# SPORTCLUB

YOUR LIFESTYLE MAGAZINE

NOVEMBRE 2021

## PECHINO 2022...

# STIAMO ARRIVANDO!

SOFIA GOGGIA E GIACOMO BERTAGNOLLI,
PORTABANDIERA AI GIOCHI OLIMPICI E PARALIMPICI DI PECHINO 2022

WWW.SPORTCLUBONLINE.IT

sportclubonline

sportclubonline

Campagna pubblicitaria realizzata da: **Be Different Magazine** per Fellini | Ph: **Andrea Lavezzi** | Modelli: **E. Bassetti e A. Carrozzo** | Hair Stylist: **Luca Iannilli e Giulia Pulcini (Spettinati Hair Group)** | M.U.A.: **Claudia Sista** (Accademia di Trucco Professionale)

# FELLINI®

*1975 Roma*

## Shop Online

**felliniroma.it**

**Fellini Collezione Uomo**
Via Cola di Rienzo, 281 - Tel. 06.32.21.489 / 06.32.10.629
Galleria Commerciale Porta di Roma - 06.87.07.00.98
Viale Europa, 20 - Tel. 06.59.10.433

**Fellini Collezione Donna**
Via Cola di Rienzo, 276 - Tel. 06.68.80.49.96
Viale Europa, 20 - Tel. 06.59.10.433

# SE L'ESAME NON VA, CAMBIA METODO. PREPARATI CON NOI

**Le hai provate tutte?**
**Non perdere altro tempo:**
**con Cepu affronti gli esami nel modo giusto, quello più adatto a te.**

**Dimmi come studi e ti dirò come studiare**
Non è un gioco di parole: solo partendo dalle tue abitudini, dalle tue caratteristiche e da come gestisci lo studio potremo capire insieme a te come intervenire **per migliorare i tuoi risultati all'università.**

Il servizio è attivo **in presenza e online** per tutte le facoltà e i corsi di laurea.

CEPU®

cepu.it

Per informazioni

**Roma** via Nomentana 77 › **06 44 250 413**

Con Grandi Scuole puoi recuperare materie e anni scolastici, anche più anni in uno, per conseguire subito il diploma.
I servizi Grandi Scuole sono attivi per le scuole medie inferiori e per tutti gli indirizzi di studio delle superiori. Lezioni in miniclassi e individuali, anche online. E ricorda: **con Grandi Scuole sei promosso o ripreparato.**

www.grandiscuole.it

**Roma** via della Ferratella in Laterano 25
Chiama **06 70 495 114**

# SOMMARIO


| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 8 | REGIONE LAZIO | 30 | SPORT&FINANZA | 67 | OCULISTICA |
| 10 | COVER | 32 | MILLENNIALS | 70 | RUGBY |
| 16 | PEOPLE | 35 | PADEL CLUB | 78 | EVENTI |
| 20 | CURIOSITÀ | 64 | ORTODONZIA | 82 | SALUTE |
| 26 | CINEMA | 66 | CARDIOLOGIA | | |


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

Sport Club – Anno XVIII – n. 165
NOVEMBRE 2021
Reg. trib. di Roma n. 591/2004
del 30-12-04

Direttore responsabile
Luigi Capasso
direttore@sportclubonline.it

Art Director
Valeria Barbarossa
redazione@sportclubonline.it

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

Pubblicità
Agenzia Nazionale
Marketing Xpression
Via della Giustiniana, 959
00189 Roma
Marco Oddino
m.oddino@mktgx.com
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

Stampa
CIERRE & GRAFICA – Roma
Finito di stampare nel mese di
NOVEMBRE 2021

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
www.sportclubonline.it

sportclubonline sportclubonline @SPORTCLUBonline

WWW.SPORTCLUBONLINE.IT

CAFFÈ PORTOFINO
GELATERIA ENOTECA BISTROT

Caffè Portofino Roma
Piazza Cola di Rienzo 116,
00192 Roma (RM)
+ 39 06 32110837
info@caffeportofino.it

Caffè Portofino Friburgo
Bertold St. 44, Friburgo
79098, Germania
+49 07 612922939

Seguici su:
www.caffeportofino.it

A cura di Nicola Zingaretti – Presidente della Regione Lazio

# LO SPORT È DI TUTTI E NON PUÒ AVERE BARRIERE

## Ecco una nuova e concreta iniziativa della regione lazio per dare sostegno allo sport

Si chiama "SPORT SENZA BARRIERE" ed è un programma straordinario di riqualificazione, adeguamento e messa in sicurezza degli impianti sportivi esistenti nella nostra regione. Si tratta di un bando da 6 milioni di euro rivolto agli Istituti scolastici, soggetti pubblici o privati ed Enti Ecclesiastici per dare impulso al sostegno e alla promozione della pratica sportiva anche in chiave ecosostenibile. I contributi che mettiamo a disposizione infatti, andranno a finanziare interventi di riqualificazione, riconversione, adeguamento tecnologico, efficientamento energetico, abbattimento delle barriere architettoniche per facilitare l'accesso allo sport degli atleti disabili e tanti altri fattori di ammodernamento fondamentali per aiutare le strutture sportive del nostro territorio ad essere accessibili a tutti ma soprattutto, a renderle sicure per chi vuole praticare lo sport. Si tratta di una bella opportunità, che darà la possibilità ai gestori degli impianti di poter ottenere fino a 50.000 euro a fondo perduto fino ad un massimo dell'80% del budget complessivo. Abbiamo fatto in modo di ripartire le risorse in ogni provincia in base alla densità abitativa. A Roma per esempio andranno quasi 3 milioni di euro con cui sarà possibile riqualificare almeno 60 impianti. Questa iniziativa è solo l'ultima in termini di tempo delle moltissime messe in campo dalla nostra Giunta in favore dello sport. Dopo aver passato un lungo periodo difficile a causa della pandemia abbiamo voluto dare un segnale concreto ma anche simbolico: l'attività fisica come emblema di rinascita, per poter tornare a stare insieme utilizzando lo sport come una leva fantastica per la socializzazione a tutti i livelli. Così negli ultimi mesi abbiamo dedicato bandi specifici in favore di associazioni e società sportive dilettantistiche, per le scuole e gli istituti comprensivi dai 6 ai 13 anni, e poi ovviamente per le famiglie con buoni e voucher sportivi erogati per garantire la pratica sportiva anche a quei ragazzi che non potevano permettersela.

**Perché lo sport è di tutti e non può avere barriere.**



TEATRO OLIMPICO
abbonamenti 21|22
a partire da 105 euro
5 o 7 spettacoli
senza vincoli di date o turni prestabiliti

14 - 17 ottobre
Sonics
Duum

19 - 24 ottobre
Antonello Costa
Gran Casinò

26 - 31 ottobre
Inferno 2021
Emiliano Pellisari No Gravity Dance Theatre

4 - 7 novembre
Aterballetto
Don Juan

13 - 14 novembre
Shine Pink Floyd Moon
Daniele Cipriani Dance Company e Pink Floyd Legend

16 - 21 novembre
Francesca Reggiani
Gatta Morta

24 - 28 novembre
Uccio De Santis
Stasera con Uccio

5 - 7 dicembre
Balletto di Mosca
Lo Schiaccianoci

8 - 12 dicembre
Vittorio Sgarbi
Dante Giotto

14 dicembre - 23 gennaio
Maurizio Battista
A modo mio...

8 - 13 febbraio
David Parsons
Parsons Dance

15 febbraio - 6 marzo
Riccardo Rossi
Ecce Homo

8 - 27 marzo
Lillo & Greg
Gagmen Upgrade

29 marzo - 17 aprile
Vincenzo Salemme
Napoletano? E famme 'na pizza!

Direttore Artistico Lucia Bocca Montefoschi
teatroolimpico.it
Tel. 349 23 78 200 • Piazza Gentile da Fabriano, 17 - Roma

FIAMME GIALLE
#fiammegialle

# DA TOKYO 2020 A PECHINO 2022 (PASSANDO PER MODENA)

## A "Skipass" il passaggio di consegne fra gli olimpionici delle Fiamme Gialle.

ModenaFiere - Skipass, presso il salone del turismo e degli sport invernali a si è tenuto il 30 e 31 ottobre scorso, un incontro fra gli atleti delle Fiamme Gialle medagliati alle recenti Olimpiadi estive di Tokyo e i loro colleghi degli sport invernali che si accingono ad iniziare la loro stagione agonistica che culminerà, nel prossimo mese di febbraio, con i Giochi Olimpici e Paralimpici invernali di Pechino 2022. L'evento, ospitato presso lo stand del Trentino, territorio con il quale le Fiamme Gialle sono da sempre fortemente legate, ha rappresentato un simbolico passaggio di consegne fra campioni dello stesso Sodalizio, accumunati dal desiderio di rappresentare al meglio loro stessi e l'Italia nella più importante manifestazione sportiva al mondo: l'Olimpiade. Presenti i protagonisti di Tokyo 2020 Fausto Desalu, Antonella Palmisano, Ruggero Tita, Daniele Garozzo, Luigi Samele, Enrico Berrè, Martina Caironi e Ambra Sabatini, che hanno dato il loro "in bocca al lupo" ai colleghi Sofia Goggia, Luca De Alpirandini, Manfred Moelgg, Stefano Gross, Giovanni Franzoni, Alex Vinatzer, Riccardo Tonetti,

Alessandro Pittin, Lara Malsiner, Elia Barp e Giacomo Bertagnolli con due veri e propri passaggi di testimone, avvenuti fra l'argento paralimpico dei 100 metri di Tokyo 2020, Martina Caironi, e il due volte campione di sci alpino paralimpico a PyeongChang 2018, Giacomo Bertagnolli, e fra il campione olimpico della 4x100 di atletica leggera a Tokyo, Fausto Desalu, e lo slalomista Manfred Moelgg, l'autentico veterano dello sci targato Fiamme Gialle giunto quest'anno alla sua 19^ stagione nel Circo Bianco. Il tutto sotto gli occhi dei tanti visitatori presenti in Fiera, che hanno assistito a un altro momento fortemente simbolico: Antonella Palmisano e Ambra Sabatini hanno donato a nome di tutte le Fiamme Gialle un piccolo Tricolore rispettivamente a Sofia Goggia e a Giacomo Bertagnolli, prossimi Portabandiera Olimpici e Paralimpici dell'Italia a Pechino 2022, per la prima volta appartenenti allo stesso club. Un segno tangibile che ricorda l'attaccamento al nostro Paese di questi campioni, patrimonio sportivo non solo delle Fiamme Gialle ma dell'Italia intera. Intervenuto all'evento al fianco dei suoi atleti, il Comandante del Gruppo Polisportivo "Fiamme Gialle", Gen.B. Vincenzo Parrinello, ha dichiarato: "Per la prima volta dopo tanti anni le due Olimpiadi, estiva ed invernale, sono separate solo da pochi mesi, e questo è un motivo in più per sperare che lo straordinario vento in poppa che ha spinto gli atleti azzurri a Tokyo non cessi di soffiare fino a Pechino. Per la Guardia di Finanza avere tra le proprie fila atleti come questi è motivo di grande orgoglio, non solo per i risultati sportivi, e la doppia investitura al ruolo di Portabandiera di Sofia e Giacomo ne è testimonianza concreta. Spesso è proprio il loro comportamento, la loro resilienza, la loro umiltà, ad ispirarci nella vita di tutti i giorni". Il Generale Parrinello ha altresì espresso un messaggio di profonda gratitudine nei confronti di tutti i suoi atleti "per avermi insegnato, con il loro esempio, ad inseguire obbiettivi e sogni con determinazione ed onestà, mettendo, ancor prima del risultato agonistico, la trasparenza ed il rispetto delle regole". All'incontro di oggi hanno preso parte numerose Autorità, fra le quali l'Amministratore Delegato di Trentino Marketing, Maurizio Rossini, il Presidente del CONI trentino, Paola Mora e Simona Cassarà, Membro del Consiglio di Amministrazione di Sport e Salute. Presente anche il Presidente della Federazione Italiana Sport Invernali, Flavio Roda, il quale si è complimentato con i campioni di Tokyo 2020 per gli straordinari risultati e si è detto sicuro che il loro esempio sarà di forte stimolo per i loro colleghi degli sport invernali, che stanno lavorando con grande impegno e che si accingono ad affrontare una stagione molto impegnativa che culminerà con i Giochi di Pechino.

## NUOVA SPEED TRIPLE RR: ELEGANZA, PRESTAZIONI E CARATTERE

La Speed Triple più aggressiva di sempre. Coivolgente e affascinante, ora più potente che mai. Una moto da ammirare e da guidare, con la dotazione più ricca di sempre. HANDLING SUPERIORE Grazie ai semimanubri, alla splendida carenatura e alla posizione di guida più caricata in avanti la nuova Speed RR è ancora più sportiva e coinvolgente. NUOVE DOTAZIONI DI ALTO LIVELLO Le sospesioni semiattive Öhlins Smart EC 2.0 a controllo elettronico garantiscono prestazioni, comfort e controllo ai massimi livelli. PNEUMATICI DA PISTA Gli pneumatici Pirelli Diablo Supercorsa V3 sono omologati per l'uso stradale, ma offrono grip e prestazioni superiori. TECNOLOGIA ALL'AVANGUARDIA Il pacchetto tecnologico presente su questa moto esalta l'esperienza di guida, migliorando il controllo e la sicurezza.
MOTORE 1160 cc. POTENZA MASSIMA 180 CV. COPPIA MASSIMA 125 Nm.

**TRIUMPH ROMA GRA** Via Serracapriola, 48 - 00133 Roma T. 06/94534080 - **info@triumphroma-gra.it - http://www.triumphroma-gra.it**

# ELISABETTA II, REGINA D'INGHILTERRA

## LE 10 COSE CHE NON SAI DI

È la regina dei record: a 95 anni è la regnante più longeva al mondo, e il suo regno, iniziato il 6 febbraio 1952, dura da ben 69 anni.

di Elena Oddino

Sua Maestà Elisabetta II ha fatto la storia del XX secolo e sta continuando anche nel XXI. "God save the Queen" recita l'inno nazionale britannico, e davvero pare che il cielo le abbia donato un'aura di eternità. I sudditi l'adorano e il mondo l'ammira. E lei continua imperterrita a tenere dritta la barra del suo regno pur tra turbolenze, scandali di famiglia e crisi politiche. Ora, dopo un breve ricovero in ospedale, le hanno proibito di andare a cavallo e di bere il suo solito cocktail Martini serale. Ma sua Maestà ha già assicurato che tornerà presto alle vecchie abitudini. Mentre, con un certo sdegno, ha anche rifiutato il recente premio "Anziano dell'anno" assegnatole dalla rivista britannica The Oldie, dedicata alla terza età. Dando mandato al suo segretario personale di replicare con fermezza: "Sua Maestà crede che una persona sia vecchia quando si sente tale, Sua Maestà non crede quindi di soddisfare i criteri pertinenti per poter accettare, e spera che troviate un destinatario più adeguato". Questione di tempra! Ma siete sicuri di sapere tutto di Elisabetta II? Ecco 10 cose che certo di "The Queen" non conoscete.

**1 La famiglia** - Elisabetta II è nata il 21 aprile 1926 a Mayfair, a Londra, sotto il segno del Toro, e anche se non è mai stata "un'altezza" fisicamente, è infatti solo 1,63, ha avuto grande peso nella vita del suo popolo. E' stata sposata con Filippo di Edimburgo per 74 anni, dal 1947 al 2021, anno della sua morte, e da lui ha avuto 4 figli, Carlo, principe del Galles, Andrea, duca di York, Anna, principessa, Edoardo, conte di Wessex. Anche se politicamente quella della Regina è una funzione più consultiva che un potere effettivo, l' autorità morale di sua Maestà ha sempre avuto grande peso nelle decisioni parlamentari. Il capitale totale della famiglia reale britannica è stimato a 88 miliardi di dollari e quello della Regina in 530 milioni di dollari.

