021, quando mi sono dovuto fermare per un'operazione al ginocchio.

Se non avesse lavorato nel padel?

Pilota d'aerei, è il mio sogno irrealizzato!

Altri sogni nel cassetto?

Solo che mio figlio cresca bene e sia sempre in buona salute.

GONZALO DÍAZ SANGIORGIO

PER FARE UN TEA CI VUOLE TEMPO



onzalo Díaz , conosciuto da tutti come Godo, è nato a Buenos Aires il 28 aprile 1980. E' stato un giocatore professionista e fratello minore del campione Matías Díaz. Ha iniziato a giocare all'età di 11 anni, seguito da suo padre Roberto ed è stato anche tra i primi 50 del ranking con diversi Challenge vinti nel circuito del WPT.

Perché diventare un allenatore?

Sono figlio di Roberto Diaz, che aveva alcune scuole di padel negli anni '90 dove insegnava e così dopo aver smesso di giocare, è stato più facile e veloce per me diventare un allenatore, con un padre che mi ha sempre aiutato a crescere. Per guanto riguarda i miei obiettivi, ora sono direttore del Los Reales Sport Club a Estepona e l'idea è di far crescere il club e la scuola di padel.

Quale metodo utilizza per creare una coppia vincente?

Lavoro tutta la settimana a ritmi serrati così che la coppia si adatti tra di loro per dare il massimo in campo.

Cosa pensa dei continui cambi di partner?

Beh, penso che ci sia molta superficialità in alcuni giocatori. Si perdono due tornei e già si vuole cambiare, quando invece per fare una squadra ci vuole più tempo e bisogna investire e crederci.

Come si fa a mantenere l'equilibrio all'interno del team?

Credo che l'equilibrio e la questione emotiva siano sempre più oqgetto di studio da parte di psicologi che aiutano molto i giocatori. In tal senso il mental coach è fondamentale nella coppia e ormai l'80% dei giocatori ne ha uno.

Il padel sta diventando sempre più un gioco di potenza, cosa ne

Sì, questa accade soprattutto a seconda del terreno su cui si gioca ed è spesso divertente vedere come sta evolvendo il gioco rendendolo sempre più spettacolare...

Il ricordo più bello della sua carriera? E il peggiore?

Partecipare ad un Master con Lucho Capra alla fine della stagione è stato davvero fantastico, mentre i peggiori, qualche infortunio di troppo, ma se devo essere sincero, me la sono proprio goduta la mia carriera da giocatore.

Qual è il miglior torneo a cui ha partecipato, anche in termini di ospitalità, e perché?

Il Premier di Roma ed è stato pazzesco, c'era tutto: location, ospitalità ed ottimi servizi per noi giocatori quali la palestra, sala da pranzo, area relax. Anche il WPT di Monaco all'epoca è stato sogno, sia per la città che per il trattamento ricevuto ed anche perché ho raggiunto le semifinali (ride).

Cosa cambieresti di questo sport?

Cosa farebbe per far crescere questo sport nel mondo?

Penso che stia andando nella giusta direzione. è cresciuto molto negli ultimi anni e speriamo che le federazioni facciano il resto. Penso anche al fatto che le diverse celebrità di tutto il mondo che lo praticano, abbiano contribuito ulteriormente alla sua promozione.

Se non avessi lavorato nel padel, cosa ti sarebbe piaciuto fare?

Bella domanda, sicuramente qualcosa sempre nello sport, dato che a casa mia avevamo frequentato tutti l'INEF.

Hai qualche sogno?

Essere felice e stare sempre in buona salute.

66 | Gennaio 2024 | Sport Club 67 | Gennaio 2024 | Sport Club



PADELMANIA

PADELCLUB

È FEBBRE DEL PADEL IN GRAN BRETAGNA CRESCITA RECORD!



Icuni dei più antichi club di tennis della Gran Bretagna sono stati costretti a introdurre liste d'attesa per le persone che vogliono giocare a padel dopo aver lottato per soddisfare la crescente domanda di uno degli sport in più rapida crescita al mondo. Molti i nomi noti del mondo dello sport stanno abbracciando da tempo il padel, tra cui il due volte vincitore di Wimbledon Andy Murray, il manager del Liverpool Jurgen Klopp e il pilota di F1 Ferrari Charles Leclerc. Attualmente ci sono circa 350 campi da padel sparsi in tutto il paese. La Lawn Tennis Association stima che circa 90.000 persone attualmente giochino a padel nel Regno Unito, rispetto alle sole 6.000 del 2020. La LTA spera che ci saranno 1.000 campi e 600.000 giocatori entro la fine del 2026, secondo Tom Murray, ex Top Players tennista e Head of padel dell'associazione. "Abbiamo costruito circa 130 nuovi campi rispetto ai circa 70 dell'anno scorso, quindi si tratta di un aumento significativo. Ora ci sono

