Esercito
E' nata una stella

People
Nicola Pietrangeli

Alimentazione
Heinz Beck

SPORTCLUB

follow your passion

Dicembre 2016 - **foto: Carlo Mogiani.**

Stefano Meloccaro
Edicolante per caso

Da giornalista sportivo Sky a co-conduttore de l'Edicola Fiore

STORE
UOMO

Viale Somalia, 132-134-136
00199 Roma
Tel./Fax 06.86212429

CARUSO
MACKINTOSH
MANDELLI
LARDINI
PT01-PT05
XACUS
HERNO
ALBERTO ASPESI
GALLO
TRICKER'S
CHEANEY
ALDEN
DRAKES
HAWICO
ZANIERI
ANDREA'S
DON THE FULLER
CARE LABEL
RAINS
CAMPOMAGGI
PETRONIUS

e-mail: info@wild-bunch.it
www.wild-bunch.it

/wildbunchuomo

@wb_uomo

CLOTHING STORE

DAL 1989
WILD BUNCH
CLOTHING STORE

STORE
DONNA

Viale Somalia, 124-126
00199 Roma
Tel./Fax 06.86208368

HERNO
FABIANA FILIPPI
PT01
STUART-WEITZMAN
ALBERTO ASPESI
L'AUTRECHOSE
MM6
GALLO
TRICKER'S
LARDINI
XACUS
JOE'S
MAJESTIC
DON THE FULLER
CAMPOMAGGI
CARE LABEL
LA SARTE PETTEGOLE

e-mail: info@wild-bunch.it
www.wild-bunch.it

/wildbunchdonna

@wb_donna

EUROBASKET
ROMA
Partner

TRIUMPH
ROMA GRA

Ingresso diretto dal GRA
(anello esterno prima dell'uscita 17)
Via Serracapriola, 48 (Torre Angela - usc. 17 del GRA)
00133 Roma - Tel. 06 94.53.40.80
triumphroma-gra.it / info@triumphroma-gra.it

ASCOLTALA
THAT'S WHY.

StreetCup

BONNEVILLE

SOMMARIO

#dicembre2016

SPORTCLUB
follow your passion

8 Regione
Nicola Zingaretti

10 Politica
On. Daniela Sbrollini

12 Cover
Stefano Meloccaro

16 People
Nicola Pietrangeli

20 Tennis
Largo ai giovani

22 Basket
Un derby sognato per anni

24 Esercito
Presentato il nuovo marchio

28 Motori
La vespa elettrica

34 Alimentazione
Heinz Beck

36 Psicologia
L'attacco di panico

38 Viaggi
Natale nel mondo

42 Accessori
La lista di Natale

44 Orologi
Quando il tempo è prezioso

46 Teatro
Massimo Ghini

48 Fitness

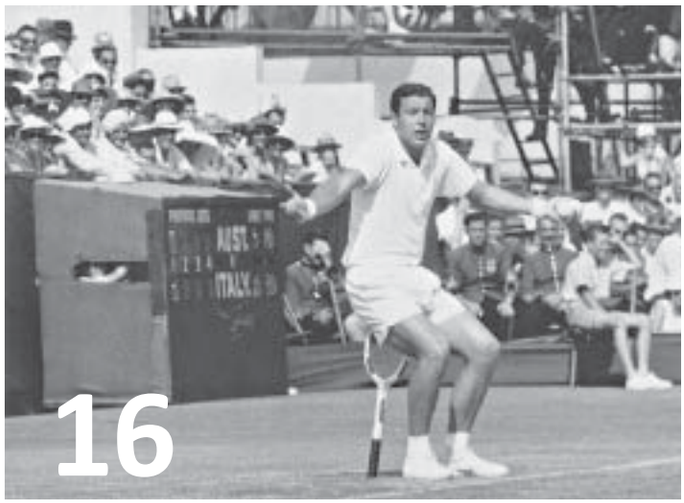
50 Calcio a 5

52 Torneo Due Ponti

54 Padel

58 Contraffazione

62 WAA: Valentina Vezzali



28

Sport Club srl
via Morlupo, 51 00191 Roma
tel. 06 97600342 - fax 06 97277879
www.sportclubonline.it
info@sportclubonline.it

Sport Club - Anno XIV - n. 113 - dicembre 2016
Reg. trib. di Roma n. 591/2004 del 30-12-04

Direttore responsabile Luigi Capasso
direttore@sportclubonline.it

Redazione Giuliano Giulianini
redazione@sportclubonline.it

Art Director Valeria Barbarossa

Hanno collaborato a questo numero
Valeria Barbarossa, Marco Trozzi, Luigia Latteri, Luca Parmigiani, Luca Perugini, Fabio Sieni, Giulia Capasso, Gabriele Sanna, Andrea Bureca, Marta Angelucci, Marco Oddino, Ufficio Stampa Presidenza Regione Lazio, Segreteria On. Daniela Sbrollini,

Pubblicità
Agenzia Nazionale
Marketing Xpression
Via della Giustiniana, 959
00189 Roma
Marco Oddino
m.oddino@mktgx.com
T 335 6684027

Agenzia Locale
Governale ADV di Giuseppe Governale
Media&Communication
Via dei Savorelli 75 - 00165 Roma
Tel. 06.89020451 - Cell.335.8423911
governale@governaleadv.it

Fotografie Luca d'Ambrosio

Stampa CROMOGRAFICA ROMA
Finito di stampare nel mese di dicembre 2016

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 Magazine
Sport Club - Free Press Italia

@SPORTCLUBonline

www.sportclubonline.it

FELLINI®
Roma
Roma - Via Cola Di Rienzo n° 281 (collezione UOMO)
Via Cola Di Rienzo n° 276 (collezione DONNA)
Via di Vigna Stelluti (collezione UOMO)
Galleria Commerciale PORTA DI ROMA (collezione UOMO)
Viale Europa n. 20 (collezione UOMO-DONNA)
www.felliniroma.it

A cura di Nicola Zingaretti
Presidente della Regione Lazio

DALLA REGIONE
UN SOSTEGNO PER ENTI PROMOZIONE SPORTIVA

Lo sport rappresenta un veicolo straordinario per l'aggregazione sociale, in particolare per le categorie più fragili: penso alle opportunità che la pratica sportiva dà alla crescita e all'inserimento dei più giovani; penso alla sua funzione fondamentale per il benessere e l'inclusione degli anziani, che proprio grazie alle attività ludico-sportive possono sentirsi protagonisti attivi della società in cui viviamo. E naturalmente penso anche alla grande forza che lo sport può dare alle persone con disabilità, stimolando a superare ostacoli e contribuendo ad abbattere ogni forma di pregiudizio.
Per questo, lavoriamo costantemente per garantire a tutti i cittadini, senza esclusioni, il pieno accesso all'attività sportiva, sostenendo molti progetti promossi dalle federazioni, dalle discipline sportive associate, dall'associazionismo o da enti locali, sia attraverso la concessione di contributi, sia mediante l'acquisto di attrezzature o risorse per migliorare gli impianti. È con questo spirito che, con una recente delibera di Giunta, abbiamo deciso di destinare agli Enti di Promozione Sportiva, 200 mila euro come sostegno alle loro finalità.
Gli Enti di promozione sportiva hanno infatti come scopo proprio la promozione e l'organizzazione di attività sportive con finalità ludiche, ricreative, formative e svolgono la loro opera nel rispetto delle regole, delle competenze del Coni, delle Federazioni Sportive Nazionali e delle Discipline Sportive Associate, accompagnati dagli alti valori e principi che lo sport da sempre incarna. Il tessuto degli Enti di promozione sportiva, nelle sue ramificazioni territoriali, rappresenta un patrimonio straordinario e preziosissimo: si tratta infatti di una rete di autentici presidi sui nostri territori, punti di riferimento e di aggregazione per tantissimi cittadini.
Quello erogato dalla Regione è, quindi, un grande investimento sociale: un contributo importante proprio nell'ottica di una società dove lo sport sia un collante, un veicolo e uno strumento di comunicazione, una speciale occasione di gioco, ma anche di dialogo e condivisione. Chi, come gli Enti di promozione sportiva, promuove lo sport ha dunque tutta la nostra attenzione e il nostro più convinto sostegno.

caffeportofino.it
Caffè Portofino Roma
Piazza Cola di Rienzo 116, Roma
+39 06 32110837
Bertold STR. 44, Freiburg
+49 07.61.29.22.939
info@caffeportofino.it

IL TIRAMI-SÙ? CI PIACE CLASSICO!