**2 Regina non per scelta** - Elisabetta divenne regina di Gran Bretagna e Irlanda del Nord il 6 febbraio 1952 dopo la morte di suo padre, re Giorgio VI (1895-1952). Ma non era destinata al trono. La principessa Elisabetta aveva uno status reale secondario infatti, ma tutto cambiò con la morte del nonno, re Giorgio V, nel 1936. Il successivo nella linea di discendenza reale era lo zio di Elisabetta, Edoardo VIII, che però abdicò al trono poco più di un anno dopo averlo conquistato, per poter sposare il suo grande amore non di sangue blu, l'americana Wallis Simpson. Non avendo Edoardo figli, la corona passò a suo fratello Alberto (il padre di Elisabetta) che divenne Giorgio VI, rendendo così la figlia Elisabetta la prima in linea di successione per diventare regina. Cosa che le accadde a soli 25 anni quando suo padre, Giorgio VI, morì il 6 febbraio 1952.

**3 Mai andata a scuola** - Poiché gli eredi al trono non possono andare alla scuola elementare come gli altri bambini "normali", la regina Elisabetta fu istruita a casa, privatamente, da illustri insegnanti come Henry Marten, professore dell'Eton College, ricevendo anche lezioni private di religione dall'arcivescovo di Canterbury. Ma la maggior parte dell'educazione la ebbe dalla la sua tata, Marion Crawford, anche se segretamente la principessa ha sempre sofferto di non poter avere una cultura "normale" come agli altri bambini.

**4 Un matrimonio non combinato** - Quella tra Elisabetta II e il marito Filippo Mountbatten, figlio del principe Andrea di Grecia e Danimarca e della principessa Alice di Battenberg, fu una grande storia d'amore. I due si incontrarono la prima volta nel 1934 al matrimonio di Marina di Grecia (cugina del principe Filippo) e del principe Giorgio duca di Kent (zio di Elisabetta), quando lei aveva 8 anni. Poi si rividero nel 1939, quando Giorgio VI portò Elisabetta a visitare il Royal Naval College di Dartmouth, dove Filippo era un cadetto. Qui scattò la scintilla. Ricorda Elisabetta: "Io avevo 13 anni, lui 18, era un giovane ufficiale, lo vedevo pochissimo, solo nei momenti di congedo dalla Marina, in tre anni solo due volte". Ma nel 1946, Filippo chiese ad Elisabetta di sposarlo, andando a trovarla per più di un mese a Balmoral, la sua tenuta reale in Scozia, e lei accettò senza neppure dirlo ai genitori. Re Giorgio VI non era per niente convinto che quel giovane marinaio potesse essere l'uomo giusto per la figlia, specie per affiancarla un domani negli impegni della corona. Ma Elisabetta non mollò, e sposò l'uomo che amava. Per i tempi, una grande conquista. Quando Giorgio VI venne a sapere delle nozze imminenti, però, disse che avrebbe approvato solo se avessero aspettato ad annunciare il fidanzamento fino al 21° compleanno di Elisabetta. Cosa che accadde. A causa della crisi seguita alla Seconda Guerra Mondiale, il matrimonio tra Elisabetta e Filippo nel 1947 fu organizzato con un budget ridotto. Per acquistare il tessuto dell'abito da sposa si usarono le tessere annonarie, e gli ingredienti della torta nuziale furono un dono di nozze.

**5 Regina e militare** - La regina Elisabetta è l'unico membro femminile della famiglia reale ad essere entrato nelle forze armate, e l'unico capo di stato vivente che ha ufficialmente servito nella Seconda Guerra Mondiale. Quando scoppiò la Guerra nel 1939, Elizabeth, adolescente, pregò il padre di potersi rendere utile. A 14 anni fece delle trasmissioni radiofoniche per sollevare il morale dei suoi coetanei. Nel 1942, a 16 anni, si registrò al Centro di Collocamento, il Labour Exchange, per unirsi alle forze armate femminili, ma riuscì a convincere suo padre, il re Giorgio VI, solo nel 1945 quando la futura Regina si unì alle squadre di autodifesa femminile "Servizio Territoriale Ausiliario". Durante il servizio divenne una meccanica militare: imparò a cambiare una ruota, riparare motori, guidare camion e ambulanze. L'unica differenza tra lei e gli altri soldati era che lei, la sera, doveva tornare al castello di Windsor. Durante i suoi cinque mesi di servizio, Elisabetta riuscì a raggiungere il grado di ufficiale minore.

**6 Carattere** - Elisabetta è stata una bambina ordinata e parsimoniosa, sin da piccola le è stato insegnato il senso del risparmio al punto che vigeva anche l'obbligo di riciclare la carta dei regali ricevuti. The Queen è famosa in tutto il mondo per il suo contegno sempre molto british, e infatti, a differenza del marito noto gaffeur, è sempre stata contenuta, sia nel dolore sia nella gioia. Seria, rigorosa, inflessibile, con se stessa, prima che con gli altri. Un'icona di stile ed eleganza che pur tra le turbolenze attraversate dal Regno, tra tradimenti, divorzi, lutti, emergenze, scossoni politici come la Brexit, ha sempre rappresentato un punto di riferimento. Qualcuno dipinge Elisabetta come avara, e narra che una volta alla richiesta del figlio Carlo di poter prendere alcuni mobili chiusi in cantina, rispose "se li vuoi comprali". Ma di lei si dice che sia anche una nonna amorosa. Da piccola aveva un soprannome, Lilibet, nato dalla sua difficoltà a pronunciare bene il proprio nome. Ed è così che il marito Filippo, ma solo a lui era permesso, la chiamò sempre.

**7 Curiosità** - La regina è appassionata di ballo country scozzese e d'estate, durante le vacanze nel castello di Balmoral, in Scozia, organizza dei balli noti come Gillies' Balls per tutto il vicinato. The Queen ha recitato con Daniel Craig in una scenetta di James Bond per aprire le Olimpiadi di Londra 2012. È appassionata di calcio, tifa Arsenal, ed è il capo di stato che ha viaggiato di più, visitando più del 60% dei paesi del mondo. Ma non possiede né passaporto né patente. Motivo? Patenti e passaporti britannici sono ufficialmente rilasciati a nome della regina, quindi a lei non servono. Tra i regali più bizzarri ricevuti durante i suoi viaggi ci sono due bradipi (Brasile, 1968), un piccolo di elefante di nome Jumbo (in Camerun), e un paio di stivali da cowboy (Stati Uniti d'America). A tavola va pazza per la Chocolate Biscuit Cake, ama le uova strapazzate con salmone e tartufo, mentre aglio, cipolla e patate sono banditi dalla sua dieta. Sua Maestà inoltre è un'appassionata di libri gialli e i suoi autori preferiti sono P.D. James, Agatha Christie e Dick Francis.

**8 Look** - Elisabetta è famosa per i suoi cappottini con cappellini abbinati dai colori più sgargianti. Non si sa bene quanti ne abbia ma nel suo armadio non manca nessuna sfumatura. Il suo colore preferito pare sia il blu, seguito da verde e rosa, anche se l'abito preferito è in tinta giallo burro. Ma c'è un motivo per cui la Regina indossa sempre abiti dai colori accesi: Elisabetta deve sempre essere individuabile, dai sudditi, ma soprattutto dagli addetti alla sicurezza che vigilano su di lei, e che durante gli eventi ufficiali devono essere sempre in grado di tenerla d'occhio. Per questo la Regina usa solo ombrelli trasparenti. Per evitare che le gonne si alzino e le giochino brutti scherzi, poi, Elisabetta da sempre fa cucire dei piccoli pesi all'interno dell'orlo. Quanto al Make up, uno dei diktat di Sua Maestà è "mai il mascara, quello serve alle star del cinema per farsi notare, io non ne ho bisogno". Ma i rossetti sono la sua passione. Nel 1952, per le nozze con il principe Filippo, ne commissionò uno personalizzato all'azienda Clarins. Si chiamava The Balmoral Lipstick, in onore della località di vacanza da lei tanto amata. Ora una volta l'anno Elisabetta cambia il colore del suo lipstick preferito color cherry bossom, durante la cerimonia di inaugurazione del Parlamento, nella Camera dei Lord, ogni mese di novembre.

**9 Occhio alla borsetta!** - Sì perché the Queen la usa per inviare messaggi in codice. Quando vuole essere aiutata a liberarsi di un interlocutore, infatti, passa la borsetta sul braccio destro. Se vuole andarsene la posa a terra. Se invece tiene la borsa a sinistra significa che tutto fila liscio, e se poi sfila i guanti e li tiene nella mano destra, significa che la conversazione si fa importante e non desidera essere disturbata.

**10 La passione per gli animali** - Sapevate che la Regina possiede tecnicamente tutti i cigni, gli storioni, i delfini e le balene che sono nelle acque del Regno Unito? Sì, se si trovano o sono catturati entro tre miglia dalla costa, sono proprietà della Corona. Ma dopo i cavalli la vera passione di Elisabetta sono i cani, i corgis per l'esattezza. Ne ha avuti più di 30. Quando divenne maggiorenne le fu regalato un corgi chiamato Susan e da allora tutti gli altri cani furono figli di Susan. E qualcuno dice che the Queen è stata molto più tenera con i suoi cani che con suo figlio Carlo. I corgi erano così amati da avere la loro stanza a Buckingham Palace, e il permesso di scorrazzare ovunque e dormire sui broccati reali. Si dice che Elisabetta li imbocchi persino con un cucchiaino d'argento e che una volta, interrogata da un valletto in merito a ciò che le mancava di più nei suoi viaggi, non esitò a rispondere: i cani. God save the Queen!

# I 20 QUADRI PIU' FAMOSI AL MONDO

Ci sono quadri che anche se non abbiamo mai visto dal vivo restano indelebili nella memoria di tutti quanti noi. Opere innovative per la loro epoca, bizzarre, sublimi. Se chiedessimo a tutti voi di elencarne 20 quasi certamente più della metà sarebbero gli stessi. Un caso? Decisamente no. Per "completare" la lista, vi sveliamo noi quali sono i 20 quadri più famosi al mondo e i musei dove poterli ammirare.

**Si ringrazia Travel 365**

## LA PERSISTENZA DELLA MEMORIA
### MOMA - NEW YORK (USA)

Opera surrealista per antonomasia dove viene raffigurata una terra deserta e desolata in cui sono presenti alcuni orologi molli. Essi, quasi fluidi, rappresentano simbolicamente l'elasticità del tempo. Dalì realizzò quest'opera osservando e riflettendo filosoficamente sulla "ipermollezza" del formaggio che stava mangiando.

- Autore: Salvador Dalì
- Data: 1931
- Tecnica: olio su tela
- Dimensioni: 24x33 cm
- Stima del valore economico: incalcolabile

## BALLO AL MOULIN DE LA GALETTE
### MUSEO D'ORSAY - PARIGI (FRANCIA)

Un momento della vita parigina in un'atmosfera di felice abbandono, dove sono presenti la spensieratezza ed il gusto della Belle Époque. Il Moulin de la Galette, locale allestito in un vecchio mulino, si trovava in cima alla collina di Montmartre, il quartiere degli artisti parigino. Il nome del locale faceva riferimento ai dolcetti (galettes) che venivano offerti come consumazione compresa nel prezzo di ingresso.

- Autore: Pierre-Auguste Renoir
- Data: 1876
- Tecnica: olio su tela
- Dimensioni: 131x175 cm
- Stima del valore economico: venduto da Betsey Whitney a Ryoei Saito nel 1990 per 78,1 milioni di dollari (rivalutato 127,4)

## LA GIOCONDA
### MUSEO DEL LOUVRE - PARIGI (FRANCIA)

Nota anche come Monnalisa, è un dipinto del geniale Leonardo da Vinci. Opera iconica e misteriosa, si tratta sicuramente del ritratto più celebre della storia. Il sorriso impercettibile della ragazza ritratta ha ispirato nei secoli critici, scrittori e studiosi.
L'opera rappresenta tradizionalmente Lisa Gherardini, moglie di Francesco del Giocondo (da cui il soprannome "la Gioconda").

- Autore: Leonardo Da Vinci
- Data: 1503/1506 circa
- Tecnica: olio su tavola
- Dimensioni: 77x53 cm
- Stima del valore economico: incalcolabile

## NOTTE STELLATA
### MOMA - NEW YORK (USA)

Il dipinto raffigura un paesaggio notturno di Saint-Rémy-de-Provence, poco prima del sorgere del sole.
L'opera è ricca di significati simbolici. Il quadro è stata realizzato con una particolare tecnica pittorica: il colore, infatti, di consistenza molto fluida, è stato steso con uno spessore minimo e a piccoli tocchi ravvicinati, lasciando volutamente minuscoli spazi vuoti dai quali intravedere la trama della tela sottostante che, in corrispondenza delle stelle, ne simula così il tremolio.

- Autore: Vincent Van Gogh
- Data: 1889
- Tecnica: olio su tela
- Dimensioni: 72x92 cm
- Stima del valore economico: incalcolabile

## L'URLO
### GALLERIA NAZIONALE - OSLO (NORVEGIA)

E' un celebre dipinto del pittore norvegese e, come per altre sue opere, è stato creato in più versioni, quattro in totale.
Lo spunto da cui nacque quest'opera è autobiografico e ne parla lo stesso Munch in una pagina di diario. La versione de L'Urlo esposta al Museo Munch è stata oggetto di ben due furti.

- Autore: Edvard Munch
- Data: 1893
- Tecnica: olio, tempera, pastello su cartone
- Dimensioni: 91x73,5 cm
- Stima del valore economico: incalcolabile

## GUERNICA
### MUSEO NACIONAL REINA SOFIA - MADRID (SPAGNA)

Realizzato in memoria del 26 aprile 1937 per il bombardamento aereo dell'omonima città basca durante la guerra civile spagnola, Guernica divenne un'opera popolarissima. È un dipinto di protesta contro la violenza, la distruzione e la guerra in generale.

- Autore: Pablo Picasso
- Data: 1937
- Tecnica: olio su tela
- Dimensioni: 349x777 cm
- Stima del valore economico: incalcolabile

## LA RAGAZZA CON L'ORECCHINO DI PERLA,
### MAURITSHUIS - L'AIA (PAESI BASSI)

Si tratta di uno dei dipinti più noti dell'artista, anche grazie ad un romanzo e un film del 2003 (con Scarlett Johansson e Colin Firth) di cui è stato oggetto. L'assenza di attributi iconografici non ha mai permesso l'identificazione della splendida fanciulla. L'orecchino con perla a forma di goccia stona con le modeste condizioni della ragazza. Secondo alcuni studi effettuati, in natura non esisterebbe una perla di tali dimensioni, pertanto si è ipotizzato che si trattasse di un'imitazione in vetro soffiato di produzione veneziana.

- Autore: Jean Vermeer
- Data: 1665-1666 circa
- Tecnica: olio su tela
- Dimensioni: 44,5x39 cm
- Stima del valore economico: incalcolabile

## NO.5 - 1948
### COLLEZIONE PRIVATA (NEW YORK, USA)

Un'opera innovativa nel suo genere, bizzarra, creata con colori sintetici e resine fatti colare sul supporto usato come tela. Una sorta di rete fatta di "fili" grigi, marroni, bianchi e gialli che a molti spettatori appare come l'intreccio di un nido di un qualche sconosciuto volatile. Questa creazione astratta del grande Pollock possiede davvero un valore enorme!

- Autore: Jackson Pollock
- Data: 1948
- Tecnica: Olio su fiberboard
- Dimensioni: 2,4×1,2 m
- Stima del valore economico: venduto da David Geffen a David Martinez nel 2006 per 140 milioni di dollari (rivalutato ora in 148,1)

## LA NASCITA DI VENERE
### GALLERIA DEGLI UFFIZI - FIRENZE (ITALIA)

Un capolavoro assoluto! Vera e propria icona del Rinascimento italiano, talvolta considerato simbolo dell'arte fiorentina. La Nascita di Venere è da sempre considerata l'ideale di bellezza femminile nell'arte, così come il David è considerato il canone di bellezza maschile.