350 campi da padel in Gran Bretagna (il 600% in più rispetto al 2019) e 135 sedi registrate, con piani per un ulteriore sviluppo fino al 2024 e oltre". Nelle grandi città, i campi da padel sono spesso occupati da lavoratori europei che conoscono



Come riportato anche dal Financial Times è appena scoppiata la padelmania anche in Gran Bretagna, le previsioni sono di 1.000 campi entro il 2026. L'installazione di un campo da padel all'aperto costa in genere circa £ 75,000, Ma il costo aumenta di tre volte per i campi coperti

il gioco dai loro paesi d'origine, mentre nelle periferie e oltre molte persone anziane si sono rivolte al padel come forma di esercizio meno impegnativa. Un numero crescente di club di tennis tradizionali ha abbracciato il padel come un modo per aumentare le entrate e ampliare l'iscrizione, e ora sta correndo per costruire nuovi campi mentre l'appetito esplode. Molti dei club più prestigiosi di Londra ora offrono padel, tra cui l'Hurlingham Club di Fulham e l'Harbour Club di Chelsea, con 154 anni di storia, oltre a sedi di lunga data in tutto il paese, come l'Ilklev Lawn Tennis & Squash Club nello Yorkshire e l'Edabaston Priory Club di Birmingham. entrambi fondati nel XIX secolo. Oltre ai club membri, gli investitori e le aziende private hanno costruito campi da padel nel tentativo di soddisfare la crescente domanda. Michael Gradon. amministratore delegato del costruttore e operatore di campi Game4Padel, ha dichiarato di ricevere "una mezza dozzina di chiamate a settimana" da parte di parti interessate che cercano di costruire campi. La sua società, che conta tra i suoi investitori la star del tennis Andy Murray e il capitano del Liverpool FC Virgil Van Diik, gestisce attualmente 45 campi, ma ha un obiettivo di quasi 400 campi entro la fine del 2027. Gradon, ex membro del consiglio di amministrazione dei Campionati di Wimbledon, si aspetta che ci sia "un numero sempre crescente di club di tennis" che vogliono aggiungere il padel, ma ha avvertito che molti devono affrontare ostacoli elevati, tra cui un lungo processo di pianificazione, potenziali discordie tra i membri e costi di costruzione elevati.





Gradon crede invece che i centri ricreativi, i centri commerciali e i campi da tennis pubblici sottoutilizzati forniranno gran parte della prossima fase di crescita di questo sport. "I tipi di posti in cui puoi costruire un campo da padel sono quasi infiniti", ha detto.







È POSSIBILE MIGLIORARE IL NOS TRO LIVELLO DI PADEL

SENZA UN ALLENATORE?

vero che a volte può essere difficile trovare un allenatore che si adatti a ciò di cui hai bisogno, sia per un problema economico, perché non riesci a trovarne uno che ti piace o perché quello che ti è stato consigliato è a molti chilometri dalla zona in quello che vivi. Il mister Manu Martin ne ha parlato recentemente dicendo che ha incontrato diversi giocatori che senza aver ricevuto un corso di Padel sono riusciti a progredire a livelli di gioco molto alti. Ma ovviamente non sempre è cosi. Ci sono molti altri giocatori professionisti o meno, che hanno bisogno di essere allenati per sfruttare meglio le loro qualità. Diciamo che c'è chi si sforza di allenarsi da solo (autodidatta) e altri che hanno bisogno di aiuto per migliorare.

POSSIAMO MIGLIORARE QUINDI SENZA UN ALLENA-TORE? L'ALLENATORE DI ALE SALAZAR E ARIANA SÁNCHEZ LO CHIARISCE...

Come posso aiutare me stesso a migliorare?

Sebbene avere un allenatore sia un vantaggio, se abbiamo deciso di provare a migliorare da soli, dovremmo essere supportarti con materiale che sono alla nostra portata. Quale? Bene, leggendo libri, guardando video tu-

Avere un allenatore di padel è, senza dubbio, una delle opzioni più consigliate se vogliamo migliorare il nostro livello di gioco, ma è sempre così? Può essere migliorato senza avere un professionista al nostro fianco?





torial su Internet o iscrivendoti a piattaforme di formazione online come PadelMBA.

Quale livello di gioco possiamo raggiungere?

Se il nostro obiettivo è diventare un giocatore professionista e vivere della nostra passione per il padel, sarà molto complicato se non abbiamo professionisti intorno a noi.