L'abbiamo testato a lungo, messo a punto nei minimi particolari (e vi confessiamo che... è stata la parte più bella!). Ed ora è pronto per essere testato da te! Stiamo parlando del Tiramisù Portofino: ricetta classica, materie prime genuine, e soprattutto troppo buono!

Fatto al momento e con materie prime di qualità: con il

TIRAMI-SÙ! PORTOFINO

vogliamo riportarvi al gusto del classico tiramisù, senza troppi fronzoli... insomma tutto gusto e bontà! Lo potrai ordinare al piatto, se ti fermi da noi, oppure potrai prenderlo nel formato "**da passeggio**", nella comoda scatolina, e mangiartelo mentre passeggi per i negozi di Via Cola di Rienzo.

CAFFÈ PORTOFINO

IL TUO MEETING POINT!

SCATTA UNA FOTO E VINCI

Scatta una foto, condividila su Instagram con hastag
#portofinoroma

Ogni mese premiamo la foto con più Like!

A cura dell' On. Daniela Sbrollini
Vicepresidente XII Commissione
Affari Sociali e Sanità
Responsabile Sport e Welfare PD

VERSO UNA CITTA'

A MISURA DI SPORTIVO

L'Organizzazione mondiale della Sanità stima che nei prossimi decenni la popolazione urbana rappresenterà il 70% della popolazione globale.
In Italia il 37% della popolazione risiede nelle 14 Città Metropolitane e il tema della salute sta diventando una priorità di azione amministrativa da parte dei Sindaci.

I circoli, associazioni sportive, società operano ogni giorno in tutte le città d'Italia e anche nelle periferie, svolgendo un ruolo unico ed insostituibile per la salute e la crescita di tantissimi ragazzi e per la qualità della vita di tanti anziani.
Da parlamentare, penso che la politica può, deve , dare un'indirizzo chiaro su questi temi: deve avere la forza di indicare ed operare nell'ottica della prevenzione sanitaria e nell'ottica di dare opportunità nella vita dei cittadini.
Lo sport è la risposta agli interrogativi sulla sostenibilità del sistema sanitario, educativo e sociale dei prossimi anni. La politica serve ad unire, serve a prevedere le problematiche e a fornire ed organizzare soluzioni efficaci anche per questi temi poiché La città è un bene collettivo.
I cittadini residenti negli spazi urbani condividono non solo gli spazi comuni, come i parchi, le strade e servizi, ma anche la cultura e la salute. E' in quest'ottica che tutti gli attori del panorama sportivo devono lavorare per crescere insieme alle istituzioni.
L'OMS ha coniato il termine "healthy city", che non descrive una città che ha raggiunto un particolare livello di salute pubblica, ma piuttosto una città che è conscia dell'importanza della salute come bene collettivo e che, quindi, mette in atto delle politiche chiare per tutelarla e migliorarla.
Lo sport all'interno delle aree urbane è fondamentale, in una società sempre più complessa può essere uno strumento eccezionale perché parla un linguaggio universale ed è capace di creare educazione, cultura sportiva, migliorare la qualità della vita costituendo anche una grande occasione di crescita economica, occupazione e turismo. Più saranno le "healthy city" nel nostro Paese più avremo una società migliore, più sana e più preparata alle sfide del futuro.
In questi mesi il CONI e le Federazioni si stanno rinnovando, un'occasione importante per tutto il mondo dello sport di compiere l'analisi su quanto è stato fatto ed andare avanti, correggendo gli errori, più forti di prima e consapevoli che la politica da un po' di tempo è più vicina al mondo dello sport e che si sta vivendo una fase di importante fermento che tende a considerare tutto il mondo dell'associazionismo sportivo come settore di sviluppo strategico per l'Italia. Noi politici abbiamo bisogno dei migliori dirigenti sportivi possibili con cui confrontarci, vogliamo poter lavorare con personalità che lavorino al meglio per la diffusione dello sport capillarmente in Italia con strutture sempre più innovative, dinamiche e orientate al futuro. Il 2017 sarà un anno importante per lo sport italiano perché l'assenza di eventi olimpici permetterà di concentrare sforzi e risorse sui progetti da sviluppare in ambito nazionale. In particolare per l'anno prossimo lo Stato non ha solo confermato il finanziamento al CONI e alle FSN, bensì si confermano i finanziamenti per lo sviluppo dell'impiantistica nelle periferie e si garantisce anche finanziariamente il pieno e corretto avvio dei lavori in vista della RyderCup di Roma 2022 e dei Mondiali di Sci a Cortina D'Ampezzo (BL) per il 2021.
Personalmente ho anche presentato alcuni emendamenti per migliorare il nostro mondo sportivo, in primis un emendamento per il riconoscimento della maternità delle atlete dilettanti, al momento sprovviste di qualsiasi tutela ed inoltre una defiscalizzazione piena per l'iscrizione alle società sportive per i minori di 26 anni e per chi è in pensione.
A metà novembre ho partecipato orgogliosamente alla cerimonia di Aces Europe prima a Roma, presso il salone d'onore del CONI, e poi nel cuore dell'Europa, a Bruxelles al Parlamento Europeo dove la mia città, Vicenza, è stata ufficialmente insignita del premio di "Città Europea dello Sport" per il 2017. Proverò anche nella mia città a costruire una piccola-grande "healty city" che rappresenti una "rivoluzione" culturale che abbia lo sport al centro.

Roma, Piazza San Giovanni Bosco 6 - tel. 06.71.08.848

www.pelliccealviano.it

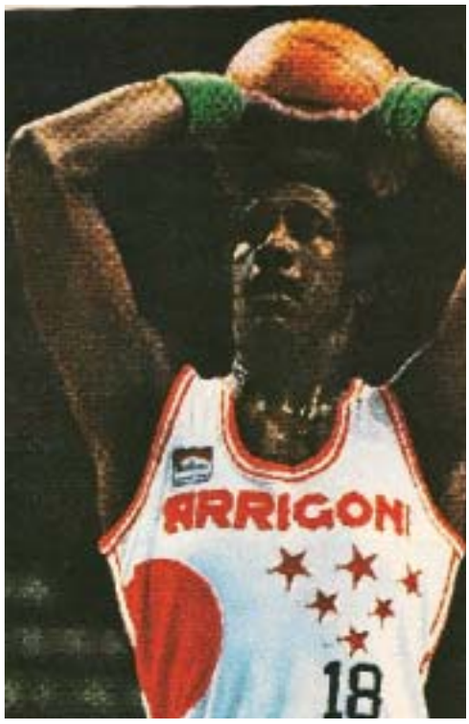
EDICOLANTE... PER SPORT

Stefano Meloccaro, da giornalista sportivo a co-conduttore de L'Edicola Fiore

di Luigi Capasso - foto: Carlo Mogiani.