- Autore: Sandro Botticelli
- Data: 1482-1485 circa
- Tecnica: tempera su tela
- Dimensioni: 172x278 cm
- Stima del valore economico: incalcolabile

## IL FIGLIO DELL'UOMO
### COLLEZIONE PRIVATA

Quest'opera raffigura, in primo piano, un uomo il cui volto è nascosto quasi completamente da una mela verde sospesa in aria. Sullo sfondo troviamo un oceano e un cielo nuvoloso. Riferendosi al suo dipinto, Magritte dichiarò che ogni cosa che noi vediamo ne nasconde un'altra. L'opera esprime anche una forte critica nei confronti della classe borghese (simboleggiata dall'abito formale del personaggio) che l'artista reputava ipocrita e meschina.

- Autore: René Magritte
- Data: 1964
- Tecnica: olio su tela
- Dimensioni: 116x89 cm
- Stima del valore economico: non pubblico

## UNA DOMENICA POMERIGGIO SULL'ISOLA DELLA GRANDE JATTE
### THE ART INSTITUTE, CHICAGO (USA)

È uno dei quadri più importanti della storia in quanto ha ispirato artisti come Claude Monet, Vincent Van Gogh e Alfred Sisley, oltre ad aver influenzato la corrente cubista e futurista. L'opera deve il suo nome a ciò che raffigura: l'isola di Grande-Jatte, sulla Senna parigina, in una domenica pomeriggio. È l'iconografia del tempo libero della nuova società borghese e industriale di fine XIX secolo.

- Autore: George-Pierre Seurat
- Data: 1883-1885
- Tecnica: olio su tela
- Dimensioni: 207,6x308 cm
- Stima del valore economico: attualmente incalcolabile

## AMERICAN GOTHIC
### ART INSTITUTE, CHICAGO (USA)

Wood volle raffigurare i ruoli tradizionali dell'uomo e della donna nel Midwest e creò l'opera in modo curioso: la modella è sua sorella, l'uomo raffigurato il suo dentista, l'edificio una casa che notò in un suo viaggio nell'Iowa. Ogni elemento che compone il quadro venne dipinto separatamente e i modelli posarono in momenti diversi e non sostarono mai di fronte alla casa.

- Autore: Grant Wood
- Data: 1930
- Tecnica: olio su tela
- Dimensioni: 74,3x62,4 cm
- Stima del valore economico: incalcolabile

## LA STRAGE DEGLI INNOCENTI
## COLLEZIONE PRIVATA

L'opera narra in modo tragico e forte un episodio del Vangelo: la cosiddetta strage degli innocenti. E' una tela ricca di particolari, tanto da rendere quasi vivo il quadro agli occhi dello spettatore. Incredibilmente quest'opera è stata per lungo tempo dimenticata e creduta essere la creazione di un artista minore per un errore di catalogazione a causa di una precedente trascrizione imperfetta. Addirittura il proprietario l'aveva relegata in una stanzetta secondaria!

- Autore: Peter Paul Rubens
- Data: 1611
- Tecnica: olio su tela
- Dimensioni: in realtà sono due opere di 182x140 cm, anche se la più celebre è una
- Stima del valore economico: venduto da una famiglia austriaca a Kenneth Thompson nel 2002 per 76,7 milioni di dollari (rivalutato in 90,9)

## IL BACIO
## ÖSTERREICHISCHE GALERIE BELVEDERE, VIENNA (AUSTRIA)

Al centro di un luogo astratto due amanti si stringono e si abbandonano ad un bacio intenso. Klimt riesce a trasportare magistralmente il momento in cui l'universo maschile e femminile riescono a compenetrarsi. L'eleganza e l'aura mistico-erotica hanno reso quest'opera la principale esponente del gusto della Belle Époque.

- Autore: Gustav Klimt
- Data: 1907-1908
- Tecnica: olio su tela
- Dimensioni: 180x180 cm
- Stima del valore economico: incalcolabile

## OLYMPIA
## MUSÉE D'ORSAY, PARIGI (FRANCIA)

Raffigura un'anonima prostituta che fissa l'osservatore con sguardo di sfida mantenendo una posa sprezzante, che ricorda le immagini pornografiche del tempo.

- Autore: Édouard Manet
- Data: 1863
- Tecnica: olio su tela
- Dimensioni: 130,5x190 cm
- Stima del valore economico: incalcolabile

## RITRATTO DEI CONIUGI ARNOLFINI
## NATIONAL GALLERY, LONDRA (UK)

Considerato tra i capolavori dell'artista, è anche una delle opere più significative della pittura fiamminga. La complessità del dipinto e la sua aura enigmatica hanno fatto si che venissero posti diversi interrogativi a riguardo, tutt'ora privi di risposta.

- Autore: Jan Van Eyck
- Data: 1434
- Tecnica: olio su tavola
- Dimensioni: 81,8x59,7 cm
- Stima del valore economico: incalcolabile

## OPHELIA
## TATE GALLERY, LONDRA (UK)

La tela si ispira al personaggio di Ofelia, dell'Amleto di William Shakespeare, appena caduta nel ruscello che sarà la sua tomba.
Scelse la modella Elizabeth Siddal, moglie dell'amico Dante Gabriel Rossetti, e per riprodurre la scena dell'annegamento, Millais chiese alla ragazza di immergersi in una vasca da bagno riscaldata con delle candele.

- Autore: John Everett Millais
- Data: 1851-1852
- Tecnica: olio su tela
- Dimensioni: 76,2x111,8 cm
- Stima del valore economico: incalcolabile

## LE NINFEE, DIVERSI MUSEI

Le ninfee sono un gruppo di 250 dipinti che ritraggono le ninfee situate nel giardino dell'autore. Monet immortalò durante le varie ore del giorno i riflessi capovolti delle ninfee combinate con il cielo e gli alberi. Ciò che ne risultò fu un caleidoscopio di colori, luce e una sorta di statica felicità a pelo d'acqua.
Le ninfee si trovano sparpagliate in diversi musei, fra i quali la National Gallery (Londra), il Metropolitan Museum (New York) e la Galleria Nazionale d'Arte Moderna e Contemporanea (Roma)

- Autore: Claude Monet
- Data: 1899 in poi
- Tecnica: olio su tela
- Dimensioni: differenti misure. Le Ninfee è una serie composta da 250 dipinti
- Stima del valore economico: incalcolabile

## LA CLASSE DI DANZA
## MUSÉE D'ORSAY, PARIGI (FRANCIA)

Il quadro ritrae alcune ballerine durante una lezione di danza impartita dall'anziano Jules Perrot in una sala dell'Opera in Rue Le Peletier. Come in altre sue opere, anche questa immagine rappresenta "un attimo a caso dei mille possibili". Degas amava rappresentare i suoi soggetti come se li stesse "spiando dal buco della serratura".

- Autore: Edgar Degas
- Data: 1873-1875
- Tecnica: olio su tela
- Dimensioni: 85x75 cm
- Stima del Valore economico: incalcolabile

## LA DAMA CON L'ERMELLINO
## CASTELLO DEL WAWEL, CRACOVIA (POLONIA)

Gli studiosi hanno identificato la donna ritratta nella giovane amante di Ludovico il Moro, Cecilia Gallerani.
L'ermellino è stato dipinto con precisione, ma la morfologia sembra essere più simile a quella di un furetto.

- Autore: Leonardo Da Vinci
- Data: 1488-1490
- Tecnica: olio su tavola
- Dimensioni: 54,8x40,3 cm
- Stima del Valore economico: Nel dicembre 2016 l'opera, insieme all'intera collezione Czartorysky, è stata ceduta al governo di Varsavia per circa 100 milioni di Euro, creando non poche polemiche, poiché il valore complessivo sarebbe di 2 miliardi.

CINEMA
#cinema

# I 10 RUOLI PIÙ PAGATI DELLA STORIA DEL CINEMA

**Will Smith grazie all'agente J. del terzo capitolo di Men in Black è l'attore più pagato di sempre per singolo ruolo.**

**Si ringrazia La Scimmia Pensa**

Le grandi produzioni hollywodiane lo sappiamo, sono in grado di pagare cachet da capogiro ai propri attori per i ruoli più iconici, specialmente nelle grandi saghe. Gli accordi dovuti a diritti su porzioni del botteghino, oltre a bonus particolari, portano i guadagni degli attori a livelli stellari. Quando si parla di ruolo singolo, il più pagato di sempre è Will Smith. L'attore di Philadelphia ha infatti ottenuto circa 100 milioni di dollari per la sua performance nel terzo capitolo della saga di Men in Black. Al secondo posto Keanu Reeves che, come ben noto, ha guadagnato il cachet più sostanzioso della suya carriera interpretando Neo in Matrix. Per l'occasione la star volto di John Wick ha guadagnato infatti 250 milioni per l'intera trilogia, 83,3 milioni a film.

Medaglia di bronzo per Tom Cruise e Robert Downey Jr. entrambi con un guadagno di 75 milioni di dollari. Il primo per Mission: Impossible – Protocollo fantasma e il secondo per Avengers: Infinity War.
Al quinto posto troviamo l'unica donna di questa classifica. Si tratta di Sandra Bullock che grazie alla percentuale alla quale aveva diritto sul botteghino di Gravity si è portata a casa 70 milioni di dollari.

In sesta posizione troviamo Johnny Depp che ha guadagnato 68 milioni di dollari per la sua performance nei panni del Cappellaio Matto in Alice in Wonderland e che ritroviamo in decima posizione di questa top ten, con 55 milioni incassati per Pirati dei Caraibi – Oltre i confini del mare. Settimo posto per Harrison Ford che ha guadagnato 65 milioni di dollari per Indiana Jones e il regno del teschio di cristallo, avendo una quota degli incassi al botteghino. Terzultimo nome della lista Adam Sandler che grazie all'accordo con Netflix che prevedeva 3 film tra i quali Murder Mystery ha guadagnato 62,5 milioni per ognuno. Al numero 9 ecco Tom Hanks che nel lontano 1994 guadagnò 60 milioni di dollari grazie a Forrest Gump, film che gli è valso anche il Premio Oscar.

A cura della redazione di Sporteconomy

Nonostante manchino ancora 32 mesi all'inizio dei prossimi Giochi Olimpici, che si svolgeranno a Parigi, il direttore della vendita e delle licenze del grande evento ha assicurato di essere in trattativa con un massimo di 80 licenziatari che vendono prodotti ufficiali in circa 30mila stabilimenti in Francia.

# OLIMPIADI PARIGI 2024: POSSIBILI GUA DAGNI TRA GIOCHI E MERCHANDISING

Il business del merchandising è un'importante fonte di reddito per i comitati organizzatori dei Giochi Olimpici e Parigi '24 intende sfruttare al meglio questo business. A seguito dell'accordo tra Fanatics e il Comitato Olimpico Internazionale (CIO), che ha trasformato la piattaforma in suo partner per la vendita di prodotti ufficiali, il Comitato organizzatore dei Giochi del 2024 ha assicurato che prevede di fatturare 2.130 milioni di euro con questo business. I flussi di entrate saranno principalmente due: la riscossione delle royalties per l'utilizzo del marchio Parigi '24 e la vendita di articoli ufficiali: dalle t-shirt ai peluche, comprese calzature e cappellini. Come riporta Sportsbuzzbusiness, secondo un recente sondaggio oltre il 60% dei francesi si è dichiarato interessato ai Giochi Olimpici e il 20% è intenzionato ad acquistare un prodotto ufficiale di Parigi 2024, ciò significa che circa 10 milioni di persone sono disposte a spendere dai 50 euro in su, il che aumenta la spesa per il merchandising a 500 milioni di euro nella sola Francia. Edouard Bardon, direttore licensing & retail per "Parigi 2024", ha dichiarato che l'obiettivo è quello di "moltiplicare questa cifra per quattro": ovvero arrivare a 2.000 milioni di euro. Secondo il manager, sono previsti 13 milioni di biglietti venduti per partecipare alle competizioni nell'ambito dei Giochi, aggiunti ai 17 milioni di persone registrate in Francia. Ci sono dunque tutte le carte per essere ambiziosi. Il business delle royalty dovrebbe aggirarsi intorno ai 130 milioni di euro, ovvero circa il 5% del prezzo finale di vendita di un articolo medio. Al momento sono stati raggiunti accordi con Le Coq Sportif (LCS), Decathlon , Monnaie de Paris, WePlay, Nemo e Artertre, ma Bardon è convinto di poter incrementare il numero di licenziatari a sua disposizione.

Edouard Bardon

a cura di Gabriele Ferrieri
Presidente ANGI Associazione Nazionale Giovani Innovatori

## INNOVAZIONE, TEMPO LIBERO E INTRATTENIMENTO

# LE NUOVE APP DI TENDENZA

### A portata del tuo smartphone le nuove soluzioni più seguite all'insegna del digitale… dal 5G alla realtà aumentata

L'universo delle applicazioni, sia per tablet o per smartphone, sta crescendo a dei ritmi impressionanti nel corso degli ultimi tempi. In modo particolare, nel 2021 tantissime persone hanno effettuato download di qualsiasi sorta di applicazione, complice ovviamente anche il periodo estremamente complicato vissuto per colpa della pandemia.
Nel corso degli ultimi mesi, è facile intuire quali applicazioni abbiano dominato in lungo e in largo le classifiche quelle che fanno riferimento ai social network, oppure le app di messaggistica istantanea. Tralasciando Instagram, Facebook, WhatsApp, Zoom e quant'altro, ci sono tante altre app, meno appariscenti, ma altrettanto utili, che hanno ottenuto un buon riscontro sul mercato. Largo consenso tra i genitori che non sono sempre informati quando si tratta di affrontare i diversi malanni che accompagnano ciascuna stagione dell'anno, è sicuramente SOS Pediatra Si tratta di un'applicazione molto utile, dato che si può considerare a tutti gli effetti una specie di manuale, in formato ovviamente facilmente leggibile e consultabile tramite smartphone, in maniera tale da sapere come affrontare ogni necessità e urgenza a livello pedriatrico.
Un'altra applicazione, tra le tante, che si sono messe in evidenza nel campo della sicurezza online, è senz'altro rappresentata da Authenticator Google. Ci troviamo di fronte a un titolo che tutti dovrebbero installare sul proprio device mobile, visto che offre l'opportunità, nei portali supportati chiaramente, di effettuare la verifica doppia della password.

Se invece si guardano le liste dei top trend tecnologici per lo sviluppo delle app mobile si apre con l'Internet of Things, una tecnologia che sta acquisendo sempre più importanza in moltissimi settori. Secondo i dati diffusi dall'Osservatorio Internet of Things 2020 della School of Management del Politecnico di Milano, "l'Internet delle Cose" è cresciuto di ben il 24% rispetto al 2019, per un valore di 6,2 miliardi per il mercato italiano. Dati più che interessanti che non possono non avere delle "ripercussioni" anche per il settore dello sviluppo delle app. Specialmente se si considera che l'IoT si sta progressivamente affermando non solo in campi tradizionali come gli ambienti domestici, ma anche in settori nuovi come quello sanitario, della logistica e dell'agricoltura. Una maggior domanda di gadget, sistemi e dispositivi al servizio dell'IoT si tradurrà inevitabilmente in un incremento della richiesta di app dedicate. Ecco perché questa tendenza non potrà essere tralasciata dagli sviluppatori nei prossimi anni. D'altra parte, colossi come Google si stanno già muovendo in questa direzione, quindi è bene stare al passo.
Invece sul fronte potenza e velocità sono sempre state due caratteristiche fondamentali per il successo di una App. Ecco perché la tecnologia 5G può ulteriormente contribuire allo sviluppo delle applicazioni mobile. Grazie al 5G, 100 volte più veloce del 4G, non sarà solo possibile velocizzare notevolmente la trasmissione dei dati. Sarà anche possibile consentire lo sviluppo di applicazioni mobile per settori sino a ora rimasti al margine, proprio a causa dell'eccessiva latenza del 4G. Parliamo di ambiti tutt'altro che trascurabili come l'Internet of Things, la Realtà Virtuale e Aumentata, il settore della sicurezza dei dati, della salute e dei giochi 3D, per i quali la combinazione di bassa latenza, elevata larghezza di banda e densità di connessione garantite dal 5G potrà offrire opportunità importanti.
Infine, i wearables, ovvero i dispositivi indossabili, stanno prendendo sempre più piede nel mondo. Non si parla più soltanto degli ormai noti smartwatch Apple o Android. Si parla anche di nuovi dispositivi, come l'abbigliamento intelligente, che si stanno affermando molto velocemente. Non è un caso che nel 2022 ci saranno ben 1,1 miliardo di Wearables collegati per i quali, quindi, sarà necessario implementare delle applicazioni. Come per il desktop e per il mobile, anche per il mondo Wearables bisognerà, quindi, creare delle App che siano in grado di funzionare correttamente e con continuità. Consideriamo che nel mondo occidentale i Wearables sono ancora in fase di "debutto". È facile comprendere quanta importanza potranno assumere per lo sviluppo delle app. Al pari dei Wearables anche il futuro del M-Commerce sembra promettente, soprattutto considerando il forte incremento degli acquisti tramite mobile.