Non stiamo parlando solo di un allenatore, ma anche di un mental coach o di un nutrizionista, per citarne alcuni. Il padel professionale copre molte aree per ottenere il meglio da noi quando siamo in campo.

5 CONSIGLI PER MIGLIORARE IL NOSTRO LIVELLO DI PADEL SENZA UN ALLENATORE... FONDAMENTALMENTE CONSISTE NEL RACCOGLIERE TUTTE LE INFORMAZIONI CHE POSSIAMO OTTENERE NEI MEDIA FARSI DEGLI AP-PUNTI E RIELABORARLI MEGLIO.

DOBBIAMO ANCHE ALLENARCI

Un modo per far progredire il nostro apprendimento è allenarsi. A volte ci concentriamo sul giocare a molti giochi di padel quando è consigliabile incontrare un amico e fare pratica. Se abbiamo un carrello porta palline possiamo allenarci, ad esempio, su quei colpi che facciamo più fatica. Con questo acquisteremo fiducia in questi colpi che sfrutteremo per le nostre partite in seguito.

OBIETTIVI STABILITI

Dato che non abbiamo un allenatore, dobbiamo essere noi a fissarceli. Si consiglia sempre di stabilire degli obiettivi per, dopo un po', vedere se li abbiamo raggiunti o meno. Quali obiettivi possiamo fissarci? Il modo migliore per selezionarli è scriverlo dopo aver giocato le nostre partite (ad esempio: cerca di non stancarti per arrivare al terzo set, meno errori di gioco, commettere meno doppi falli, migliorare il mio tiro di 3, ecc.).

REGISTRIAMO NOI STESSI MENTRE GIOCHIAMO

Anche se durante il gioco potremmo vedere alcuni errori che facciamo, il modo migliore per localizzarli è guardarci giocare in video. In questo modo non perderemo i dettagli di tutto ciò che facciamo bene e di ciò che sbagliamo nelle nostre partite o allenamenti.

GUARDIAMO LE PARTITE DI PADEL DEI CIRCUITI PROFESSIONISTICI COME IL PREMIER PADEL

Mai prima d'ora abbiamo avuto così tante partite di paddle professionistico a portata di mano. Pertanto, abbiamo l'opportunità di vederli e analizzare la loro forma di gioco, le strategie che seguono, la velocità dei loro colpi, ecc. GIOCHIAMO PARTITE

Oltre all'allenamento, dobbiamo giocare tante partite non solo al nostro livello, ma anche al di sopra e al di sotto di esso. A seconda della partita che giochiamo, possiamo richiedere di più o di meno. Ad esempio, se giochiamo con persone che sono migliori di noi, un vero obiettivo sarebbe cercare di ridurre al minimo quella differenza nel gioco, cioè dimostrare che non siamo ad un livello di molto inferiore a loro. Al contrario, se giochiamo con persone peggiori di noi, dovremmo cercare di fare la differenza con gli altri giocatori.





Confermando un trend inaugurato nella scorsa stagione, dopo i due anni contrassegna-

ti dalla pandemia, la Serie A UnipolSai chiude il girone di andata 2023-24 in aumento



A cura di Marcel Vulpis

SERIE A UNIPOLSAI 2023-24 SERIE A UNIPOLSAI 202

onfermando un trend inaugurato nella scorsa stagione, dopo i due anni contrassegnati dalla pandemia, la Serie A UnipolSai chiude il girone di andata 2023-24 in aumento dell'11% salendo dai 3.570 spettatori del girone di andata della scorsa stagione ai 3.968 di questa. Da segnalare la percentuale di riempimento degli impianti che passa dal 63% della scorsa stagione al 73% della attuale, con 7 società sopra l'80%. Un altro dato importante da evidenziare è che, se confrontiamo i dati di questa stagione con quelli delle prime 15 giornate della stagione 2019/20 (l'ultima prima della pandemia) prendendo in considerazione soltanto le squadre che hanno militato in Serie A in entrambe le stagioni, si registra un incremento del 3% pari a 4.280 in questa stagione contro una media di 4.169 del girone di andata del campionato 2019/20. In particolare, 6 delle 13 società che sono state presenti in entrambe le stagioni hanno avuto un incremento e altre 2 (Reggio Emilia e Venezia) sono praticamente torna-



te al valore dell'ultima stagione prima del COVID-19 (rispettivamente -1% e -4%). Anche la percentuale di riempimento torna ad avvicinarsi a quella della stagione 2019/20 arrivando al 73% contro il 76% della stagione 2019.-20. "Si tratta di dati importanti che confermano che siamo sulla strada giusta per avere sempre più pubblico nei nostri palasport a godere dal vivo dello spettacolo della Serie A – afferma il Presidente della Lega Basket Umberto Gandini -. Merito del grande e continuo lavoro della Lega e dei nostri club, impegnati a creare uno spettacolo sempre più appassionante, dentro e fuori dal campo , in un campionato particolarmente equilibrato ed avvincente".