Venerdì. Ore 17.00. Roma Nord. Circolo Due Ponti Sporting Club. Arriva puntualissimo il nostro personaggio per l'intervista pattuita.
"Eccomi...stavo scherzando con Rosario che è qua dietro sul campo 1, si sta allenando a tennis..."

Ma la storia non inizia da qui. Parte da Rieti e si ferma sulla Via Salaria. A pochi metri dalla Metropoli. Negli studi di Stream. Quando un giovane Stefano Meloccaro come ogni mattina percorre la statale per arrivare nella Capitale. Ma quel giorno... preme il pulsante della fermata a richiesta, scende da un vecchio Cotral e va a suonare al campanello dell'azienda leader della pay tv ."Vi serve un conduttore di sport...?" Meloccaro nasce e cresce professionalmente nella cittadina laziale. Collabora a tutte le testate reatine, radiofoniche e televisive, comincia a scrivere per i primi quotidiani nazionali, tra i quali Il Messaggero, non abbondanando mai la sua passione da sportivo praticante, il tennis. Tanto da diventare maestro istruttore della Federazione Italiana Tennis.
Ma a Rieti, si cresce a pane e basket. La palla a spicchi è come il buongiorno della mamma alle 7.30 di mattina, volente o nolente tutti ci passano. Anche Stefano è un buon giocatore, e affianca al tennis anche una onestissima carriera nelle giovanili della Sebastiani. Tutto questo lo condurrà ad una Laurea in Scienze Motorie che si rivelerà molto utile per la sua professione futura.
La passione per il basket rimane integra ed intatta ed è per questo che alla classica domanda quale fosse il miglior sportivo di sempre, Stefano risponde un nome da "addetti ai lavori": "Per quelli della mia generazione, non può che essere Willy Sojourner, il più grande che abbia calcato il parquet del Palaloniano ed indossato la maglia amarantoceleste." Tanto grande che ora il celeberrimo palazzetto della città si chiama proprio PalaSojourner, in memoria del centro di Filadelfia deceduta in un tragico incidente sulla via Terminillese. E pensare che quando



“IL PIU’ GRANDE SPORTIVO? PER QUELLI DELLA MIA GENERAZIONE, NON PUO’ CHE ESSERE WILLY SOJOURNER, IL PIU’ GRANDE CHE ABBIA CALCATO IL PARQUET DEL PALALONIANO ED INDOSSATO LA MAGLIA AMARANTOCELESTE”

Stefano frequentava l'impianto sportivo, c'era anche un bambino che palleggiava a bordo campo apettando che il papà svestisse la tuta..."Me lo ricordo Kobe Bryant, giocava tutto il giorno e non restava un momento senza la palla sotto braccio. Si capiva che potesse diventare forte almeno come il papà, ma mai avremmo immaginato che sarebbe diventato uno dei più grandi nella storia...! Amo molto la mia città e sono orgoglioso che un simile fenomeno abbia mosso i primi passi vicino a casa mia. Qui amiamo anche molto l'atletica e non scordiamoci di Andrew Howe"
Gli impianti indoor del basket gli piacciono molto, ma Stefano vuole stare all'aria aperta. Gioca a tennis ininterrottamente. Diventa un buon giocatore e comincia la sua attività di maestro di tennis.

Il cast di Celebrity Master Chef che sarà in onda su SkyUno in primavera. A sinistra, la copertina del libro in uscita.

Alterna le prime esperienze in TV a qualche estate trascorsa nei villaggi turistici, è anche chitarrista e cantante, come si vede in certe performance targate Edicola Fiore. Affina le conoscenze sullo sport, che si riveleranno molto utili quando sarà il momento di condurre il salotto del tennis su SkySport al fianco di miti come Rino Tommasi e Gianni Clerici.
Entrato a Stream Tv, cominciano le prime trasmissioni di tennis, football australiano, calcio e sport estremi. Ma la sua prima trasmissione è sui viaggi sul canale tematico, Sport Travel. In breve tempo diventa un punto di riferimento degli speaker dell'attuale Sky Sport: "E' chiaro che è stata una bella soddisfazione entrare a far parte del mondo di SKY SPORT e firmare trasmissioni e conduzioni in studio. Partire da Rieti, dove ho vissuto fino ad un anno fa, ed arrivare nei palazzi di vetro di Rogoredo è stato un lungo viaggio. Sia dal punto di vista metaforico che reale...". Eppure questo bellissimo capitolo a Sky Italia sembra non conoscere fine...E' un'estate in Sardegna ad essere galeotta e a farlo incontrare con un certo Rosario Fiorello..."Nei villaggi turistici c'eravamo sempre sfiorati. Lui arrivava ed io partivo e viceversa. Ma sull'isola siamo diventati amici e quello che sembrava un gioco è divenuto realtà. Ancora non mi capacito di essere il co-conduttore de L'Edicola Fiore. Sono stato per anni il suo primo fan, è da un certo punto di vista lo sono ancora oggi. Come tutti i nostri compagni di avventura, certo: personaggi che realmente frequentano bar ed edicola a quell'ora. La maggior parte di loro (Rosario compreso) si alzano comunque alle 5, e dunque non hanno alcun problema. Io e gli autori dormiremmo volentieri qualche minuto in più, ma poi il divertimento è tale che il momento della sveglia te lo scordi subito. Il lavoro di scrittura e montaggio della puntata termina verso le 13. Pranzo, un po' di sport, figlio da prendere a scuola e pomeriggio dedicato a lui. Alle 20.30 famiglia riunita davanti al televisore per la versione serale dell'Edicola. Cerco di non perdermi mai i titoli di coda. Faccio ancora fatica ad abituarmi a quella scritta: "condotta da: Rosario Fiorello e Stefano Meloccaro". L'entusiasmo è tale che la curiosità nasce spontanea. Con Fiorello ci potranno essere altri programmi insieme? "Fammi godere questo momento, senza pensare a nulla... Diciamo che comunque vada sarà un successo. Io sono pronto a tornare a vestire i panni del giornalista sportivo, e so bene che il mio lavoro è quello. Ma siccome non mi sono mai posto limiti, certo non inizierò adesso. Dunque, se dovessero arrivare ancora opportunità così belle, saremo a disposizione del Mister. Si dice così nel calcio, no...? Intanto terminiamo questa Edicola il 16 dicembre, poi vedremo.
L'amore di Stefano Meloccaro per lo sport e lo spettacolo - è anche speaker radiofonico per m2o dove conduce Bom Dia il sabato mattina alle 10 - è tale che probabilmente saremmo rimasti a parlare fino a tarda notte, ma c'è un impegno molto più importante. Suo figlio ha appena finito la lezione di tennis ed urge andarlo a prendere...

SONO FINALMENTE SBARCATI IN ITALIA

I BISCOTTI PIÙ FAMOSI D'AUSTRALIA!

NON PERDERE TEMPO A CERCARLI IN GIRO . . .