PADEL RESELLER
PADELRESELLER.COM

VESTI COME UN PRO!!

MAGLIETTE UFFICIALI DEI CAMPIONI WPT

# PADELCLUB

OTTOBRE 2021

FEDERICO CHINGOTTO

## IL TATTICO DEL PADEL

IN COLLABORAZIONE CON

# IL PICCOLO... GRANDE ARGENTINO!

L'argentino attualmente n. 7 al mondo insieme al compagno Tello rappresenta una delle coppie più longeve del World Padel Tour.

di Carlo Ferrara

Federico Chingotto, 24enne argentino di Buenos Aires, è il simbolo di come si può arrivare ad essere tra i primi dieci del mondo in questo sport senza l'aiuto di madre natura nel donargli un fisico da super atleta come la maggior parte dei suoi avversari. Infatti, nonostante un'altezza di 1,70 e una struttura fisica abbastanza esile, è riuscito, insieme al suo compagno argentino Juan Tello, a diventare la quarta coppia del World Padel Tour sfruttando la sua visione tattica di gioco, la sua energia, la sua difesa e il suo gioco sempre al servizio della potenza esplosiva del suo compagno. Con Juan fa coppia dal 2014 e 'step by step' hanno saputo scalare le posizioni del ranking mondiale vincendo anche nel novembre del 2020 l'Open di Las Rozas. Quest'anno hanno raggiunto 3 finali in tre Master (Barcelona,Cascais e Valladolid) senza però vincerne nessuna; in Italia gioca attualmente in serie B in forza al Circolo Canottieri Aniene.

**Come è nata la tua passione per il padel?**
È iniziata da bambino dato che tutta la mia famiglia lo praticava. Andavo sempre nei campi a disturbarli!
**Con Juan Tello siete una delle coppie più longeve del World Padel Tour; come gestite il vostro rapporto, che vi ha permesso di rimanere cosi tanto a lungo insieme come coppia?**
Con Juan abbiamo un rapporto fantastico, siamo come fratelli, insieme abbiamo vissuto molte avventure e tutto questo ha fortificato maggiormente la nostra unione anche sul campo.
**Sei un piccolo Davide in mezzo a tanti Golia, eppure sei tra i 10 migliori giocatori al mondo, quale è il tuo segreto?**
Non credo di avere un segreto, mi sento molto fortunato per il posto che occupo; per me è molto importante e fondamentale essere perseverante nel lavoro e dare sempre il massimo ogni giorno per me ed il mio compagno.
**Quest'anno fino ad oggi sono arrivate tre finali (tutte nei Master) ma purtroppo perse; cosa vi sta mancando ancora per raggiungere il massimo obiettivo?**
Quest'anno non abbiamo vinto un titolo, è vero...forse per mancanza di esperienza, ma credo che continuando a lavorare, come stiamo facendo i risultati arriveranno, ne siamo certi.
**La tua vittoria più importante fino ad oggi e la tua miglior partita disputata da quando sei professionista?**
Senza dubbio è stato il nostro primo torneo vinto nella passata stagione, abbiamo giocato una partita incredibile in semifinale contro i numeri uno.
**Quali sono i tuoi colpi migliori e quelli dove pensi che tu debba ancora migliorare?**
Credo che il mio tiro migliore sia la volée di rovescio e penso che tutti colpi si possano migliorare, anche se non ho una grande pegada (tiro potente) è la cosa più importante che mi manca ancora.
**Che ne pensi del movimento di padel in Italia?**
Credo che il Padel e non solo in Italia, ma anche nel resto del mondo, stia avendo una diffusione molto importante e sono molto felice di essere parte di questa espansione globale.

PADELCLUB

# DAI UNA SPALLATA ALL'INFLUENZA.

CON IL **VACCINO ANTINFLUENZALE,**
SICURO E GRATUITO, RIDUCI I RISCHI
DI COMPLICAZIONI E MALATTIE GRAVI.

È gratuito dai 60 anni, per i bambini da 6 mesi
a 6 anni e per gli adulti con patologie croniche.

Informati dal tuo medico di famiglia,
dal pediatra, in farmacia o vai su salutelazio.it

SALUTE LAZIO
SISTEMA SANITARIO REGIONALE

REGIONE
LAZIO

# TRITON ANNUNCIA LA CREA ZIONE DI LEDAP

**Il padel sta diventando un grande business in tutta Europa e l'entrata di fondi di investimento rilevanti contribuirà allo sviluppo definitivo facendolo diventare, se mantiene questi tassi di crescita, uno degli sport più seguiti al mondo nei prossimi anni. Entro la fine del 2022, LeDap prevede di gestire più di 200 club e 1.700 campi sparsi in tutta Europa**

Triton, società di investimento svedese fondata nel 1997, che opera per alcune imprese del Nord Europa, Italia e Spagna, annuncia la costituzione di LeDap Group una piattaforma leader che guiderà la crescita, l'innovazione e la digitalizzazione nel mondo del Padel in Europa. La partnership con LeDap è stata resa possibile attraverso un accordo che ha visto Triton effettuare oltre 30 acquisizioni in collaborazione con alcuni proprietari di club ed imprenditori appassionati di Padel, per dare vita ad una sfida che già far parlare, attraverso investimento iniziale di 250.000 milioni di euro. LeDap ha sede in Svezia, Norvegia, Finlandia, Danimarca, Polonia, Estonia e Austria. Oggi il Gruppo gestisce più di 90 centri con oltre 600 campi da Padel e le principali società del Gruppo includono We Are Padel (Svezia), Just Padel (Norvegia), Padel Club Finland, Padel Tampere, ProPadel (Finlandia) e Padel Zone (Austria). Diverse altre sedi sono state contrattate e apriranno nei prossimi mesi. "LeDap offre molti degli aspetti chiave che cerchiamo in un investimento: una crescita forte e strutturale, un chiaro programma di sviluppo in cui possiamo contribuire quale acceleratore anche per aumentare le opportunità legate ad un ecosistema sempre più digitale ed il padel possiede tutte queste caratteristiche, per renderlo presto anche uno sport olimpico – ha dichiarato Per Agebäck, co-responsabile del settore consumer di Triton. LeDap supporterà l'espansione del padel fornendo infrastrutture, ispirazioni ed idee al servizio di tutti i tipi di giocatori. Il Gruppo sta inoltre investendo in modo significativo sul settore bambini, per garantire alle nuove generazioni di avere l'opportunità di praticare questo sport, incentivando l'attività fisica attraverso un'esperienza divertente e inclusiva. Le società del Gruppo LeDap puntano altresì a stabilire una stretta collaborazione con le associazioni sportive locali per sviluppare ulteriormente il settore nei singoli territori.
Le 50 società attualmente nel portafoglio di Triton hanno un fatturato complessivo di circa 18,1 miliardi di euro e impiegano circa 104.500 dipendenti. "Amiamo questo sport e siamo entusiasti della partnership con Triton", ha dichiaratoPontus Gustafsson, Presidente di We Are Padel e nominato CEO del gruppo LeDap. "Abbiamo lavorato fianco a fianco in questi mesi per arrivare ad un progetto ambizioso e pensare in grande, attraverso una strategia ben precisa che aiuterà questo meraviglioso sport e crescere sempre di più a livello globale". Nella costituzione della società, Triton è stata assistita da Urban Johansson, (proprietario dello Swedish Padel Open) e Hernan Auguste (ex giocatore di Padel numero 1 al mondo ed attuale manager internazionale del World Padel Tour), entrambi da "indiscrezioni" ricopriranno due ruoli chiave nel gruppo.
"LeDap ha la volontà ed oggi anche importanti risorse grazie a Triton per fare il grande salto e rendere questo sport globale e per me è stato emozionante poter far parte della partita, ma soprattutto sono impaziente di vedere i risultati che verranno", ha affermato, Hernan Auguste.
"Non vediamo l'ora di supportare attivamente LeDap per continuare a consolidare il mercato globale del padel, investire nell'espansione e mettere a disposizione la nostra lunga esperienza in attività di decentralizzazione e diversificazione, grazie alla nostra forte conoscenza del settore del tempo libero, combinata con la nostra rete internazionale di esperti", afferma Peder Prahl, CEO e Managing Partner di Triton.
Sarà interessante capire anche quali saranno gli obiettivi d'investimento in Italia del gruppo Triton.

Oggi vogliamo parlare di un aspetto forse all'apparenza secondario nel mondo del padel ma, in verità, tanto importante come è importante in qualsiasi sport: il pubblico.

di Roberta Lozza

# IL DECALOGO D ELLO SPETTATORE DEL PADEL

Sappiamo che, nella maggior parte delle discipline sportive se non in tutte, la presenza del pubblico è un fattore importante e può fare la differenza nel risultato finale ma non tutte le discipline sportive funzionano con le stesse dinamiche.
Mentre infatti gli sport di gruppo tendono a funzionare bene con grandi platee, colorate e chiassose (che spesso sono distanti dal campo di gioco), tanti sport individuali o poco più possono soffrirne, come è il caso del tennis e si, anche del padel.
Il tennis ha delle regole non scritte relative al silenzio durante gli scambi e al movimento sugli spalti. Il rumore più o meno forte e gli oggetti in movimento nella visione periferica risultano infatti essere un fastidio compromettente per chi si trova in campo.
Non sono le stesse regole del padel che, già per sua conformazione, si presta molto di più alla convivialità e alla "caciara" ma quando decidiamo di fare pubblico ad una partita, dovremmo sempre avere in mente il decalogo del buon spettatore.

## DECALOGO DEL BUON SPETTATORE

1. Non fare rumori o usare linguaggio molesto che può disturbare i giocatori in gabbia (questo è anche previsto da regolamento FIT, guarda "punto disturbato"). È evidente, se da fuori gabbia dovessimo dire "fuori", "lunga", "noooo" o qualsiasi altra esclamazione inerente al gioco che può essere sentita dai giocatori, andiamo a contaminare le loro reazioni. Se siamo fuori gabbia, è consigliato il religioso silenzio durante lo scambio vivo.

2. Se ci fermiamo a guardare una partita di padel, di solito è perché conosciamo i giocatori e/o abbiamo una preferenza tra chi è in campo. Il tifo (e il tifo contro) è un ingrediente del gioco e sta ai giocatori imparare a gestire, questo non si discute. Certo è che a noi sta il rimanere nel tifo sportivo verso chi teniamo, senza contrastare, o denigrare, o commentare però gli avversari.

3. Ricorda, non tutti reagiamo allo stesso modo al pubblico fuori gabbia. Spesso parenti stretti, persone molto vicine, partner nella vita fanno sentire più sulle spine chi sta in campo. È bello che ci sia partecipazione e supporto dalle persone a cui si vuole bene ma se ti rendi conto che la tua presenza è fonte di tensione per il tuo beniamino, forse vale la pena allontanarti o metterti in una posizione fuori dalla sua vista.

4. Ricorda, anche il coach non può interagire con i giocatori durante le fasi vive del match, perché dovresti farlo tu? È vero, se ti piace giocare a padel, da osservatore esterno noti tanti dettagli, e tanti sbagli, che vengono fatti in campo. È però vero che durante la partita, avere qualcuno fuori dalla gabbia che continua a dirti cosa dovresti fare, cosa avresti dovuto fare e come dovresti correggerti, ti manda in tilt e in confusione, oltre che farti sentire, probabilmente, continuamente (mal) giudicato.

5. Suggerimenti solo se richiesti. Riprendendo il punto 4, volendo potresti dire quello che hai osservato e proporre soluzioni al cambio campo. Ma ti è stato richiesto di ricoprire questo ruolo? Lo sappiamo, la tentazione è alta… ma se non sei stato investito dai giocatori dell'autorevolezza per farlo, il tuo intervento in buonafede potrebbe rivelarsi più controproducente che utile.

6. In caso di discordia sull'esito di un punto, non intervenire. Se la partita non prevede il giudice esterno, evita di diventarlo. Il padel prevede che, in assenza di giudice competente sono i giocatori a gestire le discordie ed hanno gli strumenti per farlo (ad esempio ripetendo il punto che crea disaccordo). È vero che tu potresti aver visto la dinamica… ma sei comunque percepito come pubblico di parte, sei destinato a contrariare qualcuno che potrebbe non riconoscere il tuo punto di vista come autorevole. È molto più importante che i giocatori imparino a gestire le discussioni, con il relativo nervosismo che può derivarne, fa parte del gioco.

7. Assicurati di non presentare agenti di disturbo. Discorsi che non c'entrano nulla con la partita fatti a voce eccessivamente alta, suonerie improvvise, rumori forti e improvvisi, continui spostamenti fuori gabbia. Come per il tennis, anche nel padel la visione periferica e i cinque sensi in generale sono sempre iper sollecitati.

8. Sii sportivo. Al termine dello scambio gratifica e applaudi per un bel gesto tecnico, per un bel colpo. A prescindere da chi l'ha fatto.

9. Abbassa la critica, imparerai di più. Se ti rendi conto che, spesso quando osservi le partite sei portato a osservare/ commentare più facilmente gli errori e quello che non funziona… abbassa il tuo senso critico e sforzati a osservare qualcosa che puoi invece imparare e applicare anche al tuo gioco. Anche quando osserviamo giocatori di livello inferiore al nostro possiamo notare qualcosa che a noi manca.

10. E l'ultima regola, quella che ti permette di sapere sempre cosa fare quando scegli di fermarti a guardare una partita di padel: non fare agli altri ciò che non vorresti fosse fatto a te mentre stai giocando!

Il padel sta sempre più prendendo spazio nel panorama italiano e, fortunatamente, sono sempre di più i giocatori amatoriali che capiscono l'importanza di colmare il loro bagaglio tecnico affidandosi alle lezioni, fondamentali per prendere il massimo da questo sport e in maggiore sicurezza fisica.

# COME SCEGLIERE IL MAESTRO DI PADEL

Ma come decidiamo a chi affidarci per imparare tutto quello che ci è utile sapere? Dopotutto è vero che tante persone si iscrivono per iniziare a lavorare in questo ambito e l'offerta è in continua crescita… per noi è importante poter massimizzare l'investimento con il risultato. Considerando che una lezione singola può costare tra le 25 e le 50 euro e rientra negli investimenti "importanti" di questo sport, abbiamo pensato che vi può essere utile avere qualche informazione in più sulla formazione degli istruttori. Intanto è fondamentale sapere che non tutti quelli che fanno lezioni di padel sono Maestri (anche se è abbastanza comune definirli così). Esistono infatti 3 livelli, 3 graduatorie che prevedono competenze molto, molto diverse tra loro.