A MILANO LA MAGGIOR AFFLUENZA MEDIA CON OLTRE 9 MILA SPETTATORI, PESARO SUPERA QUOTA 5 MILA. VARESE. BRESCIA E TREVISO OLTRE 4 MILA

È ancora l'EA7 Emporio Armani Milano a guidare la classifica per affluenza con 9.121 spettatori di media in aumento del 15.3 % rispetto alla scorsa andata, segui-



ta dalla Virtus Segafredo Bologna con 6.024 (in aumento del 10.8%). Alle loro spalle la Carpegna Prosciutto Pesaro è l'unica a sfondare quota 5 mila con una media di 5.151. Poi 3 squadre oltre quota 4 mila: l'Openjobmetis Varese con 4.573, Germani Brescia con 4.361 e NutriBullet Treviso con 4.083. La percentuale di riempimento dell'Umana Reyer Venezia resta ancora la più alta con il 94% con Varese che si attesta seconda con il 90%.

INCASSI TOTALI OLTRE QUOTA 6 MILIONI DI EURO, IN TESTA LA VIRTUS SE-GAFREDO BOLOGNA

Gli incassi della Serie A UnipolSai nel girone di andata raggiungono quota 6.329.711 € per una media di 52.748 00 €. Guida la classifica la Virtus Segafredo Bologna sfiorando il milione di euro (921.460 €. 131.637 € di media).Segue l'EA7 Emporio

Armani Milano con 774.923 € ed una media di 110.703 €.

LE 5 GARE CON MAGGIOR PUBBLICO

Sono tutte di Milano le 5 gare con maggior affluenza: la prima è EA7 Emporio Armani Milano-Virtus Segafredo Bologna con 11.975 spettatori. Seguono le gare con l'Estra Pistoia (10.215); NutriBullet Treviso (9.729); Umana Reyer Venezia (8.695); Carpegna Prosciutto Pesaro (8.264).

LE 5 GARE CON MAGGIOR INCAS-SO

La gara tra EA7 Emporio Armani Milano e Virtus Segafredo Bologna, oltre a far segnalare la maggior affluenza, ha portato al maggior incasso dell'andata con 204.420 €. Le altre 4 gare con più incasso si sono disputate alla Segafredo Arena in casa della Virtus Bologna: contro la Carpegna Prosciutto Pesaro (7.917 spettatori per 186.583 € di incasso); Bertram Derthona Tortona (6.501 spettatori e 139.006 €); l'Umana Rever Venezia (6.317 spettatori per 138.532 €) e la Nutri-Bullet Treviso (6.424 spettatori con 136.891 €).





A cura di Gabriele Ferrieri Presidente ANGI Associazione Nazionale Giovani Innovatori

Innovazione, digitale, nuove applicazioni tra smartphone e robotica e molto altro sono ormai elementi essenziali e conosciuti del nostro quotidiano.



appena terminato il CES di Las Vegas 2024, la principale kermesse globale dell'hi-tech di largo consumo rivolta agli appassionati e curiosi del settore. A far parlare di sé nelle ultime ore e presenti al CES sono state due iniziative ed in particolare, una totalmente made in Italy pensata e prodotta dall'azienda calabrese Searcode, che ha conquistato tutti ed anche qualche investitore. Ma andiamo per ordine. Iniziamo da un dispositivo tascabile che ricorda uno smartphone, ma che promette un utilizzo simile ad un assistente vocale come Alexa. Ad estrarre il coniglio dal cilindro, un produttore che ha aperto i pre-ordini in questi giorni. L'espressione non è casuale: il dispositivo si chiama infatti Rabbit R1. Viene pubblicizzato come un dispositivo che fa ciò che può fare un'app: organizzare una riunione, chiamare un'auto o modificare la data di un volo. Per fare ciò. l'utente preme un pulsante sul lato dell'R1, che ha le dimensioni di una carta di credito, e dice ciò di cui ha bisogno tramite walkie-talkie. Ha un sistema operativo interno, Rabbit OS, e il cosiddetto LAM (Largen Action Model), un sistema che fa eseguire le applicazioni all'intelligenza artificiale. Probabilmente la caratteristica più interessante dei Lam dell'R1 è la modalità di apprendimento sperimentale, che verrà integrata tramite un aggiornamento più avanti. Per far imparare una nuova azione al dispositivo, sarà sufficiente puntare la fotocamera dell'R1 verso lo schermo del desktop o del telefono ed eseguire l'operazione in questione e quindi impara dunque a vedere ed agire come gli umani. E passiamo ora ad una delle novità che ha riscosso un grande successo, quale Coverri-