LI TROVI SOLO SU

WWW.TIMTAMSLAM.IT

Il miglior tennista italiano di sempre in un'intervista a tutto tondo: gli esordi, le vittorie, i rimpianti e il sogno di tornare a Wimbledon accolto da campione.

di Giuliano Giulianini e Marco Oddino - Foto: archivio FIT e Roberto Tomassetti

NICOLA PIETRANGELI

IL NUMERO UNO

Tre titoli a Parigi tra singolare e doppio; una Coppa Davis da capitano; un bronzo olimpico; 48 tornei vinti e il miglior ranking di sempre per un italiano: numero 3 del mondo. Incontriamo Nicola Pietrangeli con timore reverenziale, in considerazione dell'età e soprattutto della caratura del personaggio. Invece ci ritroviamo a conversare amabilmente con un uomo mordace, divertente e battagliero: di carattere, come quando giocava.

Lei ha una storia familiare molto interessante: nato a Tunisi nel 1933 da madre russa e padre italiano.

La famiglia di mia madre scappò dalla Russia durante la rivoluzione dopo la caduta della famiglia imperiale. Dopo una vera odissea, padre, madre, tre figlie, un figlio e una bambinaia, nessuno dei quali parlava una parola di francese, arrivarono nel 1919 a Tunisi. Mio nonno era andato in Tunisia a fine '800. Faceva il muratore; poi comprò una carriola... due carriole... i muli, i cavalli, poi dei palazzi e alla fine aveva costruito mezza Tunisi.

La sua famiglia dunque ha subito due esodi: dalla Russia nel 1917, e dalla Tunisia dopo la se-

conda guerra mondiale.
Quella di mia madre, si, due volte.
Quali sono i suoi ricordi d'infanzia in Tunisia?
Ricordo che mio padre era l'unico ad avere la macchina da corsa, americana. Era molto benestante, ma tutto andò perso. Fu espulso perché cacciarono i ricchi professionisti per requisire loro tutto. Passò più di un anno in campo di concentramento con due fratelli, e poi li mandarono via. Anche io e mia madre fummo espulsi: passammo la notte di Natale del 1946 su una nave di "quarta classe" diretta da Tunisi a Marsiglia.
Fu in quel periodo che lei scelse tra la cittadinanza italiana e francese?
No. Scelsi a 18 anni (nel 1951, ndr.): ero già qui a Roma, dall'età di 13 anni (1946, ndr.). Avevo studiato in Francia fino al liceo e quando arrivai a Roma non sapevo una parola d'italiano, per tutti ero "er Francia".
Quando incontrò il tennis?
Fino a 18 anni giocavo meglio a pallone che a tennis. Mio padre conosceva il grande Giovannino Palmieri (campione italiano degli anni '30, ndr.) e gli disse che anche io giocavo a tennis. Il figlio Alberto era già nazionale juniores e quando ci giocai persi soltanto 7-5 al terzo set. Andai così al Parioli, che allora confinava col campo della Rondinella dove si allenavano i ragazzi della Lazio. Un giorno mi affacciai al muro divisorio e vidi la leva dei ragazzi della Lazio. Scavalcai e parlai col "signor Picchio" che mi chiese: "In che ruolo giochi?", risposi: "Centravanti". Mi fece provare e in una decina di minuti segnai 3 o 4 gol. Mi fece firmare e credo di essere ancora tesserato per la Lazio perché all'epoca si firmava il cartellino a vita.
Ovviamente è ancora tifoso della Lazio.
Odio il "tifoso". Sono simpatizzante. L'italiano non è sportivo ma tifoso: non gli piace ma è la verità. Il tifoso vuole che la sua squadra vinca in tutti i modi; lo sportivo è un'altra persona.
C'è, o c'è stata anche nel tennis questa distinzione?
Si, uguale. Ai ragazzi dico sempre: intanto imparate a perdere perché a vincere son capaci tutti. Nello sport, come nella vita, non si può pensare di vincere sempre, quindi: cerca di perdere bene. Per questo non ho avuto grandi rapporti col pubblico romano: prendevo la sconfitta come parte del gioco.
Secondo lei è per questo che da decenni non abbiamo grandi campioni italiani nel tennis?
No. Quella è questione di fortuna. Il campione non si fabbrica. Serve la fortuna che nasca in Italia un ragazzino predestinato a fare quella cosa, e che i genitori, o un maestro se ne accorgano. Non è possibile forgiarlo.
Però è abbastanza singolare che da circa 50 anni non ci sia stato un solo tennista, uomo, che si sia neanche avvicinato ai risultati suoi e di Panatta.
La Svizzera non aveva mai avuto un giocatore di tennis "vero"... di colpo ha avuto Federer e Wawrinka. La cicogna ha sorvolato Basilea e ha portato Federer. Se avesse fatto qualche chilometro in più si sarebbe chiamato Federelli. Americani e Australiani che hanno dominato il tennis per una vita, ora stanno messi male. Quindi noi siamo come gli altri: prima o poi verrà fuori. E' la cicogna.

Visto però che un paio di campioni li abbiamo avuti anche noi, parliamo di trionfi. Nel '59 e nel '60, lei vinse due volte consecutive a Parigi...
... e persi due finali: è importante (1961 e 62, ndr.).
E' vero che non si diede particolare risalto a quelle vittorie? Ancora oggi se ne parla poco.
Pensi che la seconda vittoria di Parigi finì nella rubrica "Notizie in breve" del Corriere della Sera: "L'italiano Nicola Pietrangeli vince per la seconda volta consecutiva il torneo di Parigi".
Perché?
Era tutto come oggi: l'italiano mangia pane, spaghetti e calcio.
Quella era l'epoca del dilettantismo, opposto al professionismo, e proprio in quel 1960 della seconda vittoria a Parigi si giocarono le Olimpiadi a Roma. C'è un aneddoto riguardo alla sua possibile partecipazione a un team di professionisti guidato da Jack Kramer. Ci racconta come andò?
Mi corteggiò a lungo. All'epoca era l'unico modo per fare soldi e anche un grande onore: quando ti chiamava Kramer voleva dire essere arrivato al top. Venne a Roma Tony Trabert, altro grandissimo campione e braccio destro di Kramer. Venne a colazione al Circolo Canottieri Roma e io gli firmai, per fortuna, non un vero contratto ma una specie di compromesso, sulla carta del circolo. Lui mi diede un assegno di 5 mila dollari. Avrei dovuto guadagnare 20 mila dollari giocando almeno 200 partite in un anno. Poi però calcolai che avrebbe significato giocare praticamente tutti i giorni e quindi fermai tutto, con l'intesa di riparlarne il giorno dopo. Nel pomeriggio andai a vedere l'inaugurazione delle Olimpiadi... non so... molta gente non ci credette allora e non ci crede ancora oggi: tra la sfilata e le bandiere, io mi commossi, presi l'assegno e lo strappai.
In nome del dilettantismo?

Non avrei potuto più giocare a Parigi, né a Wimbledon, né a Roma, né in Coppa Davis. Sareri stato una specie di intruso, perché i giocatori professionisti non potevano neanche allenarsi nei campi principali: dovevano farlo su campi periferici. Questo mi spaventò. Non so che cosa mi prese. Questo successe a settembre, quell'inverno andammo a giocare la finale della Coppa Davis in Australia. Di nuovo Kramer, che era li per una tournée venne da me e mi disse: "Ti voglio far diventare ricco". Gli dissi che non me la sentivo e rifiutati un'altra volta. Lui fu molto corretto, perché forse poteva farmi causa. In seguito, ogni volta che lo incontravo, mi diceva: "Non hai voluto diventare ricco".
Lei continuò da dilettante, tanto che, ancora oggi, ha il record di presenze in Coppa Davis: 164.
E' imbattibile quel record, anche perché sono cambiati i regolamenti: si giocava di più. Giocavamo quattro o cinque incontri solo in Europa, moltiplicato per tre partite a incontro fanno quindici partite all'anno, per quasi vent'anni. L'esordio lo feci a Madrid, a incontro già vinto sul 3-0 per noi. Il vero

esordio fu l'anno seguente in doppio. In coppia con Sirola vincemmo 34 incontri di doppio consecutivi. I singolaristi erano Gardini e Merlo; io e Sirola eravamo subentrati a Cucelli e Del Bello. Poi Gardini smise per cinque anni e io subentrai al suo posto come singolarista.