## ISTRUTTORE I LIVELLO (I GRADO)

È il primo passo da compiere per fare carriera fino a diventare Maestro di padel ed è abbastanza facile accedervi. Non è infatti richiesta nessuna competenza particolare se non aver compiuto la maggiore età (18 anni) e conoscere in modo dettagliato il regolamento di padel.

Al termine del corso al candidato è richiesto di superare un esame finale con trenta domande di parte teorica e un esame pratico, la prova di gioco, che consiste nell'eseguire dei colpi correttamente. Il dritto, il rovescio, la palla sulla griglia, la palla sul primo vetro eccetera. Vengono contemplati solo i colpi base ma non tutti i tipici del padel come l'uscita da parete, la vibora e la bandeja che fanno parte invece del livello successivo. È una qualifica biennale che si può confermare nel tempo partecipando a corsi di aggiornamento ma attenzione, con una qualifica di I livello l'istruttore può collaborare con istruttori di II grado o Maestri o Tecnici. Non può svolgere lezioni private bensì



il PARIOLI

campagna abbonamenti stagione 2021_22
SPECIALE PROMOZIONE PER I PRIMI 200 ABBONATI

26 dicembre - 9 gennaio
Matthias Martelli
MISTERO BUFFO
di Dario Fo
e Franca Rame
regia Eugenio Allegri

19-30 gennaio
Nancy Brilli
Chiara Noschese
MANOLA
di Margaret Mazzantini
regia Leo Muscato

2-13 febbraio
Filippo Dini
Valerio Binasco
THE SPANK
di Hanif Kureishi
regia Filippo Dini

16-27 febbraio
Ale e Franz
COMINCIUM
di F. Villa, A. Besentini
A. Ferrari e A. De Santis
regia Alberto Ferrari

2-13 marzo
Glauco Mauri
Roberto Sturno
VARIAZIONI ENIGMATICHE
di Eric-Emmanuel Schmitt
regia Matteo Tarasco

16-27 marzo
Lina Sastri
EDUARDO MIO
scritto e diretto da
Lina Sastri

30 marzo-10 aprile
Enzo Decaro
NON È VERO MA CI CREDO
di Peppino De Filippo
regia Leo Muscato

4-15 maggio
Stefano Fresi
Toni Fornari
Emanuela Fresi
CETRA... UNA VOLTA
di Toni Fornari
regia Augusto Fornari

IL TEATRO PARIOLI TORNA IN SCENA
direzione artistica Piero Maccarinelli

IL PARIOLI Via Giosuè Borsi, 20 - 00197 Roma
Tel. 06 5434851 info@ilparioli.it www.ilparioli.it

Banca del Fucino
CORRIDI

corsi collettivi (come scuole di padel). Non può fare lezioni in nessuna formula (né privata, né di gruppo) ad allievi che fanno parte della classifica federale. I corsi di I grado sono tenuti sia dalla Federazione Italiana Tennis che dagli Enti di promozionesportiva (quest'ultimi possono essere equiparati con quelli della Fit tramite un esame suppletivo).

## ISTRUTTORE II LIVELLO (II GRADO)

A differenza del I livello, il passaggio a II livello è più complesso e per questo, più selettivo.
Intanto, oltre ad aver conseguito il I livello, per accedere al corso devi aver compiuto almeno 21 anni e aver esperienza lavorativa di almeno due anni sui campi di padel (certificabili da associazioni sportive, club o enti con cui si è lavorato). Inoltre, il tirocinante deve essere almeno una terza categoria di padel (o, al momento attuale una seconda di tennis). In questo corso il tirocinante impara i meccanismi per organizzare lezioni private con approcci anche di genere psicologico per poter dare un primo supporto agli allievi e per essere in grado di far uscire i propri atleti soddisfatti dalla lezione. Tale soddisfazione passa attraverso l'obiettivo dell'allievo, quindi il compito dell'istruttore è capire l'esigenza di chi ha di fronte e saper adattare la lezione affinché chi prende lezioni possa raggiungerlo. Sia esso un obiettivo di dimagrimento, piuttosto che di crescita agonistica piuttosto che di sfizio nel riuscire a battere un certo tipo di giocatori. Superato l'esame è poi obbligatorio passare un tirocinio federale che mette l'aspirante istruttore a dura prova e solo la "sopravvivenza" a questo passaggio gli permetterà di qualificarsi come II Livello. Un II livello può seguire giocatori, praticanti e atleti agonistici ad esclusione di quelli con classifica di prima categoria che competono a livello internazionale. I corsi di II grado sono tenuti sempre sia dalla Federazione Italiana Tennis che dagli Enti di promozione sportiva.

## MAESTRO NAZIONALE

Serve duro lavoro per acquisire la qualifica di Maestro Nazionale, è vero però che è un percorso necessario per poter insegnare ai neofiti e amatoriali del padel, il vero sport. Per accedere a questo corso è necessario crescere con esperienze anche estere con viaggi, clinic e stage in Spagna o Argentina. Il corso/stage dura una settimana con esame finale e tirocinio e per accedervi, oltre ad essere già un II livello, è necessario essere giocatori di padel di seconda categoria. A questo livello, si affronta in modo molto più dettagliato la tecnica, la gestione dei gruppi e dei tornei. Ora, tirando le somme e prendendo spunto dalle parole di Gustavo Spector, è importante saper diversificare le competenze di chi insegna il padel e, se il nostro obiettivo è diventare bravi e crescere in questo sport, diventa importante affidarci a chi a sua volta ha scelto di diventare un professionista del Padel e che vede l'insegnamento come il suo lavoro. I corsi per Maestro Nazionale sono tenuti solo dalla Federazione Italiana Tennis. È evidente che, avendo preso piede solo da alcuni anni, anche a livello di istruttori di II livello o maestro siamo ancora in fase di costruzione e non è possibile trovare una buona diffusione di queste figure in Italia. Lo stesso istruttore, per maturare due anni sui campi e affermarsi come atleta in 3/2° categoria necessita di tempo. E questa è la ragione per cui è più semplice trovare istruttori di I livello che insegnano anche se sulla carta non potrebbero. Proprio perché ci troviamo in un momento di transizione, il consiglio migliore che possiamo darvi è di verificare nella vostra zona quanti istruttori o maestri sono presenti. Se avete maestri o istruttori di II livello preferiteli sempre perché hanno più competenze e sono preparati per assistervi e darvi i migliori contenuti tecnici. Nel caso in cui nella vostra zona troviate solo istruttori di I livello, datevi il tempo di testarli prima di scegliere a chi affidare le vostre basi di padel e, possibilmente, affidatevi alla passione.
Laddove la competenza è più o meno similare, sarà infatti la passione dell'istruttore per questo sport a dargli e quindi dare a voi quel quid in più, in attesa di affidarvi a mani più competenti appena possibile.

EXCLUSIVE

Padel Cup

TORNEO AMATORIALE
LIMITATO ALLE CATEGORIE NC - 4NC

| ROMA | MILANO |
|---|---|
| 16 - 17 OTTOBRE<br>EMPIRE PADEL PARADISE | 23 - 24 OTTOBRE<br>ASPRIA HARBOUR CLUB MILANO |
| 6 - 7 NOVEMBRE<br>BAILEY PADEL CLUB | 13 - 14 NOVEMBRE<br>COUNTRY SPORT VILLAGE |
| 20 - 21 NOVEMBRE<br>FLAMINIA PADEL CENTER | 27 - 28 NOVEMBRE<br>PADEL CLUB MILANO |
| MASTER FINALE<br>18 - 19 DICEMBRE<br>VILLA PAMPHILI PADEL CLUB | MASTER FINALE<br>11 - 12 DICEMBRE<br>QUANTA CLUB |

Iscrizioni
roma@exclusivepadelcup.com milano@exclusivepadelcup.com

REGOLAMENTO
EXCLUSIVEPADELCUP.COM

MAIN SPONSOR
INTESA SANPAOLO

TECHNICAL SPONSOR
DUNLOP

ORGANIZING COMMITTEE

# WAVE EXCEED SL 2

## MIZUNO LANCIA LA PRIMA CALZATURA DA PADEL

**Il marchio giapponese ha deciso di investire sul padel puntando sulla qualità, offrendo un prodotto dedicato esclusivamente a questo sport.**

Una scarpa appositamente studiata per gli allenamenti frequenti e i match sui campi in erba sintetica garantendo ai padelisti comfort, leggerezza e reattività.

### AZIENDA

Mizuno è un'azienda produttrice di attrezzature e abbigliamento sportivo nata ad Osaka in Giappone nel 1906, famosa in tutto il mondo soprattutto per le sue scarpe da running e attrezzatura sportiva in tanti sport quali judo, golf, atletica, tennis, baseball, pallavolo, pallamano, calcio, sci, nuoto, rugby e ciclismo.
"Personalmente credo molto nel Padel. L'azienda Mizuno ha intuito il potenziale di questo sport già largamente praticato nel sud Europa e da qualche anno letteralmente esploso anche in Italia. Il Padel è uno sport divertente e allo stesso tempo aiuta a tenersi in forma, oltre a rafforzare i legami di amicizia".

Queste le parole del Presidente di Mizuno South Europe, Oliver Strenghetto che sottolinea come in questo momento storico il Tennis e il Padel possano essere un veicolo per mettere in luce l'importanza dello sport nella vita di tutti i giorni per il benessere psicofisico delle persone.

### CARATTERISTICHE

La tomaia in mesh garantisce un'ottima vestibilità e flessibilità nei movimenti più veloci, mentre la suola ammortizzata e il fit di calzata comoda, aumenta il comfort durante il gioco.
La calzatura è dotata di supporti sull'avampiede e sulla fascia mediale in grado di fornire maggior stabilità generale alla scarpa.
Leggera e reattiva, l'intersuola in PoWnCe assicura spinte veloci e potenti, mentre la tecnologia Wave offre una migliore ammortizzazione.
La tecnologia D-Flex Groove supporta i cambi di direzione rapidi garantendo sempre la massima velocità e dinamicità in campo.

### STRATEGIA

Abbiamo chiesto ad Andrea Leo, Marketing Manager Mizuno Italia, il perché della scelta di sviluppare un prodotto specifico nel padel da parte di Mizuno.
"La scelta di di Mizuno di investire nel padel è dovuta alla forte crescita che sta avendo questo sport negli ultimi anni in tutto il mondo e in particolare in Italia. Un marchio così importante nel mondo dello sport non poteva mancare, quindi abbiamo realizzato un prodotto di elevata qualità per gli appassionati di questo gioco di racchetta.
La nostra filosofia aziendale è volta sempre a contribuire al miglioramento della società attraverso lo sviluppo dello sport e la produzione di articoli sportivi di alta qualità.
La nostra strategia di sviluppo dei prodotti è creare articoli con caratteristiche che ottimizzino le performance degli atleti con soluzioni originali ed esclusive Mizuno. Crediamo nello sviluppo di prodotti che funzionino in armonia con il proprio corpo, per garantire il massimo supporto e consentire così a ciascun atleta di dare il meglio di sé"

# QUANTA DISTANZA PERCOR RE UN GIOCATORE DI PADEL

Da oggi abbiamo la possibilità di pubblicare analisi e statistiche specifiche sul padel grazie alla collaborazione con Diego Muñoz Marín, professore universitario in scienze motorie e autore di numerose pubblicazioni scientifiche sul nostro sport insieme ad un gruppo di diversi ricercatori specializzati nel padel.

## ANALISI DELLA DISTANZA PERCORSA DAL GIOCATORE NEL PADEL IN BASE AL LIVELLO DI GIOCO E AL NUMERO DI PUNTI A PARTITA

La distanza che i giocatori percorrono a partita è un modo per quantificare il volume di carico esterno del gioco, e il suo studio ha una grande applicazione nella pianificazione dell'allenamento sportivo. L'obiettivo di questo studio è stato quello di analizzare la distanza percorsa nelle diverse fasi della partita (attiva e passiva)* e la sua relazione con il numero di punti giocati e il livello di gioco degli atleti.
Il campione era costituito da 108 giocatori di padel federati spagnoli (età media = 33,81 ± 6,72 anni) di prima, seconda e terza categoria.
Un totale di 4.406 punti corrispondenti a 27 partite di padel sono state analizzate attraverso l'osservazione sistematica con il sistema SAGIT.
Le partite sono state suddivise in tre livelli di competizione:
livello alto (9 partite; 1158 punti), si tratta di giocatori di prima categoria
livello medio (9 partite; 1352 punti), giocatori di seconda categoria
livello basso (9 partite; 1044 punti), giocatori di terza categoria.

I risultati hanno mostrato come i giocatori di padel coprano una distanza media di 11 metri per punto e 2.900 metri per partita.

Questa distanza totale è suddivisa in 51% *fase attiva (tempo di gioco) e 49% fase passiva (tempo di riposo).
Se consideriamo i tre livelli di giocatori abbiamo che :
**Giocatori di alto livello:** percorrono durante una partita 3 Km di cui il 50,7% durante la fase attiva del gioco
**Giocatori di medio livello:** 3,4 Km di cui il 55% durante la fase attiva
**Giocatori di basso livello:** 2,3 km di cui il 44% durante la fase attiva
I giocatori di medio livello hanno percorso quasi 400 metri in più rispetto ai giocatori di alto livello e quasi 900 metri in più rispetto ai giocatori di basso livello ciò è anche dovuto al fatto che mediamente le loro partite terminano con molti più punti rispetto alle partite tra giocatori di alto livello (22 punti in più) e di basso livello (30 in più).
Questi risultati potrebbero essere dovuti al fatto che, il livello intermedio, è quello dove si produce un maggiore equilibrio tra azioni di attacco e difesa, caratterizzata da una velocità di colpi media e una diminuzione del numero di errori, mentre nel basso livello si produce un maggior numero di errori e nell' alto un maggior numero di colpi vincenti.
I risultati di questa analisi sul padel sono molto simili a studi analoghi sul giocatore di tennis mentre rispetto allo squash la distanza percorsa in una partita di padel è superiore che si spiega con le ridotte dimensioni del campo da squash e perché la durata del set nello squash è di circa 15 minuti, mentre nel padel e nel tennis è di circa 30 minuti.
Conclusioni dell'analisi
La principale novità di questo lavoro è il contributo al giocatore di un parametro ampiamente utilizzato per misurare il volume di carico come è la distanza totale percorsa durante la partita e la sua relazione con il numero di punti giocati. In questo modo, sia gli allenatori che i giocatori possono fare una stima delle distanze percorse in allenamento o partita con la somma dei punti giocati. Pertanto, come principali conclusioni, i giocatori di padel coprono una distanza media di 11 metri per punto e 2.900 metri per partita. Questa distanza totale è suddiviso in 51% fase attiva (tempo di gioco) e 49% % fase passiva (tempo di riposo).
Tuttavia, il numero di punti giocati e il livello di gioco influenzano la distanza percorsa dai giocatori.