de, la prima cover elettronica per smartphone al mondo prodotto da un'azienda italiana. Il progetto è di Searcode, la startup calabrese Searcode, pioniere nella produzione di dispositivi di elettronica di consumo e già considerata tra le startup hardware più influenti in Italia. Non c'era posto migliore del CES, conosciuto come il palcoscenico globale per l'innovazione, per mostrare al grande pubblico le caratteristiche uniche di Coverride, smartcase che permetterà agli utenti di personalizzare istantaneamente il design del proprio smartphone con immagini, animazioni ed NFT. Progettata con l'intento di non essere solo un accessorio di protezione ma un vero e proprio strumento di design, Coverride si adatta alle esigenze e ai qusti di ogni utente grazie ad un'app dedicata che offre accesso a un'ampia varietà di design creati da artisti, creator e influencer internazionali, lasciando allo stesso tempo all'utente la possibilità di personalizzare con contenuti ad hoc. Searcode estende il valore di Coverride anche al mondo corporate, offrendo alle aziende un innovativo strumento di marketing e dando vita ad un nuovo concept di gadget aziendale: attraverso una piattaforma in cloud dedicata, le aziende potranno centralizzare e gestire in remoto le cover dei dipendenti, aggiornando in tempo reale e in modo sincronizzato i contenuti visualizzati sui display. Questa funzionalità trasformerà ogni cover in un vero e proprio pannello pubblicitario in movimento, consentendo di veicolare messaggi promozionali, valori aziendali o annunci speciali direttamente attraverso i dispositivi di partner, dipendenti e clienti.



SOMALIA SPORT CLUB

LARGO SOMALIA, 60 (QUARTIERE AFRICANO)



NUOTO
POSTURALE
SCUOLA NUOTO

SAUNA

FUNZIONALE

ACQUAGYM

BABY NUOTO

YOGA

PESISTICA

BAGNO TURCO

PILATES

SPINNING

SOMALIA SPORT CLUB
LARCO SOMALIA 60 - 00109 ROMA
TEL 06 32460770







A cura di Roberto Baldassari Direttore Generale LAB21.01 e Professore Università degli Studi RomaTre

IL 2024 E GLI ITALIANI

L'istituto demoscopico LAB21.01 ha realizzato tra Dicembre 2023 e Gennaio 2024, in occasione dell'inizio del nuovo anno, un'indagine demoscopica tramite la somministrazione di 1.000 interviste valide e complete alla popolazione italiana maggiorenne.

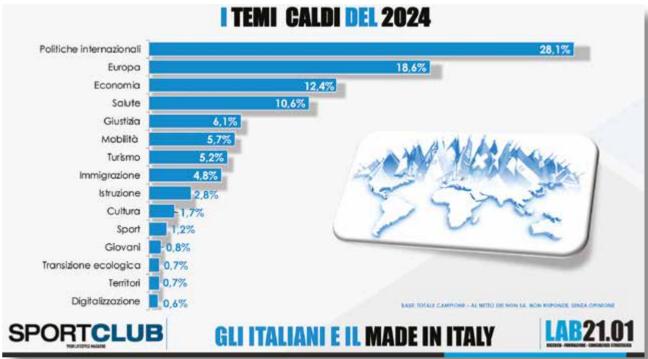


onostante siano passati i oltre due anni dall'emergenza pandemica del COVID-19 resta ancora traccia ingombrante della paura sanitaria che viene affiancata da un'altra paura di carattere internazionale: il conflitto russo-ucraina e quello israeliano-palestinese colpiscono in maniera determinante l'attenzione degli italiani. La politica internazionale si posiziona infatti al primo posto tra i possibili temi caldi del 2024 (28,1%),

seguita, complice anche la tornate elettorale di giugno, l'Europa (18,5%) seguita dall'Economia (12,4%). Subito ai piedi del podio troviamo la Salute (10,6%), poi la Giustizia (6,1%), la mobilità (5,7%), il Turismo l'immigrazione (4,8%), l'istruzione (2,8%), la Cultura (1,7%) e lo Sport (1.2%). Chiudono la classifica, con valori che non arrivano all'1% la Transizione ecologica, i Territori e la Digitalizzazione.