La Coppa Davis la vinse infine da capitano non giocatore. Se ne sono dette tante sulla finale in Cile del '76, sulle pressioni politiche e sociali per non andare a giocare contro il Cile di Pinochet. Che rapporti ha?

Se ne sono dette anche troppe. Quest'anno sono quarant'anni. Le sconfitte sono tutte orfane, le vittorie hanno un sacco di genitori. Il merito sportivo va solo ai giocatori, perché hanno giocato loro. Ma non voglio dividere con nessuno il merito di averli portati là. Oggi son tutti bravi a dire che hanno fatto e detto questo e quello. Io ricevetti due minacce di morte.

La vittoria cancellò tutto?

No. Siamo tornati di nascosto, pensi: con la Coppa Davis! All'arrivo c'erano solo i familiari e il Presidente della Federazione. Abbiamo passato tre giorni a Rio, ad aspettare. Siamo tornati come se l'avessimo rubata quella coppa. Fu un episodio vergognoso.

In Cile come andò?

Fu bellissimo. Fummo trattati come pascià. Tutti gentilissimi. Albergo stupendo. Sembrava di giocare in Italia. Fecero un tifo sfrenato per la loro squadra, giustamente, ma nel momento che vincemmo sembrò avessero fatto il tifo per noi. Si misero a gridare "vuelta! vuelta! vuelta!", e ci fecero fare il giro di campo che faceva soltanto la squadra cilena.

Suo padre fu rappresentante per l'Italia della Lacoste. Che ricordi aveva, ed ha, con il mondo del merchandising?

Vedeva i giocatori italiani giocare anche con le magliette bucate. Siccome conosceva Lacoste, andò a Parigi. Lacoste gli disse "Prenditela". Cominciò a venderla dentro casa. Poi la Lacoste cominciò a piacere. I negozianti venivano sotto casa per farsi dare le magliette, perché erano quelle che tutti volevano. Nell'anno migliore riuscì a vendere 280 mila magliette.

Lei ha il raro onore di avere, mentre è ancora in vita, uno stadio intitolato a suo nome: il centrale del tennis al Foro Italico. Che emozione prova quando ci entra?

Ogni tanto ci penso. Non è questione di tennis: non c'è una strada, una fontana, un palazzo, che porti il nome di uno ancora vivo. Anche questo però dovrebbe rendere fiera l'Italia, ma non frega niente a nessuno. Se fosse stato fatto per un calciatore... Non ce l'ho con i calciatori. Prima parlavamo del fatto che avrei potuto diventare francese... in questo caso mi avrebbero trattato meglio.

Qualche giorno fa, per scherzare con gli amici, ho indossato le mie "decorazioni", come un generale: sono stato il più giovane commendatore d'Italia; la medaglia d'oro al valore sportivo; la medaglia di bronzo presa a Wimbledon del valore di 25 sterline (quest'anno il premio era 750 mila euro); le due coppette alte 15 cm prese a Parigi: la gente non crede che siano i trofei per la vittoria del Roland Garros. Il mio premio in denaro fu 150 euro; quest'anno 2 milioni e mezzo.

Le faccio una domanda cattiva: farebbe a cambio con tutto il pacchetto? Soldi, fama, celebrità, le coppe più grandi; in cambio di quell'epoca, quella vita, quei rapporti personali?

E' una buona domanda. Dovrei dire di no. Ma poi leggo che hanno stimato la fortuna del signor Federer in 750 milioni di euro, a 33 anni. Con 750 milioni a 83 anni ci fai la birra; ma a 33 la cosa è un po' diversa. Sarebbe stupido da parte mia dire che non farei a cambio. Quando noi giocavamo tornei minori, ma comunque internazionali, con giocatori forti, come Viareggio ad esempio, io chiudevo la Capannina alle 5 del mattino, perché il giorno dopo la differenza tra primo e secondo premio era tra 25 e 15 mila lire. Oggi vale veramente la pena di sacrificarsi al massimo, perché quando giochi una finale e la differenza tra vincere e perdere è un milione e mezzo euro. Prima era tutto un divertimento. Ecco perché uscivo la sera con l'avversario. Quando mi chiedono come avrei giocato oggi rispondo che non lo so. Oggi tirano queste bombarde, molto grazie alla racchetta, ma sicuramente grazie anche alla preparazione atletica dei giocatori. Questi saranno bravi ma prima, se non sapevi giocare a tennis, non potevi giocare a tennis: la palla la dovevi prendere in mezzo alla racchetta altrimenti niente.

Qual era il suo sogno quando giocava? E qual è ora?

Vincere Wimbledon, e avrei potuto farlo. Non lo dico per fare il gradasso: persi 6-4 al quinto da Laver (semifinale 1960, ndr.). Quasi sicuramente avrei vinto con Fraser in finale. Lui venne da me e mi disse: "Non ti arrabbiare ma so di aver vinto Wimbledon perché con Laver non perdo". Vinse effettivamente Fraser, che batté Laver anche in America subito dopo. Poi andammo in Australia per giocare la finale di Coppa Davis dove io persi da Laver e battei Fraser. Ho tutti i premi possibili e immaginabili, ma vorrei diventare socio di Wimbledon, e nessuno mi da una mano. Sono due anni che non ci vado perché tutti i miei amici vincitori di Wimbledon rimasti, vanno in tribuna nord che dicono sia riservata solo ai vincitori, ma non è vero. Io resto in tribuna sud, da solo, e allora non ci vado.

Leggi l'intervista integrale su sportclubonline.it

#tennis

LARGO AI GIOVANI
IL TENNIS DEL FUTURO

Cosa succede al tennis? Pochi giovani sembra, o almeno pochi giovani abbastanza promettenti. E non è un problema solo italiano.

di Fabio Sieni

Nel mondo

A 19 anni Rafael Nadal vinceva il suo primo Roland Garros, Federer a 22 il primo Wimbledon. Novak Djokovic a 21 anni vinceva l'Australian Open. E dei tennisti under 21 di oggi non si sente parlare per niente. Nessun nome associabile ad un trofeo degno di nota. Un paragone impietoso con quelle che sembravano già star destinate ad un futuro di vittorie.

In Italia

A livello femminile c'è il vuoto assoluto, dimostrato dall'assenza di tenniste azzurre nelle qualificazioni degli Slam. A livello maschile, fortunatamente, abbiamo qualche chance. Donati è vicino ai primi 200 mentre Sonego, Napolitano e Quinzi orbitano addirittura attorno la 300esima posizione. Il paragone con i coetanei internazionali, sfortunatamente, è impietoso.

Risultati

Napolitano quest'anno ha raggiunto la semifinale ad Ostrava partendo dalle qualificazioni e dalla finale a Todi. Sonego da inizio anno ha scalato ben 70 posizioni in classifica. Di certo il tennis italiano non troverà per quest'annata un top50 e magari nemmeno un top100. Ma questi ragazzi hanno già dimostrato di avere ampi margini di miglioramento.