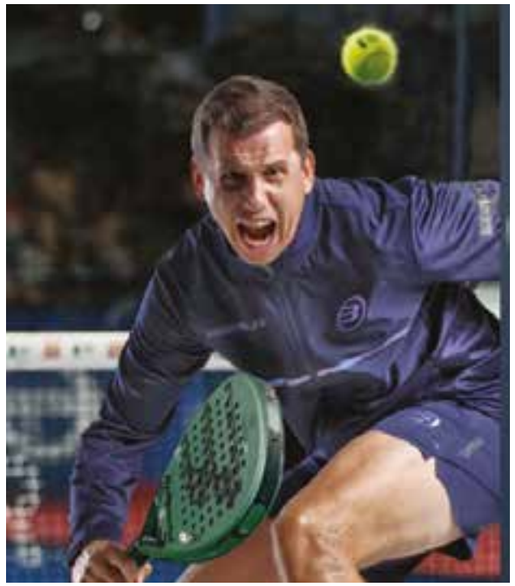
Per maggiori approfondimenti visitate il sito: diegomun.es
** fase attiva: si riferisce al tempo in cui il la palla è in gioco, cioè dall'inizio di un punto finché non è terminato.*
** fase passiva: si riferisce al tempo di riposo tra punti, partite o set, perché la palla non è in gioco.*

*Fonte: Diego Muñoz Marín, Professore Universitario presso la Facoltà di Scienze Motorie dell'Università dell'Estremadura, Nino Sanchez Alcaraz (professor de la universidad de Murcia in Spagna).*

# COME SFIDARE A PADEL

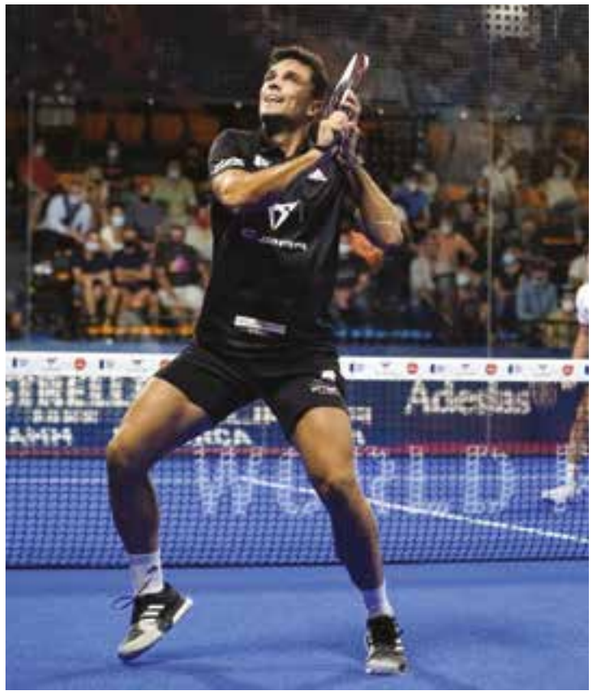
## UN TENNISTA DI LUNGA ESPERIENZA

Ormai nel campo di padel si incontrano davvero tutti e mai come nel mondo amatoriale, si possono individuare delle identità specifiche nei giocatori, con relative caratteristiche di gioco più o meno ostiche come il "Famigerato tennista"



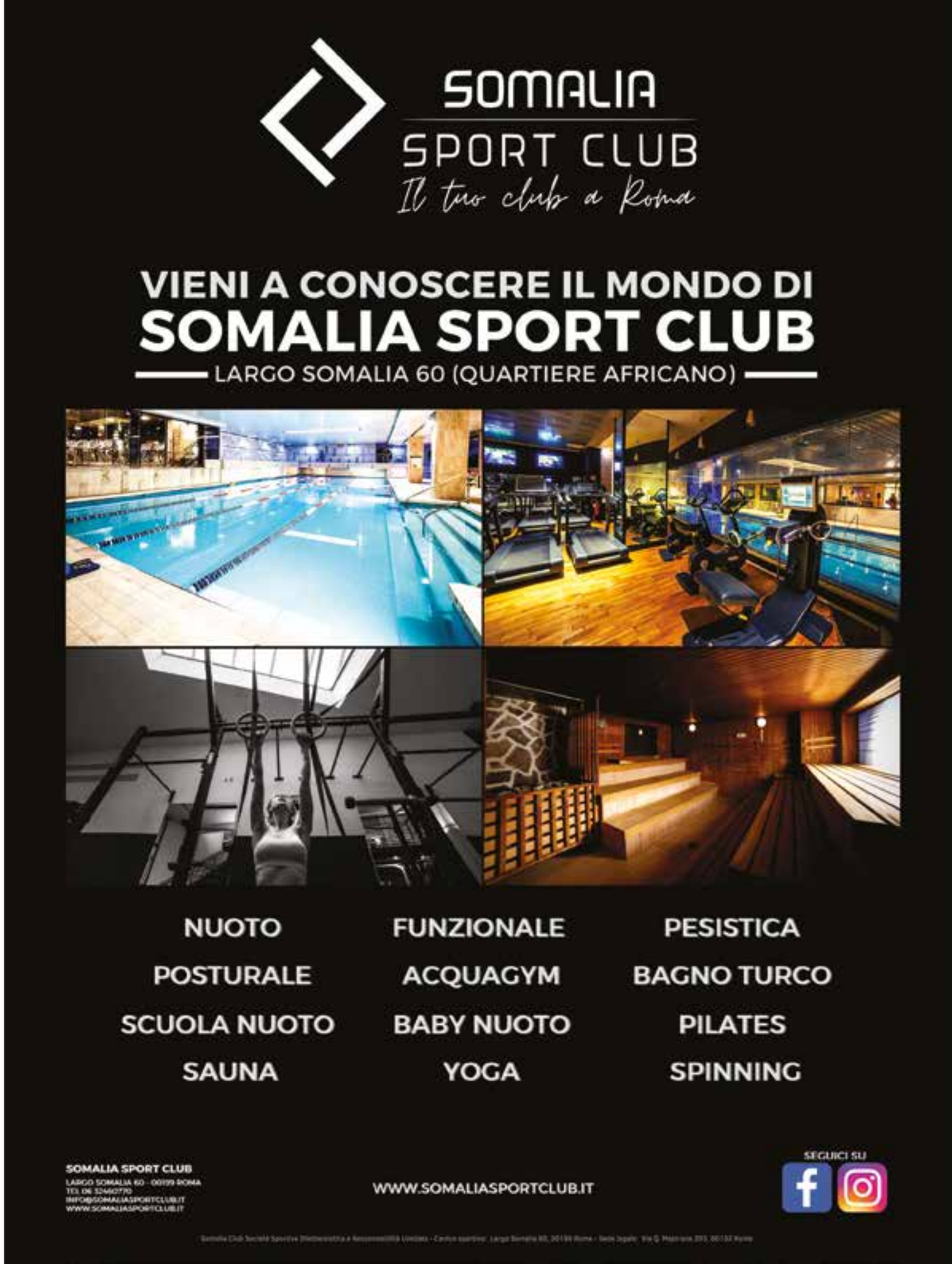
Esistono alcuni video davvero divertenti che descrivono alcune caratteristiche più ricorrenti e anche divertenti (soprattutto quando non siamo noi gli avversari) e forse il video parodia più famoso è quello di Paquito Navarro… Noi abbiamo deciso di individuare alcune identità per tipologia di gioco e quindi, anche con le prime strategie provate sul campo per aggirare il loro modo di stare in campo. Ci siamo divertiti quindi a evidenziarne alcune tra cui: il tennista, il difensore estremo, il bombardatore, il contestatore assoluto.

Lo si riconosce già dalla fase di riscaldamento, ha un palleggio sicuro, preciso, mediamente veloce. Solitamente batte bene, a filo della rete e sa variare il giusto tra angolo laterale e centro, con rimbalzi molto bassi.



Quando abbiamo un tennista come avversario, non sappiamo mai se mettergliela sul dritto o sul rovescio perché ha estrema facilità a rispondere con traiettorie spesso complicate e bordate difficili da gestire. Giocare al centro o laterale va bene ma anche quando pensiamo di aver trovato il varco, i loro riflessi ci fanno prendere pallonate continue.
Stare in campo con loro può sembrare complicato perché si ha spesso la sensazione di essere sotto assedio, il gioco è veloce e prendono tutto. Tutto vero, fino a che non ci ricordiamo di giocare a padel e iniziamo a sfruttarne le caratteristiche principali!! La prima tra tutte il vetro.
Spesso infatti i tennisti tardano a prendere confidenza con le pareti, colpiscono dopo il rimbalzo senza sfruttare le sponde e quando ci sono costretti (per un lob per esempio) si confondono facilmente. Anche quando poi imparano, il doppio vetro e l'angolo restano cattive compagnie per parecchio tempo.
Anche non sono abituati alla palla che torna indietro, uno smash potente e fatto bene quasi sicuramente andrà a segno per mancanza di avanzamento degli avversari.
Per quanto riguarda la sensazione di assedio in campo, dobbiamo sempre ricordarci che sulla forza, loro saranno sempre più avanti di noi e se noi colpiamo veloce, la loro risposta sarà…. Solo più veloce!!!
Potremmo spaventarci all'idea di alzare loro la palla, a rischio smash.. ma è più facile confonderli sulle palle alte che sul palleggio.
Fondamentale con questo tipo di giocatori rallentare il gioco, non usare la forza quanto più l'intelligenza con colpi misurati, poco potenti e che sfruttano grate, vetri e angoli. E via di globo e palle alte.
Ottima regola sempre, far passare le loro bordate ed evitare il gioco a volo se non siamo proprio comodi a rete per due buone ragioni: la prima è spesso colpiscono il vetro. La seconda, visto che il tennista regola poco la forza e la velocità del colpo, se la lasciamo passare e non è fuori con ogni probabilità tornerà a metà campo di rimbalzo dal vetro, comoda quindi per mantenerci in zona offensiva e con un colpo favorevole.
Queste strategie tengono conto di due giocatori avversari che vengono dal tennis. Quando uno dei due avversari è più vicino al gioco del padel ovviamente va a mischiare i due diversi modi di giocare e con ogni probabilità sarà più incline a salire a rete come pure tornare a fondo campo e sfruttare il vetro. Spesso in questi casi i due giocatori non si muovono comunque in sinergia come vuole il padel e quindi permette di sfruttare tutte queste strategie sul solo giocatore più "tennista". Oltre che sfruttare i varchi generati da movimenti più scomposti del solito.





# EXCLUSIVE PADEL CUP

## OLTRE 200 COPPIE ED EX CALCIATORI NELLE PRIME TRE TAPPE

Lo spettacolo era assicurato e le prime tappe non hanno deluso. Da Roma a Milano, il successo della Exclusive Padel Cup è testimoniato dal grande numero di iscrizioni. Sono state oltre 200 le coppie che hanno fin qui partecipato al circuito organizzato da MSP Italia, Ente di Promozione Sportiva riconosciuto dal CONI e leader nei tornei di padel amatoriali, e firmato da Exclusive, la prestigiosa carta di credito che il Gruppo Intesa Sanpaolo riserva alla sua migliore clientela, con servizio concierge dedicato h24, servizi lifestyle distintivi e privilegi unici.

**di Marco Calabresi**

Due tornei indipendenti di 4 tappe ognuno che si svolgono a week end alternati tra Roma e Milano. La novità di quest'anno, oltre al discorso legato al posizionamento in classifica, è quella relativa all'accesso ai Master Finali di ogni città; basterà infatti vincere una singola tappa per essere ammesso alla tappa conclusiva a dicembre.

### SCOPRIAMO ORA CHI GIÀ CE L'HA FATTA.

Ad aggiudicarsi la prima tappa romana, quella che si è giocata all'Empire Padel Paradise, sono stati Alessandro Valdarchi e Lorenzo Dezi nel maschile, Dario Di Stasio e Camilla Paniconi nel misto e Serena Tamburrini e Marta Anzellotti nel femminile. La seconda tappa, quella del Bailey Padel Club, ha invece visto trionfare Simone Pandimiglio e Riccardo Tucci nel maschile, Federica Di Sano e Daniele Sensi nel misto e Martina Nobili e Chiara Vecchi nel femminile. C'è un ex calciatore, invece, tra i vincitori della prima tappa milanese, quella disputata all'Aspria Harbour Club: sul gradino più alto del podio, con Francesco Matteucci, ci è salito Cristian Zenoni, ex difensore tra le altre di Atalanta e Juventus. «Ho iniziato a giocare circa un anno fa, tramite amici che hanno cominciato prima di me - ha raccontato - Sono arrivato un po' in ritardo rispetto a tanti altri appassionati, ma mi ha preso da subito». Francesca Vono e Andrea Galli si sono aggiudicati il tabellone del misto, mentre Barbara Ferrari e Gaia Roncaroli hanno conquistato il successo nel femminile. In campo anche altri volti noti, come l'ex milanista Serginho, l'ex interista Lampros Choutos, il conduttore di Zelig Davide Paniate e la showgirl (ed ex calciatrice) svedese Astrid Ericsson.

### LE DICHIARAZIONI

**INTESA SANPAOLO:** "Abbiamo accolto con entusiasmo l'opportunità di sostenere questo torneo di padel, disciplina sportiva che sta vivendo un vero e proprio boom di crescita - ha spiegato Andrea Lecce, Responsabile Direzione Sales & Marketing Privati e Aziende Retail di Intesa Sanpaolo – La nostra presenza alla manifestazione conferma l'impegno e la passione che il Gruppo riserva al mondo dello sport, a tutti i livelli, nella convinzione che sia un bene comune, portatore di valori, idee, inclusione e aggregazione. Impegno e passione che mettiamo ogni giorno anche nella cura dei nostri clienti, per soddisfare ogni loro esigenza, e che ha ispirato la realizzazione di Exclusive: non solo una carta con ampia libertà di spesa, ma un ecosistema di servizi di caring, benefit ed esperienze in continua evoluzione. Un approccio completo, con cui puntiamo a migliorare benessere e qualità di vita delle persone".

**MSP ITALIA:** "Siamo orgogliosi che un gruppo così importante come Intesa Sanpaolo abbia deciso di affiancarci in questa nuova avventura - ha aggiunto Claudio Briganti, Responsabile Nazionale Settore Padel MSP Italia e Presidente di MSP Roma -. Una partnership, quella dedicata a Exclusive, che ci spinge a fare ancora meglio, nel regalare un'esperienza agli appassionati che decideranno di iscriversi al circuito". "Finalmente abbiamo un nostro torneo amatoriale anche su Milano – ha concluso Noemi Albergo, Presidente di MSP Milano – il padel è ormai esploso anche nella nostra città e si sta sostituendo in parte al tennis tradizionale; quindi organizzare un circuito amatoriale a Milano e con un partner così prestigioso come Intesa Sanpaolo ci darà la possibilità di promuovere ancor di più questa disciplina".

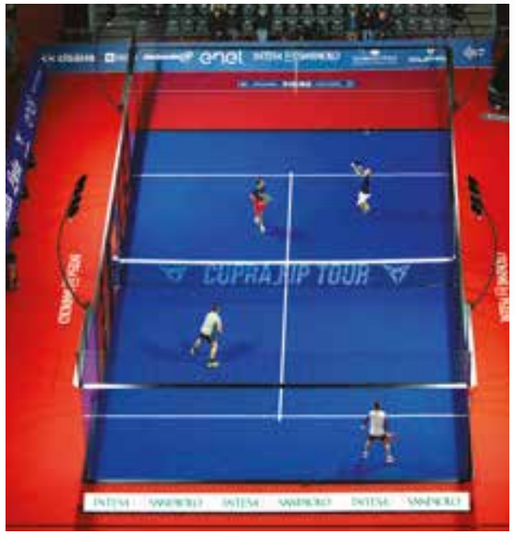
### LE PROSSIME TAPPE

Le prossime tappe in programma, dopo quella del Country Village di Paderno Dugnano, che si svolge nel momento che andiamo in stampa, saranno le seguenti: Flaminia Padel Center di Roma (20-21 novembre), Padel Club di Milano (27-28 novembre). Chiusura con i due Master finali, che si svolgeranno nei giorni 11 e 12 dicembre al Quanta Club di Milano e il 18 e 19 dicembre al Villa Pamphili Padel Club di Roma.

### I PREMI

Al termine di ogni tappa (basterà vincerne una per accedere al master finale) i premi sono offerti da Intesa Sanpaolo (cravatte e foulard del brand Ferragamo) e da Dunlop, sponsor tecnico e palla ufficiale del torneo, tra i quali, una racchetta per i secondi classificati dei due master finali. Sarà infine Exclusive di Intesa Sanpaolo a firmare il premio dei vincitori, che riguarderà un paio di cuffie Montblanc Wireless MB01 che verranno consegnate ai 12 vincitori delle 3 categorie di Roma e Milano.