Discorso diverso però quando agli italiani viene chiesto di individuare le priorità per l'anno appena iniziato: in prima posizione, nettamente staccata dal secondo tema, troviamo







l'economia (38,1%), seguita dalla salute (19,7%), dal lavoro (18,2%), dal binomio scuola-istruzione (8,9%), dalla sicurezza (8,3%), dagli anziani e fasce deboli (4,7%) e dall'immigrazione (2,1%) come se, mai come in questo momento, l'agenda masse mediatica appaia forse scollata dai desiderata degli italiani che sembrano essere assolutamente concentrati sulla gestione delle risorse economiche delle rispettive famiglie.





L'ecocardiogramma colordoppler (una delle principali metodiche diagnostiche usate in cardiologia), utilizza la combinazione della tecnologia ultrasonografica con la metodica doppler.

L'ECOCARDIOGRAMMA COLORDOPPLER

sioni per creare immagini del cuore statiche ed in movimento. Da alcuni anni la metodica ecocardiografica è in mentale ausilio diagnostico. La tecnica Doppler grado, grazie a speciali sonde e software dedicati, di fornire immagini in tre dimensioni (Eco 3D). L'ecocardiografia è ne del movimento e della velocità dei tessuti, diventata di routine nella diagnosi, gestione e follow-up di | mediante ecocardiografia Doppler tissutale. pazienti con malattie cardiache sospette o note. È uno dei test diagnostici | Con la metodica trans-esofagea è possibile. più utilizzati in cardiologia, può fornire una vasta gamma di informazioni utili, comprese le dimensioni e la forma del cuore, la capacità di pompaggio e l'entità di eventuali danni ai tessuti. Un ecocardiogramma può delle strutture cardiache ed una valutazione anche fornire ai medici altre stime della funzione cardiaca, come il calcolo oggettiva dei difetti di comunicazione tra la della gittata cardiaca, della frazione di eiezione e della funzione diastolica parte destra e quella sinistra del cuore (shunt). (fase di riempimento cardiaco). L'ecocardiografia è uno strumento fondamentale per valutare eventuali alterazioni del movimento delle pareti in una metodica fondamentale per visualizzare pazienti con sospetta malattia cardiaca, in particolar modo nella diagnosi precoce di infarto miocardico in cui è possibile evidenziare anomalie regionali del movimento del cuore. Inoltre, è importante nel trattamento e nel follow-up dei pazienti con insufficienza cardiaca, valutando la funzione di pompa (frazione di eiezione) e l'elasticità del muscolo cardiaco. L'ecocardiografia può aiutare a rilevare le cardiomiopatie, come la cardiomiopatia ipertrofica, la cardiomiopatia dilatativa e molte altre. L'uso dell'ecocardiografia da stress (sotto sforzo) può anche aiutare a determinare se un dolore toracico o sintomi ad esso associati siano correlati a malattie cardiache. Il più grande vantaggio dell'ecocardiografia è che si tratta di una metodica "non invasiva", che può essere ripetuta più volte, corretta ed accurata diagnosi. anche a breve distanza di tempo, senza alcun danno per il paziente. Non solo l'ecocardiogramma può creare immagini ecografiche delle strutture cardiache, ma può anche fornire una valutazione accurata del sangue che scorre attraverso il cuore mediante la metodica Doppler, utilizzando l'ecografia Doppler pulsata o ad onda continua. Ciò consente la valutazione del flusso sanguigno normale o anormale attraverso le camere cardiache e le quattro valvole di contiguità. Il color doppler, così come il doppler spettrale, viene utilizzato per visualizzare eventuali ostruzioni (stenosi) e/o

ecocardiografia utilizza l'ecografia standard a due dimen- i rigurgiti (insufficienze) valvolari, fornendo una vera e propria mappa colorimetrica di fondapuò essere utilizzata anche per la misuraziograzie aduna sonda ecografica inserita in un endoscopio, avere immagini ancora più nitide L'ecocardiogramma trans-esofageo è inoltre eventuali trombi presenti negli atrii durante la fibrillazione atriale. Vista la grandissima mole di informazioni che l'ecocardiografia colordoppler ci fornisce riquardo il funzionamento del cuore e le sue eventuali anomalie e la possibilità di eseguire l'esame in un semplice ambulatorio medico, è oggi di routine eseguire tale esame durante una visita specialistica cardiologica, associando informazioni cliniche, elettrocardiografiche ed ecocardiografiche per una più



STUDIO DR. UGO MIRAGLIA VIALE GIULIO CESARE, 47 u.miraglia@gmail.com



RETINOPATIA DIABETICA: PARLA IL DOTTOR DE GAETANO

LA RETINOPATIA DIABETICA È LA CAUSA PIÙ COMUNE DI CECITÀ LEGALE TRA I 20 E I 65 ANNI. È QUINDI FONDAMENTALE EFFETTUARE UNA DIAGNOSI E UN TRATTAMENTO PRECOCI ASSOCIATI AD UNO STRETTO CONTROLLO GLICEMICO.