Impegno e dedizione

Perché non abbiamo nessuno nella top 100? Una sola parola; sacrificio. La carriera del tennista lo impone. Un quindicenne che sta facendo gavetta si trova a dover affrontare lunghe trasferte, spesso all'estero, per giocare i campionati e le coppe. E in più ci deve essere l'allenamento costante. Uno sport che diventa una sorta di vocazione, che non lascia spazio ad altro condizionando la propria vita in modo totalizzante. E per sacrificare l'intera adolescenza in questo modo, serve davvero una forza straordinaria. Non tutti ce l'hanno.

Talento

Problema è che spesso queste promesse mollano troppo presto. Quello che serve è stare vicino a questi giovani, motivarli e spingerli a non mollare e a scegliere questa carriera così difficile eppure così colma di soddisfazioni. C'è una risorsa inesauribile di talento, e bisogna lottare adesso perché non vada sprecata in futuro.

via Riccardo Billi, 11
(Ikea Anagnina)
00173 Roma
Tel. **06.72.67.13.03**

via Cornelia, 493
c/o S.C. Forum
00166 Roma
Tel. **06.61.52.20.41**

Ritaglia il coupon per avere lo **sconto**

Presentando questo **buono coupon** nei nostri punti vendita, avrete diritto ad uno sconto del

10%

Offerta valida fino al 31 dicembre 2016

DUE PONTI
SPORTING CLUB
DUE PONTI
RISTORANTE • BAR

DUE PONTI
È SINONIMO DI PASSIONE
E MATERIE PRIME
DI ALTISSIMA QUALITÀ.

• SELEZIONE DI CARNI MARCHIGIANE
100%

COLDIRETTI
USIAMO ESCLUSIVAMTE OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA DELLA COLDIRETTE A MARCHIO SABINA DOP •

• SELEZIONE DI VERDURE A KMO
KMO

BUFFET PRANZO

Lunedì – Venerdì 10 € adulti
Sabato - Domenica: 15 € adulti, 10 € bambini (3-10 anni)
Aperto tutte le sere a cena con menù alla carta.
Chiuso Domenica sera.

+39 06 69367313
ristorante@dueponti.eu
www.dueponti.eu

SCANSIONA IL QR CODE E VISUALIZZA IL MENU

#ristoranteduepontiO VAI AL SEGUENTE LINK:
www.dueponti.eu/il-club/ristorante

UN DERBY SOGNATO PER

Dal quartiere della Montagnola alla sfida con la Virtus Roma. Eurobasket, una bella storia di pallacanestro

di Donatello Viggiano - foto: Giulio Tiberi e Ciamillo / Masi

La partita di ieri, almeno per ora, chiude un cerchio ed elimina del tutto delle distanze che sembravano inavvicinabili, per non dire impensabili, fino a qualche stagione fa. Una in Eurolega, l'altra in D sei anni fa, difficilmente avremmo pensato che Virtus ed Eurobasket si sarebbero trovate di fronte un giorno l'una contro l'altra, ma le diverse ambizioni progettuali ed i risultati del campo hanno generato un derby che a Roma mancava da trentaquattro anni. Più Hellas - Chievo che Roma - Lazio vista l'estrazione di quartiere di una delle contendenti, ma in assenza di una squadra protagonista nella massima serie, la stracittadina, impreziosita dalla diretta televisiva, almeno per un giorno ha contribuito a riaccendere la passione mai sopita della Capitale a spicchi. L'ha vinta l'Eurobasket, la matricola che viene da lontano, che un presidente "pazzo" ma dall'entusiasmo contagioso ha saputo trascinare dai campi di periferia fino al basket nazionale, ma i 2700 spettatori accorsi al palazzetto alle 14.15 di una domenica soleggiata come fosse già primavera rendono merito allo sforzo di entrambe le società, ammirevoli nella reciproca disponibilità e collaborazione dimostrata nell'organizzazione dell'evento.

Già, perché pur con in palio due punti come in ogni altra giornata di campionato, che l'attesa fosse particolare, pur per diversi motivi, su entrambi i fronti, era palpabile da settimane ed è scoppiata in maniera fragorosa proprio negli ultimi giorni precedenti al derby. Che vale, sempre almeno per adesso, l'aggancio in classifica a quota 8, il sorpasso negli scontri diretti e anche la platonica supremazia cittadina, ma soprattutto un bello spot per una società unica nel suo genere in tutto il panorama nazionale. In sette anni dalla D alla A2, vincendo i campionati sul campo uno alla volta e sempre nel segno dei suoi giovani, l'Eurobasket del presidente Buonamici non ha perso di vista le sue origini neanche nel primo contatto professionistico con i giocatori americani. I quali, anzi, si sono perfettamente calati nel ruolo non solo di grande attrazione fuori dal parquet, ma di autentici trascinatori in una sfida che tutti avrebbero voluto vincere e che rende tanto bello ed emozionante, quanto ancor più beffardo uno sport che non ammette pareggi e alla fine deve per forza sempre scontentare qualcuno. Non, però, gli oltre 350 tifosi, tutti rigorosamente

ANNI

con un'inconfodibile maglietta addosso, giunti dal quadrante Eur della città e pronti a rinunciare al pranzo della domenica pur di non far mancare il supporto ai propri beniamini in quella che è stata una trasferta a tutti gli effetti, nonostante i pochi chilometri che li separassero da quella che di solito, una volta ogni quindici giorni, è la propria casa.

Non loro, dicevamo, perchè dopo aver risposto con maturità ed ironia, a dispetto di una carta d'identità tanto giovane che forse alcuni non la possiedono nemmeno, a qualche coro che stona non poco col clima di grande correttezza sul parquet come sugli spalti, devono soffrire per quaranta minuti senza smettere un attimo di cantare, ma poi possono liberare la loro irrefrenabile gioia al suono della sirena che regala non solo la vittoria, ma una gioia che resterà scolpita nelle menti e nei ricordi di ognuno di essi. Gli idoli? Easley e Deloach, certo. Righetti e Malaventura, ovviamente. Stanic e Petrucci, tra gli artefici della promozione, o il lunghissimo Vangelov. Ma più di tutti, e ne siamo certi, Fanti e Bonessio. O meglio "Eu" e "Bonny", cuori di Roma e facce semplici e genuine. Simboli ed icone di una squadra venuta da lontano, che ha saputo scommettere sui suoi giovani così come hanno fatto con lei, senza la paura ed il minimo dubbio che potessero non farcela e pagare uno scotto troppo ampio. O quella grande responsabilità che la tua maglia addosso e i tuoi tifosi in tribuna ti "impongono", nella paura di non essere delusi proprio dai giocatori che sognano un domani di emulare. Perchè, e siamo pronti a scommetterlo, nulla c'è di più bello e affascinante che giocare nella squadra in cui si è cresciuti e portarla più in alto possibile, senza mettere freno ai sogni più profondi che solo un bambino che prende per la prima volta un pallone tra le mani può disegnare. E' toccato ad "Eu" e "Bonny", che questa sfida e questa stupenda favola potranno raccontarla quando, magari, saranno loro in tribuna a tifare per qualcuno che ieri cantava per loro e si troverà, un domani, ad ereditarne la maglia ed il sudore sul parquet. A patto di divertirsi e non avere paura. Di trasformare la tensione in una scossa adrenalinica. Di essere pronti non solo a fare tante piccole cose utili per la squadra e difendere sui migliori uomini avversari, ma anche a prendersi la scena e segnare i canestri più importanti. Come nel sogno di un bambino che a volte può diventare realtà.