FIP GOLD MILANO



# DOMINANO LE COPPIE SPAGNOLE

## Il primo torneo italiano della categoria più alta del Cupra FIP Tour, ha visto trionfare le coppie iberiche Ramirez Del Campo-Arroyo e nel femminile Las Heras-Virseda

**foto Fabrizio Romiti**

La prima edizione dell'"Intesa Sanpaolo FIP Gold Milan 2021 presented by Enel", storica tappa italiana della fascia più alta del Cupra FIP Tour (il montepremi globale del torneo è di 20mila euro) si è chiuso con il successo delle coppie iberiche Barbara Las Heras Monterde-Veronica Virseda Sanchez e Ivan Ramirez Del Campo-Alejandro Arroyo Albert. Le prime, seconda testa di serie (il binomio è rispettivamente al 27° e 28° posto del ranking mondiale FIP/WPT), in poco meno di un'ora e mezzo di gioco (7-5/6-1), hanno superato l'altra spagnola Jessica Castello e la transalpina Alix Collombon (n.1 del seeding).
Nel tabellone maschile i vincitori, rispettivamente n.29 e 48 del ranking, si presentavano come testa di serie n.2 della kermesse lombarda. Hanno superato in 2 set (6-3/6-4), in appena 1 ora e 19 minuti, il binomio iberico Antonio Fernandez Cano (SPA)-Josè Antoni Garcia Diestro (testa di serie n.3 dell'evento tricolore).
A livello italiano il binomio Chiara Pappacena-Giorgia Marchetti ha ottenuto il risultato migliore nel tabellone femminile. Le azzurre infatti hanno raggiunto i quarti di finale, per poi uscire sconfitte solo per mano delle vincitrici iberiche del torneo (7-5/6-3)
Sotto il profilo organizzativo, coinvolte, per l'occasione, tre realtà at-

tive in questo specifico mercato: NSA Group, già titolare dei diritti del WPT per il territorio italiano, Z Padel Club e Demetrio Albertini s.r.l..
Il giudizio, a chiusura dell'evento, è più che positivo, grazie anche ai risultati delle presenze degli appassionati di padel (soprattutto in occasione delle finali di domenica). Vincente la scelta della location: il campo centrale infatti è stato allestito in una location suggestiva come Piazza Città di Lombardia, che si sviluppa su una superficie di 4.000 metri quadrati e con una volta hi-tech di 32 metri d'altezza (City Padel Milano invece ha supportato il Comitato Organizzatore soprattutto nelle fasi preliminari). Le finali sono state trasmesse in diretta sulla piattaforma SuperTenniX (oltre che sul canale ufficiale YouTube dell'International Padel Federation, come tutti gli incontri disputati sul "centrale" da giovedì Semifinali maschili e finali uomini/donne in diretta anche su Sky (oltre alla presenza di Radio Deejay con finestre e approfondimenti sull'evento).

Sotto il profilo commerciale ben 14 aziende sponsor/partner (previsto all'interno dell'arena il Villaggio Commerciale) hanno scelto di abbinare la propria immagine a quella dell'"Intesa Sanpaolo FIP Gold Milan 2021 presented by Enel" e ai valori sportivi del Padel. Nello specifico - Title: Intesa Sanpaolo - Presenting Partner: ENEL – Global Sponsor FIP: Cupra, Bullpadel, Joma, Mejor Set, Italgreen - Official Sponsor: Cisalfa, Telematica Italia, Lete, Voco Milan Fiere - Media Partner: SKY, Radio Deejay, SuperTenniX.
Per dare forza al progetto marketing del torneo gli organizzatori hanno ideato un "Commercial & Fan Village" con stand commerciali e attività di entertainment insieme a sponsor e giocatori. Infine, ai lati del campo centrale, direttamente nell'area di gioco del FIP Gold Milan, hanno preso vita le aree hospitality, con la Tribuna Sponsor a bordocampo per una visione d'eccezione dei giganti del Padel internazionale.

ICS ISTITUTO PER IL CREDITO SPORTIVO

MUTUO LIGHT 2.0

FINANZIAMO LA RISTRUTTURAZIONE E LA RIQUALIFICAZIONE DEL TUO IMPIANTO SPORTIVO E L'ACQUISTO DI NUOVE ATTREZZATURE

- finanziamenti da 10 mila a 60 mila euro, fino a un massimo di 7 anni
- con la sola referenza della Federazione Sportiva Nazionale
- con la sola garanzia del Fondo di Garanzia per l'Impiantistica Sportiva

Per conoscere le condizioni contrattuali dei prodotti ICS si rinvia ai fogli informativi, disponibili presso l'Istituto per il Credito Sportivo e sul sito web www.creditosportivo.it

#NOISIAMOPER

creditosportivo.it

Per informazioni contattare il
Numero Verde 800 298 278
info@creditosportivo.it

## L'ESPERTO RISPONDE

# CIUCCIO E DENTINI STORTI: QUALE CONNESSIONE?

**È proprio vero che il ciuccio è una delle cause più frequenti dei denti storti anche nei più piccoli?**

Partiamo con il dire che i denti storti rappresentano un tema comune per adulti e naturalmente anche pazienti in tenera età. Più precisamente può accadere che i dentini storti nei bambini siano causato dall'uso prolungato del ciuccio, che educa di fatto il bimbo a spingere in avanti i denti con la lingua, generando una protusione degli incisivi. Di fatto, l'uso anomalo e prolungato del ciuccio può a ragion veduta collocarsi tra le prime abitudini da correggere, se non da eliminare. A seguire, spesso, i piccoli pazienti sono indotti a sostituire il ciuccio con la suzione del pollice, che porterebbe ad un ulteriore effetto: ovvero lo sviluppo anomalo del palato, ma anche di una deglutizione atipica, che si verifica maggiormente intorno ai 7 / 8 anni di età.

Si tratta di un'età particolarmente delicata per la fase di apprendimento della corretta procedura di deglutizione, che sostituisce la fase precedente ereditata in allattamento.

**Il ciuccio, dunque, assume un posto speciale tra le cause di dentini storti, ma anche di malocclusioni, laddove il suo uso ecceda i 3 anni di età.** L'uso prolungato, infatti, può avere conseguenze ulteriori, come ad esempio un'anomalia dello sviluppo del palato, della conformazione della zona mascellare e mandibolare, o la caduta ritardata di denti da latte, con la crescita anticipata dei definitivi, che – non trovando spazio – possono crescere storti.

Ma l'uso del ciuccio non deve essere demonizzato in toto, ma soltanto il suo uso protratto oltre i limiti temporali indicati dalle linee guida scientifiche. Di fatti, nel bambino fino a 3 anni l'uso del ciuccio può avere anche effetti positivi, agendo da pacificatore e contribuendo a dare serenità e tranquillità al piccolo bambino. Al contempo, esistono in commercio ciucci specifici, con testa anatomica e disegno ideale per agevolare una fisiologica espansione del palato nel piccolo bambino, agevolare la competenza labiale ed il posizionamento delle arcate. Strumento giusto al tempo giusto, quindi. **Quindi, nei casi in cui si verifichi questa situazione, cosa è importante fare?**

Innanzitutto, è auspicabile interrompere l'utilizzo del ciuccio – ma anche dei comportamenti viziati da esso causati, come la suzione del pollice, in surroga – non appena spuntano i primi dentini da latte. Questo perché l'utilizzo del ciuccio condiziona la posizione della lingua, che tende a spingere i denti in avanti, contribuendo a generare una dentatura storta e una relativa malocclusione.

Le conseguenze impattano anche sulla condizione di benessere del piccolo paziente, che può arrivare anche a manifestare mal di testa e mal di schiena a causa delle tensioni muscolari prodotte dalla anomala occlusione.

Le linee guida internazionali e nazionali, e di conseguenza Il consiglio dunque è quello di togliere il ciuccio ai bambini entro i 3 anni di età. Tenendo quindi i 3 anni come riferimento, di certo è decisamente fondamentale NON protrarne l'utilizzo oltre i 6 anni – età in cui compaiono i primi denti definitivi – poiché in quel caso la malocclusione tende a stabilizzarsi e si renderà necessaria una correzione tramite terapia ortodontica.

Certo, per quanto intuibile, il legame tra ciuccio – dentini storti – malocclusioni non è così conosciuto e diffuso, e certo di non pronta evidenza. Per questo, portare i piccoli pazienti a periodiche visite dallo specialista in Ortodonzia – possibilmente in accordo con il pediatra – può prevenire disturbi che se trascurati possono implicare terapie più lunghe e interventi più invasivi.

Una prima visita può infatti dar vita ad una soluzione primaria come quella rappresentata dalla terapia ortodontica precoce, per correggere ad esempio lo sviluppo del palato e la posizione della lingua (ad esempio con l'aiuto del logopedista), evitando possibilmente problematiche più rilevanti e/o difficilmente correggibili in futuro.

***Lo studio Luzi è associato ad ASIO (Associazione Specialisti Italiani in Ortodonzia), di cui il Dr. Cesare Luzi è stato Presidente nel biennio 2018-19.***
***Visita il sito www.specialistidelsorriso.it***

STUDIO LUZI
Studio Ortodontico in Roma dal 1962
INQUADRA IL QR CODE E SALVA CONTATTO E INDIRIZZO NEL TUO SMARTHPHONE
Via Gramsci, 16 - 00197 Roma
Tel. 06 85.57.950 - Cell. 329 42.20.307
infostudioluzi.net - www.studioluzi.net

# IL CUORE DELLE DONNE

**Nonostante sia convinzione comune che le malattie cardiovascolari (MCV) interessino prevalentemente il sesso maschile, in realtà le donne sono estremamente vulnerabili sotto il profilo delle patologie cardiache e vascolari, anche se la curva di tali malattie è spostata di circa dieci anni di rispetto agli uomini (fattore protettivo degli ormoni sessuali femminili).**

In Italia la prima causa di morte delle donne sono proprio le malattie cardiovascolari, con prima causa l'infarto del miocardio e seconda l'Ictus, causando circa il 43% dei decessi totali. I principali studi scientifici riguardanti le patologie cardiovascolari sono stati realizzati analizzando una platea di pazienti composta dal 70 % di uomini e non più del 30 % di donne. E' chiaro che vi è la necessità in futuro di analizzare più nel dettaglio le caratteristiche di tali malattie nelle donne, studiando peculiarità e differenze tra i due sessi. I fattori di rischio cardiovascolare possono essere classificati in comuni ( tra uomo e donna) e specifici. Comuni: ipertensione ( maggiore tendenza ad evolvere nell'insufficienza cardiaca nelle donne), diabete mellito ( maggiore mortalità CV nelle donne, con prevalenza dell'infarto del miocardio), ipercolesterolemia ( aumento repentino del colesterolo dopo la menopausa), obesità ( incidenza maggiore nelle donne associata a maggiore sedentarietà, soprattutto in età giovanile ), tabagismo ( aumento del fumo di sigaretta, anche elettronica, nelle giovani donne). Specifici: menopausa ( aumento della mortalità per le malattie ischemiche in post-menopausa con raggiungimento di livelli simili a quelli dell'uomo), gravidanza ( cardiopatia peripartum, diabete gestazionale, ipertensione- gestosi), contraccettivi orali ( aumento delle trombosi venose profonde), malattie autoimmuni ( caratteristiche della donna per il 70 % e caratterizzate spesso da danno vascolare). Tra le malattie cardiovascolari caratteristiche delle donne ricordiamo la cardiopatia ischemica a coronarie integre ( MINOCA) dovuta a spasmo coronarico o a problematiche del microcircolo; la cardiopatia tako-tsubo, insufficienza cardiaca improvvisa con mortalità del 5-7 % dovuta a forti traumi o dispiaceri ( "sindrome del cuore infranto") che colpisce le donne al 90 %; la cardiopatia peri-partum, caratterizzata da rapido deficit cardiaco nei giorni successivi al parto e dovuta all'eccesso di prolattina o a fenomeni autoimmuni. Anche il "classico" infarto da trombosi coronarica ( STEMI) presenta delle differenze nella donna. Prima di tutto una sintomatologia atipica, con dolore alle costole, al giugulo ed alla mandibola o alla schiena, a differenza del tipico dolore retrosternale irradiato al braccio più frequente nel sesso maschile. Per tale motivo e forse per la maggiore resistenza femminile al dolore, purtroppo spesso le donne arrivano in pronto soccorso in ritardo ed infatti la frequenza di scompenso cardiaco post infarto è maggiore rispetto agli uomini, così come la mortalità per STEMI nelle giovani donne ( under 50) è raddoppiata rispetto a quella dei maschi pari età. E' bene, per tali motivi, che le donne integrino la consueta prevenzione in ambito oncologico con un programma di screening cardiovascolare, in particolar modo dopo la menopausa. Particolare attenzione al colesterolo che tende ad impennarsi dopo i 50 anni, al controllo della glicemia e dei valori pressori e ad un regime dietetico associato a regolare attività fisica per contrastare l'aumento di massa corporea. Una visita cardiologica completa di elettrocardiogramma ed ecocardiogramma colordoppler andrebbe eseguita almeno una volta ogni due anni.
Il cuore delle donne è il centro della vita, trattiamolo con cura!

**STUDIO DR. UGO MIRAGLIA**
VIA BARLETTA 29
T 0694326290
u.miraglia@gmail.com
**www.drugomiraglia.it**

# QUANDO L'OCCHIO È ALLERGICO : PARLA LA DOTT.SSA MARTA SACCHETTI

**DIAGNOSTICARE LE DIVERSE FORME DI CONGIUNTIVITE ALLERGICA È IMPORTANTE AL FINE DI TRATTARLE ADEGUATAMENTE, ANCHE QUANDO SI ASSOCIANO AD ALTRE MALATTIE ALLERGICHE.**

Le congiuntiviti allergiche si presentano con occhi arrossati, prurito e lacrimazione. Le forme più comuni sono quelle stagionali o perenni, che colpiscono i giovani adulti e spesso sono associate a rinite. Sono causate da una reazione ai comuni allergeni, quali i pollini o gli acari della polvere. Il trattamento con colliri antistaminici è in genere sufficiente per controllare i sintomi. Gli antistaminici sistemici sono utili nel caso in cui è presente anche la rinite.
Esistono altre forme, più severe, quali la cheratocongiuntivite primaverile o Vernal keratoconjunctivitis, che colpisce prevalentemente i bambini e la cheratocongiuntivite atopica che si associa a dermatite atopica. Entrambe queste forme possono portare ad un coinvolgimento della cornea fino a compromettere la funzione visiva. Il trattamento prevede la somministrazione di brevi cicli di colliri steroidei nelle fasi acute. Nei casi più severi è utile l'impiego di Ciclosporina in collirio allo scopo di ridurre l'uso del cortisone, che, se usato per lungo tempo, può causare effetti collaterali quali il glaucoma e la cataratta.

## DA SAPERE

La congiuntivite è una delle malattie oculari più comuni; può essere causata da virus, batteri o da una reazione allergica. Provoca la spiacevole sensazione di bruciore e lacrimazione e fenomeni più o meno accentuati di fotofobia (fastidio della luce).

## CURIOSITÀ

La congiuntivite allergica colpisce oltre il 10% della popolazione mondiale, non è contagiosa, a differenza delle forme infettive. In tutti i casi è fondamentale rivolgersi allo specialista per una corretta diagnosi e terapia.

## PERCHÈ SCEGLIERE IL DOTT.SSA MARTA SACCHETTI

La dottoressa Marta Sacchetti si occupa di malattie della superficie oculare e di congiuntiviti allergiche da molti anni. Attualmente collabora con il Dipartimento Organi di Senso presso l'Università La Sapienza di Roma.

**Dott.ssa Marta Sacchetti**
**Cell:** 347 67.57.333
**Mail:** marta.sacchetti@uniroma1.it

# FLUBS

FLUB.SHOP

FLUB

EXCLUSIVE STORE WINDROSE

UNIONE RUGBY CAPITOLINA

# 25 ANNI 1996-2021

RUGBY
#rugby

L'Unione Rugby Capitolina nasce nell'estate del 1996 per opera di un gruppo di Fondatori composto di giocatori, allenatori ed anche genitori che non avevano mai praticato il rugby. Tutti erano spinti da un unico desiderio, avviare un vero e proprio "Club", inteso non solo come un luogo fisico ma anche, e forse più, come una comunità che insieme al rugby curasse lo sviluppo e la crescita dei giovani "a tutto tondo".