La retinopatia diabetica è una complicanza del diabete mellito, che, se non riconosciuta e trattata adequatamente, può por tare a grave deficit visivo. Il diabete causa un danno ai piccoli vasi retinici con sviluppo di edema e ischemia, e liberazione di sostanze come il fattore di crescita endoteliale vascolare (VEGF), che causa neovascolarizzazione retinica con sviluppo di emorragie, distacco di retina e glaucoma. È quindi fondamentale effettuare una diagnosi precoce attraverso controlli oculistici periodici a cui devono sottoporsi tutti i pazienti diabetici. Gli esami diagnostici quali l'OCT e la fluorangiografia retinica sono utili per classificare la malattia e indirizzare le scelte terapeutiche. In particolare, in presenza di edema maculare diabetico, il trattamento di prima scelta è l'iniezione intravitreale di farmaci cortisonici e anti-VEGF. Fondamentale è il trattamento laser delle aree ischemiche per prevenire la neovascolarizzazione. Il controllo della glicemia e un approccio terapeutico precoce sono fondamentali per evitare lo sviluppo di complicanze e preservare la funzione visiva.



DA SAPERE

L'OCT (Tomografia Oculare Computerizzata) permette, tramite l'utilizzo di raggi laser a bassa potenza, di avere una visione dei tessuti oculari superficiali e profondi dell'occhio. Con il laser si ispezionano retina e cornea consentendo la diagnosi di patologie del nervo ottico, della cornea e della retina. Si tratta di un esame non invasivo e del tutto indolore per acquisire la scansione della parte centrale della retina.

CURIOSITÀ

in Italia, secondo l'Istat (dati 2016), sono oltre 3,2 milioni le persone che si dichiarano affette da diabete; si tratta, pertanto, del 5,3% della popolazione (16,5% degli "over 65"). Rispetto al 2000 la legione dei diabetici si è incrementata di un milione di individui. C'è poi un esercito di malati (un altro milione di persone) che è del tutto ignaro di aver contratto la malattia. Traduzione: un diabetico su tre non sa di essere tale.

PERCHÈ SCEGLIERE IL DOTTOR CRISTIANO DE GAETANO

Specializzato in chirurgia del segmento anteriore oculare, in particolare della chirurgia della cataratta, il dottor De Gaetano si occupa anche di degenerazione maculare senile, miopia, glaucoma, chirurgia palpebrale e - ovviamente - retinopatia diabetica. Autore di svariate pubblicazioni scientifiche ha partecipato, in qualità di relatore, a numerosi congressi nazionali e internazionali.

Dr. Cristiano De Gaetano

Cell: 334 14.15.917 Mail: cristianodegaetano@libero.it

78 | Gennaio 2024 | Sport Club 79 | Gennaio 2024 | Sport Club





NUOVA TIGER 900: VIENI A SCOPRIRLA DA TRIUMPH ROMA GRA.

In perfetto equilibrio tra performance di alto livello, componentistica di classe superiore, tecnologia evoluta ed inimitabile piacere di guida, la nuova gamma Tiger 900 e', ancora una volta, il riferimento della categoria. L'esuberante motore a 3 cilindri T-Plane, con intervalli di accensione irregolari, si prende il centro della scena, e ti invita a spingerti oltre. Oltre la prossima curva, la linea dell'orizzonte, la tua idea di avventura. Be Free, Ride Three.



Al Somalia Sport Club una grande stagione di Masterclass

a stagione 2023 2024 ha visto il ritorno di eventi sportivi al Somalia Sport Club, dopo lo stop forzato causato dalla pandemia, con un calendario ricco di lezioni speciali organizzate in varie domeniche dell'anno, con la partecipazione in collaborazione dei nostri istruttori. Un momento non solo di fit-



non solo a cambiare il vostro corpo, ma a riconoscerlo come perfetto e intelligente. L'allenamento alterna fasi di esercizi dinamici intervallati da esercizi statici, con la variante respiratoria. La lezione ha la durata di 1 ora e 20 minuti: prevede sempre una prima parte di 10' che lavora sulla ricerca del radicamento dei piedi a terra; una seconda fase di al-