ESERCITO ITALIANO

CON IL NUOV
SPLENDE UNA

Presentato nel novembre del 2015, oggi il nuovo marchio dell'Esercito Italiano è pronto per "uscire allo scoperto". "Le attività di marketing per promuovere il brand saranno molte e non solo legate al marchio...." è la promessa del Colonnello Elio Babbo, Capo Ufficio Marketing e Regolamenti dello Stato Maggiore dell'Esercito Italiano.

di Marco Oddino

Colonnello, è stato finalmente lanciato il nuovo marchio dell'Esercito Italiano, potrebbe dirci qualcosa di più sulle ragioni di questa evoluzione?

L'Esercito ha dato da tempo il via a un processo di "rinnovamento" del brand, che ha investito diversi pilastri dell'Istituzione. Parallelamente alla continua revisione dello strumento militare per innalzarne il livello qualitativo, renderlo tecnologicamente all'avanguardia e pronto alle sfide future sulla sicurezza, l'Esercito ha naturalmente concepito un re-branding anche degli aspetti visivi, finora connotati da una consistente eterogeneità. Come si può immaginare l'adozione di un nuovo marchio rappresenta una delle tappe di un processo complesso e articolato, soprattutto per una Istituzione che persegue obiettivi concreti di efficacia ed efficienza e che, soprattutto, si fonda su valori dalla forte portata etica e quindi, per definizione, intangibili.

Questo recente interesse per aspetti salienti della nostra corporate identity scaturisce da numerose esigenze commerciali, di marketing o prettamente comunicative. L'orientamento alla valorizzazione del brand agevola il confronto con nuove e stimolanti sfide, tra le quali quelle che vedranno l'Esercito dare nuovo impulso ai processi di merchandising e quelle che, in un momento di profonda riorganizzazione dello strumento militare, rendono necessario focalizzare l'attenzione sui processi di identificazione e condivisione dei valori. Alla corporate identity è strettamente legata l'architettura comunicativa della Forza Armata compresa quella attinente all'immagine visiva in tutte le sue articolazioni. Da qui l'interesse a rivedere l'approccio generale verso la comunicazione visiva, rendendola coerente con l'identità istituzionale, partendo dal segno più evidente, l'anello tra l'essere e l'apparire della secolare istituzione: il nostro marchio.

Entriamo nei particolari. Il marchio così come concepito, cosa rappresenta e quali valori trasmette al pubblico?

Il nuovo marchio della Forza Armata, composto da una stella a 5 punte e dalla scritta "Esercito", è stato presentato alla stampa lo scorso novembre volendo sottolineare così una tappa importante del percorso di rinnovamento della nostra identità visiva.

La stella a cinque punte, che per la cultura emblematica e figurativa rappresenta l'Uomo e la sua evoluzione, vuol essere un messaggio chiaro, di forte impatto emozionale, perché la stella illumina, guida ed è universalmente riconosciuta come portatrice di quei valori e di quegli ideali che sono saldamente alla base dell'etica militare. Avevamo deciso da tempo di rivolgerci al pubblico con una veste "visiva" nuova, ma soprattutto innovativa, in grado di coniugare in un unico simbolo tutti quegli elementi capaci di trasmettere la solidità della Forza Armata e, al contempo, la vicinanza alla popolazione. Abbiamo ritenuto che l'immagine del nuovo marchio dovesse avere coerenza con la nostra storia, con le nostre radici. Si è così pensato di sostituire il vecchio "EI ESERCITO", con la stella a cinque punte

O MARCHIO
A STELLA

ESERCITO
noi ci siamo sempre

per esprimere il connubio passato-presente con una proiezione al futuro. Storicamente le stellette furono introdotte nel 1871 per gli Ufficiali di Fanteria in un secondo tempo, allargate alle altre specializzazioni e successivamente affidate ad ogni soldato senza distinzione di grado. Perché è la componente umana l'imprescindibile risorsa e protagonista di tutte le attività svolte sia in Patria sia all'estero, così come recita il pay-off dell'Esercito: "Noi ci siamo sempre".
Al riguardo preciso inoltre che, elusivamente per le attività di merchandising si vedrà associato il marchio all'anno 1659, data che riporta alle più antiche origini dell'Esercito. Pur essendo infatti nato il 4 maggio 1861 a Torino quando, il Ministro della Guerra Manfredo Fanti, con un provvedimento, decretò il passaggio dal Regio Esercito all'Esercito Italiano abolendo l'antica denominazione di Armata Sarda, la storia dell'Esercito ha radici molto più lontane. Il 18 aprile 1659 il duca Carlo Emanuele II di Savoia, volendo disporre di militari addestrati e pronti all'impiego, indisse un bando per il reclutamento di 1.200 uomini da inquadrare in un Reggimento detto "delle Guardie". Questo evento segnò il passaggio dalle milizie di ventura alle unità permanenti, organismi propri dello Stato. Il Reggimento "delle Guardie" fu il primo reparto permanente d'Europa, precursore dell'attuale Esercito di professionisti.

Quali sono le azioni che l'Ufficio Marketing e Regolamenti dell'Esercito attua per valorizzare il brand e per migliorare la percezione dell'Istituzione da parte dei cittadini?

Le attività che l'Ufficio predispone sono inserite nel più ampio contesto della comunicazione integrata dell'Esercito. In particolare l'Ufficio presiede agli aspetti del merchandising, della sponsorship, dell'identità visiva, del marketing relazionale, della pubblicità e degli eventi promozionali, sia organizzati dell'Esercito, sia promossi da società terze. La policy comunicativa della Forza Armata attribuisce grande importanza a queste attività in quanto consentono un contatto con il pubblico, cioè con i cittadini, contribuendo a diffondere la conoscenza della nostra organizzazione e dei valori alla base del servizio che i nostri uomini e le nostre donne rendono al paese. Inoltre l'Ufficio provvede alla realizzazione del CalendEsercito, un'opera editoriale concepita per fini istituzionali ma ormai diffusa e commercializzata al pubblico con sempre crescente successo, e alla produzione di contenuti video-fotografici per il sito internet di Forza Armata e per i media nazionali e locali.

Gestirete in casa le attività di merchandising o vi rivolgerete a dei partner per le diverse licenze e settori merceologici?

Per il merchandising è necessario distinguere due diversi aspetti, quello relativo all'analisi di mercato e quello della contrattualizzazione.
Relativamente al primo aspetto la Forza Armata e in particolare l'Ufficio Marketing e Regolamenti, effettua valutazioni preliminari e analisi di mercato, analizzando le opzioni di posizionamento di nuovi prodotti e la fattibilità commerciale. Successivamente per le attività di contrattualizzazione con società terze, l'Esercito si avvale di una società in house del Ministero della Difesa, la Difesa Servizi S.p.A., istituita nel 2009 e concepita per valorizzare gli asset del comparto Difesa. Questa società si occupa, tra l'altro, della gestione e della valorizzazione del marchio, delle denominazioni, degli stemmi, degli emblemi e dei segni distintivi dell'Esercito Italiano e della altre Forze Armate. La crescente proficua collaborazione tra il nostro Ufficio e la Difesa Servizi S.p.A. ha visto il raggiungimento di rilevanti obiettivi economici. I volumi economici

...E' STATO PRESENTATO IL LUPETTO VITTORIO , LA MASCOTTE DELL'ESERCITO CON LA VOLONTA' DI COMUNICARE, ANCHE AI PIU' PICCOLI, I VALORI FONDAMENTALI DELLA CONVIVENZA DEMOCRATICA E DEL VIVERE COMUNE...

generati dal merchandising sono destinati al finanziamento di attività collaterali, liberando fondi di bilancio che possono essere impiegati per il core business dell'Esercito, ossia per l'approntamento di uno strumento operativo professionale in grado di garantire la sicurezza per i cittadini, in patria e fuori dai confini nazionali. In sostanza, la valorizzazione del brand, oltre a garantire il potenziamento dei settori merceologici presidiati dal merchandising e un profilo comunicativo di impatto, garantisce l'ulteriore vantaggio di essere un'attività rilevante per il conseguimento degli standard di efficienza finanziaria ed efficacia operativa indicati dal Dicastero Difesa.