**foto Giancarlo Iezzi, Angelica Agosta, Luca Spoleti**

## LA COSTRUZIONE 1996-2000

Costituita la società, ed avviato il reclutamento dei bambini, la Capitolina comincia la sua attività nel settembre del 1996 con un gruppetto di 40 piccoli atleti dai sei ai tredici anni.
Gli allenamenti si svolgevano nell'area di meta di uno dei campi dell'Acqua Acetosa, gentilmente concesso dal Presidente della Lazio Rugby. Da subito il primo ambizioso obiettivo: costruire una propria casa per poter soddisfare tanto le esigenze sportive quanto quelle sociali. Dopo due anni di ricerca arriva la scoperta dell'attuale sito di via Flaminia che piano piano viene bonificato da un insieme di edifici abbandonati e semi distrutti nonché di campi da tennis ormai coperti da vegetazione selvaggia. Terminati questi lavori, l'attività sportiva si sposta sul campo in via Flaminia all'inizio del 1998 con un'insolita inaugurazione. Sulla giovane e fitta erba del campo appena realizzato e senza spogliatoi di supporto, la Nazionale Italiana di Coste e Mascioletti si allena in preparazione di una di quelle che sarà una delle vittorie che apriranno le porte del Cinque Nazioni, quella in Irlanda.
Sul nuovo campo vengono portati due container dotati di docce che saranno gli spogliatoi per qualche anno. I numeri dei tesserati aumentano, e con essi anche quelli dei sostenitori che in qualità di Soci contribuiscono all'attività. Nel settembre del 1998 prende vita anche la prima squadra seniores che il Club iscrive al campionato di serie C2.

## IL CONSOLIDAMENTO 2000-2009

I lavori del secondo campo, degli spogliatoi, della palestra e della club house terminano nel 2000 e da quel momento l'Unione può iniziare a consolidare la propria attività sportiva. Le giovanili iniziano a crescere in numero e in qualità arrivando in varie occasioni a giocarsi le fasi finali dei campionati Under 16 e Under 18.
Tra il 2002 e il 2003 si ricordano due momenti fondamentali per la vita sportiva e sociale: si apre il ristorante del club (l'Hostaria del campo) direttamente gestito dalla Capitolina e la squadra U19 vince la finale del campionato Italiano. Il movimento giovanile è consolidato, l'impianto ormai quasi terminato. e la dirigenza nota che Roma ha un vuoto nella prima divisione (il Super 10) professionistica.
L'URC prova quindi la strada del professionismo italiano, senza limi-

tare anzi aumentando il proprio impegno nei settori giovanili e negli investimenti sulla struttura di via Flaminia. La prima squadra affronta tre stagioni in Super10 senza mai retrocedere; verso la fine del 2008 ci si rende conto che il professionismo nel rugby italiano non è una via realizzabile e che la nascita delle franchigie che parteciperanno alla Celtic League e la formazione di base sono l'unica strada da perseguire. Non solo, i primi presagi della profonda crisi economica che sconvolgerà il mondo a breve, chiarisce ancora di più l'indirizzo strategico delle risorse. Da qui la decisione, forte e coraggiosa, di rinunciare alla serie professionistica, ricominciare dalle serie inferiori e di investire le risorse nel secondo campo trasformandolo in erba sintetica di ultima generazione per innalzare la qualità degli allenamenti. L'idea era chiara ed il solco segnato, aumentare il budget dedicato ai settori giovanili era una inevitabile conseguenza.

## LA CAPITOLINA OGGI

Negli anni l'Unione Rugby Capitolina ha continuato e continua con orgoglio ad essere quella che è stata sin dalla sua genesi, un Club che mira all'eccellenza, intesa non come risultato sportivo, ma come stile nell'approccio alle dinamiche che quotidianamente si presentano a tutti i componenti del Club. Con il taglio della squadra professionistica il la Prima Squadra è ripartita dalla Serie B, non solo non utilizzando più giocatori stranieri ma anzi rilanciando la propria sfida schierando tutti giocatori che a loro volta versavano (e versano tutt'ora) la quota sociale. La squadra, composta da quasi tutti giocatori formati nel proprio vivaio, in quattro anni conquista una promozione dopo l'altra tornando nuovamente nella prima divisione nazionale. Nonostante l'avventura sia durata una sola stagione, i ragazzi di Via Flaminia 867 hanno dimostrato di poter tenere testa a squadre formate da giocatori professionisti.

Da anni punto fermo della Serie A, più volte nel corso delle stagioni la Prima Squadra ha partecipato alle fasi finali per la promozione in Top 10, spesso spaventando squadre più accreditate.
Dal 2016, inoltre, alle squadre maschili si affiancano anche quelle femminili, sia a livello giovanile sia a livello seniores. Sin dalla prima stagione, le capitoline si fanno conoscere in tutta Italia conquistando la Coppa Italia di rugby a 7. Nel 2018 inizia l'avventura in Serie A, e nasce la partnership con il Frascati Rugby Club. Nel 2019 arriva la prima, storica semifinale scudetto.
Il settore giovanile continua ad essere, non solo quantitativamente ma anche qualitativamente uno dei più importanti d'Italia, conquistando, tra il 2011 ed il 2016, ben quattro campionati Under 16 e

AGUSTA MV
ROMA
gusta RISTORANTE
AGUSTA MV ROMA CAFFÈ
MV AGUSTA ROMA
TI ASPETTA
NEL NUOVO EXPERIENCE CENTRE
CON RISTORANTE GOURMET E CAFFETTERIA

Piazza Carlo Magno,13/15
(ad un passo da piazzale delle Province e dalla stazione Tiburtina)
06 69332582 - info@mvagusta-roma.it - mvagusta-roma.it
@mvagustaroma - @ristorantegusta - @mvagustacaffe
mvagusta-roma.it - mvagustaroma - ristorantegusta - mvagustacaffe

sfiorando il titolo Under 19 in più occasioni. Non sono però solo i titoli a determinare la qualità di un settore giovanile: sono infatti numerosi i ragazzi e le ragazze usciti dal vivaio capitolino e convocati nelle rappresentative nazionali ai vari livelli, oppure chiamati a giocare in Club di Top 10 o all'estero. Non solo squadre agonistiche: anche a livello amatoriale l'Unione Rugby Capitolina si fa conoscere. Come i Veterani, la squadra Old del Club, nata nel 2002 e conosciuta in tutta Italia ed Europa grazie ai numerosi tour effettuati negli anni. Come i Toccati, squadra di Touch Rugby mista maschile e femminile, formata da ex giocatori, neofiti, genitori, che partecipano a numerose iniziative lungo tutto lo stivale. Oppure come gli ImplaccAbili, la squadra di Rugby Integrato del Club dove Atleti con diverse abilità si confrontano su base paritaria e a pieno contatto, per una reale inclusione e relazione tra le persone. Ma che nessuno dimentichi mai che i risultati sportivi sono solo conseguenza della Missione della Capitolina, che non è vincere bensì formare: formare persone-atleti che crescano in un Club che dovrà continuare nel tempo il suo percorso (la lettera maiuscola non è un errore).

# ROME PL OPEN TENNIS TOURNAMENT

**Si è conclusa l'edizione 2021 del Rome PL Open Tennis Tournament, torneo di tennis di altissimo livello organizzato da Luca Clarens, Petr Losev e Ashley Salfa sui campi in terra battuta del Due Ponti Sporting Club di Roma, che ha visto la partecipazione di numerosi giocatori di classifica internazionale.**

Il torneo, che ha preso il via Sabato 16 Ottobre 2021, ha visto confrontarsi 48 giocatori italiani e stranieri.
In finale, di altissimo livello, si sono sfidati la prima testa di serie, il riminese Manuel Mazza di classifica italiana 2.1 e Tomas Lipovsek, ragazzo sloveno-argentino, di classifica 2.2. Dopo quasi due ore di gioco e due set molto lottati Tomas Lipovsek riesce ad aggiudicarsi la seconda edizione del PL Open Tennis Tournament per 75 64.

Oltre al tennis di alto livello, l'organizzazione ha voluto dedicare una giornata per sostenere una causa importante. Volti noti dello spettacolo, come l'ex calciatore di serie A Dario Marcolin, il giornalista sportivo Stefano Meloccaro, lo scrittore-regista Federico Moccia, l'attore Andrea Preti, il personaggio Marcelo Fuentes e molti altri, si sono ritrovati Mercoledi 20 Ottobre, con l'intento di dare il proprio contributo ad una raccolta fondi lanciata da Peter Pan Odv, associazione che da anni assiste tanti bambini in difficoltà. Legati dalla passione per il tennis, i partecipanti sono scesi in campo per dar vita a delle sfide entusiasmanti in un'atmosfera gradevole e piacevole.
L'evento si è concluso Venerdi 22 Ottobre con un eccezionale evento di gala al quale, oltre a esponenti e dirigenti del mondo dello sport e del tennis, hanno partecipato numerose ambasciate, personaggi del mondo dello spettacolo e dell'imprenditoria internazionale.
Infatti, come ribadiscono gli organizzatori in più occasioni, il PL Open è un evento che ha l'obiettivo di coniugare i valori del tennis con l'impegno sociale e il rilancio delle relazioni diplomatiche e commerciali per contribuire alla ripresa economica post-pandemia.

# TORNEO ALL EVENTS E SPORT
# QUANDO L'UNIONE FA LA FORZA

**Si chiama All Events e Sport ed è un torneo di calcio a 5 e calcio a 8 che coinvolge oltre 3.000 tra ragazzi e ragazze, quasi 60 società sportive per un totale di oltre 200 squadre e 13 categorie.**

di Marco Calabresi

Si è iniziato a giocare sabato 6 novembre ed è una nona edizione da record, anche perché l'unione fa la forza. Dopo 10 anni di organizzazione e gestione dei campionati amatoriali per bambini e ragazzi interagendo per proprio conto sul territorio, i due comitati di Roma Nord (Futsal Game) e Roma Sud (C.G.R.) hanno infatti deciso di abbracciare l'intera città al fine di offrire un servizio sempre migliore alle società partecipanti, per dare la possibilità ai giovani calciatori di confrontarsi con più realtà sportive della nostra città. La nuova realtà, che organizzerà anche eventi in altre discipline, ha preso il nome di All Events e Sport (AES) e il progetto sviluppato ha ricevuto il sostegno e il riconoscimento da parte del MSP Roma, comitato provinciale di MSP Italia, ente di promozione sportiva riconosciuto dal CONI, che ha creduto fortemente in questo percorso sportivo che ha come primario obiettivo quello di riempire i campi, di calcio a 5 e calcio a 8, di bambini e ragazzi sorridenti e gioiosi. Queste le categorie previste: Topolino, Minipulcini, Pulcini, Esordienti, Giovanissimi, Allievi, Under 23 e Under 14 femminile nel calcio a 5 e Pulcini, Esordienti, Giovanissimi, Allievi e Juniores nel calcio a 8. Le società con più squadre iscritte sono Balduina (11, tutte nel calcio a 5), Belle Arti (10), Flaminia Sette (8) e Dribbling (7). Le finali sono in programma nel weekend tra il 26 e il 28 maggio. "Siamo onorati di poter collaborare con uno dei più grandi tornei di Roma di calcio a 5 e calcio a 8 – le parole del presidente MSP Roma, Claudio Filippo Briganti –, dove le squadre vincitrici parteciperanno alla finale nazionale MSP Italia. Con questo accordo vogliamo dare un messaggio di rilancio dell'attività sportiva calcistica rivolta alle fasce giovanili e ai bambini, che più di tutti hanno sofferto il lockdown e la chiusura dei centri sportivi. Auguro buon divertimento a tutte le squadre partecipanti, perché lo sport è soprattutto voglia di stare insieme, socialità e integrazione". "Non ci aspettavamo una così grande risposta - il commento di Roberto Belli, membro della commissione organizzatrice del torneo -, siamo tuttavia convinti che il successo sia dovuto al fatto che siamo due organizzazioni composte da persone che sono sempre sul campo e vicine alle esigenze e alle aspettative delle società partecipanti". Per MSP Roma sarà un ritorno al passato ricordando i fasti del Minimundial degli Anni 90, la manifestazione sportiva che coinvolgeva le scuole di Roma nel più grande torneo di calcio a 5 d'Europa, con la collaborazione di istituzioni quali Comune di Roma, Regione Lazio e Provveditorato agli Studi.

# ENDOMETRIOSI
## UNA PATOLOGIA ENIGMATICA

**Le donne che ne sono affette spesso non si sentono capite e comprese.**

Tale malattia coinvolge tutti gli aspetti della vita di una donna da quello personale, familiare e lavorativo, influenzando il rapporto di coppia e la capacità di procreazione. A prima vista sembra una malattia di genere perché colpisce solo le donne, ma determina forte coinvolgimento dell'uomo nella vita di coppia. Purtroppo, i ritardi commessi in passato nella ricerca scientifica hanno rallentato lo sviluppo di cure efficaci e dei protocolli per la diagnosi precoce, importantissima per rallentare il progredire della patologia e migliorare la qualità della vita delle donne affette da endometriosi. Si tratta di una malattia estremamente diffusa in Italia e nel mondo: solo nel nostro Paese circa 3 milioni di donne soffrono di endometriosi, una su tre nella fascia di età che va dai 15 ai 45 anni, eppure si parla ancora di "malattia invisibile". Oltre al dolore provocato dalla malattia, chi soffre di endometriosi subisce il dolore del silenzio e della scarsa informazione, a volte subisce l'indifferenza del partner e sul luogo di lavoro e per le più giovani della scuola. L'endometriosi non colpisce solo il corpo delle donne che ne sono affette: viene compromessa l'autostima, la vita familiare e relazionale, la vita di coppia, la dimensione sociale e quella lavorativa. L'accettazione psicologica del proprio stato di malattia aiuta a sviluppare uno spazio di accoglienza e di tolleranza al dolore cronico, migliorando la qualità di vita.

È però necessario un cambio di passo: bisogna lavorare molto sull'informazione, sfatando molte interpretazioni errate e certi sensazionalismi mediatici. Sostenere la Ricerca Scientifica, deve essere un impegno di tutti, cosa che la Fondazione Italiana Endometriosi (www.endometriosi.it) fa da oltre 20 anni tramite suoi importanti programmi di ricerca. Stimolare una maggiore attenzione da parte delle istituzioni su questa diffusa malattia sociale, spesso sottovalutata, è tra i nostri compiti istituzionali, affinché la maggiore consapevolezza aiuti le donne ad avere una giusta attenzione alle loro problematiche. Gli obiettivi da raggiungere sono molto ambiziosi, impegnativi ed importanti: una rapida diagnosi (oggi in media passano 8 anni prima di diagnosticare la malattia), evitare la cronicizzazione della patologia, stabilire percorsi di cura certi, validati e coerenti, prestare la giusta attenzione alle donne malate nel rispetto dei nostri codici deontologici e dell'individuo.
Per raggiungerli si impone un profondo impegno da parte di tutti i sanitari che operano in questo campo. Un cambiamento di mentalità è necessario e utile per facilitare i progressi che i tempi ci impongono su questa così importante malattia sociale.

**Il Presidente**
**Prof. Dott. Pietro Giulio Signorile**

Fondazione Italiana Endometriosi

OTTICA VASARI

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

VASARI iGreen GREENVISION

# PER CHI VUOLE DI PIÙ

NUOVA CADILLAC
XT4

ANTICIPA IL FUTURO.
ESCLUSIVAMENTE XT4.

AUTOSTEMAC

Via Tiburtina, 1064 - Roma
06.8379.9366 | cadillacroma.it

AMERICAN DIVISION
AUTOMOTIVE NETWORK

Consumo combinato in l/100km: 6,4 - 6,9 | Emissioni CO2 combinate in g/km: 167 - 180