ness ma anche di aggregazione sociale per allenarsi sempre al meglio, spezzando la routine e assicurando ancora più divertimento ai nostri utenti. La prima ad aprire le danze è stata la Masterclass di Acquagym, svoltasi il 22 Ottobre 2023: la piscina interamente dedicata alla lezione, con la partecipazione di ben 4 istruttori, Alessia Stefanini, Giuseppe Lisi e Francesca Maccaroni, capitanati da Federico Tessicini, che si sono scatenati a ritmo di musica, alternandosi nella conduzione. La seconda invece è stata dedicata ad una delle attività più amate in assoluto. l'Indoor Cycling! Stefano Pupatti e Dario Zanchi hanno creato un'atmosfera davvero magica, combinando la video ride con il ritmo delle percussioni eseguite dal vivo. Intensità, energia, passione in 75 minuti di pedalata tra paesaggi e immagini proiettate. Il prossimo appuntamento riguarderà una disciplina particolare, la Bioenergeticfitness, una ginnastica dinamica che varia a seconda delle esigenze della persona, che lavora sulla massa muscolare, rinforzando e allungando i muscoli attraverso esercizi combinati e varianti respiratorie, creata dalla nostra istruttrice Francesca Lefemine e che si svolgerà domenica 18 febbraio alle ore 11:00. L'obbiettivo della Bioenergeticfitness è quello di una formazione sportiva consapevole, con un allineamento mentale e fisico nella fluidità dei movimenti corporei, accompagnati dal giusto respiro. Francesca Romana Lefemine, ha un passato sportivo come ginnasta ed è attualmente insegnante di Pilates, Yoga Kundalini, e ginnastica funzionale, "Pratico Tai Chi per allinearmi alla natura e all'universo che ci circonda, insieme allo yoga Kundalini e la corsa. Sono stata insegnante di ginnastica artistica per bambini e ciò mi permette di utilizzare il gioco nel movimento. Attraverso questo percorso, fatto di respiro, movimento e radicamento sulla terra, arriverete

lungamento durata di 10': la fase centrale di potenziamento che dura circa 40 minuti e per finire gli ultimi 20' di allungamento muscolare per permettere al corpo di essere potente e flessibile allo stesso tempo. Tutto questo si traduce in una saggezza corporea che spinge l'individuo a riproporre la stessa modalità corporea come approccio mentale nella vita di tutti i giorni. L'elasticità guadagnata ci permetterà di adattarci ad ogni situazione, di guardare il mondo a testa in giù, o di fronteggiare ogni ostacolo con fierezza e piedi ben saldi". Il cambiamento fisico è evidente già dopo le prime due settimane di allenamento. Perderete in breve tempo il grasso in eccesso grazie all'alternanza dei battiti cardiaci e ogni muscolo sarà definito con l'allenamento costante. Il vostro corpo sarà forte ed elastico, e la vostra mente di conseguenza. Fronteggiare gli ostacoli della vita sarà meno faticoso e sarete più consapevoli del vostro corpo, perché sarà l'energia prodotta dal vostro corpo che vi darà soluzioni. L'ultimo appuntamento sarà il 17 marzo ore 11:00 con la masterclass di Yoga, insieme a Sibilla Alauria e Gaia Galluzzo, che ci faranno vivere un'esperienza meditativa diversa dal solito. Tutto ciò di cui avrete bisogno sarà..un partner! Le nostre istruttrici hanno preparato un allenamento che prevederà alcune pose da eseguire in coppia, in modo da scoprire la facilità di eseguirle con l'aiuto dell'altro e rendere la lezione interattiva. Lo scopo è creare un contatto sia umano che energetico, sentendo il respiro del proprio compagno, giocando con l'equilibrio, sperimentando un nuovo punto di vista e arricchirsi l'un l'altro.

www.somaliasportclub.it



OTTICA VASARI



P.zza della Repubblica, 61 - 00185 Roma • Tel: 06 48 82 240 • info@otticavasari.it • www.otticavasari.it







Mettiti comodo! A vendere o affittare la tua casa, ci pensiamo noi.

Disegniamo insieme il futuro della tua proprietà.

RIVOLTA IMMOBILIARE DAL 1956



Roma Centro

Via di Ripetta 124/125 Tel. 06.36308330 - 06.3701263 romacentro@immobiliarerivolta.com

Roma Fleming

Via Bartolomeo Gosio, 114-120 Tel. 06.6871062 info@immobiliarerivolta.com

Roma Prati

Viale Carso, 11-15/A
Tel. 06.3701263
segreteria@immobiliarerivolta.com

Argentario Porto Ercole

Via della Marina, 20 - Porto Ercole (GR) Tel. 0564.642953 argentario@immobiliarerivolta.com

Roma Ponte Milvio - Vigna Clara

Via degli Orti della Farnesina, 110 Tel. 06.36308330 rivolta@immobiliarerivolta.com

Servizi e Consulenze

Via degli Orti della Farnesina 109/C - Roma Tel 06,36304710 servizi@immobiliarerivolta.com