Il 2016 è stato un anno importante per le diverse commemorazioni che vi hanno visto coinvolti. Potrebbe raccontaci brevemente che cosa avete organizzato sul territorio per portare la vostra storia e i vostri valori tra la gente?

Le iniziative commemorative per il Centenario della Grande Guerra hanno avuto inizio lo scorso anno e sono state condotte con l'intento di ricordare e approfondire uno dei momenti più importanti del nostro Paese che ha coinvolto tutti gli italiani e ha visto l'Esercito e i suoi soldati in prima linea per la difesa dell'Italia e la costruzione del senso di identità nazionale. Il terribile evento bellico, che ha profondamente segnato la vita del nostro giovane Paese, è stato il momento in cui, per la prima volta, il popolo italiano si è ritrovato unito sotto un'unica Bandiera ed ha costruito le fondamenta della propria italianità. Questo è stato il motivo ispiratore del progetto commemorativo "l'Esercito Marciava" dello scorso anno, legato a doppio filo alla proposta di quest'anno, "l'Esercito Combatte", entrambi condotti sotto la responsabilità dell'Ufficio Marketing e Regolamenti e in collaborazione con il Ministero dell'Istruzione, Università e Ricerca (MIUR) e le Associazioni Combattentistiche e d'Arma. In particolare, quest'anno, 11 delegazioni, composte da studenti e militari, partite da 11 diverse città, hanno percorso l'Italia per arrivare presso 11 Sacrari militari, rendendo omaggio ai caduti per la difesa della Patria.

Nelle 11 città di partenza delle delegazioni e presso la tappa finale in Padova, l'Esercito ha organizzato spettacoli teatrali e manifestazioni di piazza, con rivisitazioni di scene del 1916 con personale in uniforme storica, esposizioni di mezzi d'epoca e di assetti dell'Esercito contemporaneo.

Parallelamente, è stato promosso, in accordo con il MIUR, il concorso "La Grande Guerra a colori", con l'obiettivo di stimolare i giovani studenti a ricordare e raccontare attraverso il disegno eventi o situazioni legate alle Grande Guerra.

Anche in questi giorni, su tutto il territorio nazionale, sono in corso numerose iniziative per commemorare la Grande Guerra. Tra queste (tra le quali) "Ricorda l'Eroe", un progetto volto a considerare i legami tra l'Istituzione militare e le Istituzioni civili commemorando gli eroi della Grande Guerra e convegni tematici inerenti alla sanità militare e all'alimentazione.

Per il prossimo anno, il terzo dedicato alle commemorazioni, sono in cantiere alcune interessanti iniziative che prenderanno spunto dalla battaglia di Caporetto, ove l'Esercito resistette duramente agli attacchi avversari, attestandosi saldamente sul Piave per organizzare il successivo contrattacco finale. Non è ancora il momento di rivelazioni ma, certamente, l'Esercito sarà impegnato nell'organizzazione di coinvolgenti eventi di natura sportiva e promozionale, di convegni a connotazione storica, oltre che di vari spettacoli teatrali a tema.

Ci riporta qualche ulteriore novità di settore su cui state lavorando?

Nel corso dell'anno, proprio in occasione de "L'Esercito combatte" è stato presentato il lupetto "Vittorio", la mascotte dell'Esercito con la volontà di comunicare, anche ai più piccoli, i valori fondamentali della convivenza democratica e del vivere comune, piccole regole che però sono i pilastri su cui poggia il cittadino di domani. Al riguardo il progetto è in evoluzione e non faccio ulteriori anticipazioni, qualcosa di più ve lo potrò dire con il nuovo anno.

RANGE ROVER SPORT

TRA UN'AUTO PER L'OFF-ROAD E UN'AUTO PER FARTI NOTARE, SCEGLILE TUTTE E DUE.

ABOVE & BEYOND

RANGE ROVER SPORT BLACK & WHITE EDITION.

Range Rover Sport è tua in edizione limitata con Black & White Pack*: tetto panoramico a contrasto, cerchi in lega da 20", sedili in pelle e navigatore HDD a 70.600 euro.

Scopri i privilegi riservati ai Soci del Land Rover Club su club.landrover.it

ROLAND
Land Rover Village, G.R.A. uscita 33 km. 65, Roma
Viale del Caravaggio 39, Roma
06 816860
concierge.roland@landroverdealers.it
roland.landrover.it
SOLO SU VETTURE IN PRONTA CONSEGNA

*Range Rover Sport Black & White solo con motorizzazione 3.0 TDV6 249 CV, in edizione limitata fino ad esaurimento scorte.

Consumi Ciclo Combinato 6,9 l/100 km. Emissioni CO_2 182 g/km.
Scopri le soluzioni d'acquisto personalizzate di LAND ROVER FINANCIAL SERVICES. Land Rover consiglia Castrol Edge Professional.

VESPA ELETTRICA

UN SIMBOLO DEL PASSATO DIRETTAMENTE DAL FUTURO

La Vespa propose agli italiani uno nuovo modo di muoversi; divenne quasi un nuovo stile di vita, mostrato poi al mondo in film di successo come Vacanze romane e Caro diario. Ad oggi, forse uno dei made in Italy più esportati in assoluto.

di Fabio Sieni

L'idea della Piaggio

Ma un idolo del passato può incontrare un'idea per il futuro? Questo devono essersi chiesti alla Piaggio quando hanno pensato alla Vespa elettrica. Il mezzo di trasporto del futuro è, come suggerito da molte proiezioni, piccolo, ecologico, agile. Ed ecco che subito ci viene in mente la piccola Vespa con cui per generazioni gli italiani hanno sfidato il traffico cittadino, uscendone vincenti.

TRAZIONE INTEGRALE AWD JAGUAR

L'ISTINTO DEL CONTROLLO.

JAGUAR

Scopri la trazione integrale AWD Jaguar su XE.

Nelle performance più difficili, la tecnica è tutto.
Ma è l'istinto a fare la differenza.
Per questo abbiamo creato All Wheel Drive Jaguar.
In ogni istante, i sensori AWD Jaguar riconoscono la superficie
su cui stai guidando per adattarsi alle sue caratteristiche
e passare dalla trazione posteriore a quella integrale.
E darti le performance Jaguar, in ogni condizione.

**Fino al 31 dicembre, la trazione integrale
è allo stesso prezzo della posteriore.**

ROLAND Srl
Eur in Viale del Caravaggio, 39 - Roma
Land Rover Village sul G.R.A. uscita 33, km 65.126 - Roma
roland.jaguar.it - concierge.roland@jaguardealers.it
CHIAMA IL TUO NUMERO JAGUAR INFO 06.81.68.60

THE ART OF PERFORMANCE

Valori riferiti a Jaguar XE 2.0 D 180 CV AWD: Consumi Ciclo Combinato 4,7 l/km. Emissioni CO_2 125 g/km.
Scopri le soluzioni d'acquisto personalizzate di JAGUAR FINANCIAL SERVICES. Jaguar consiglia Castrol Edge Professional.

Macchine elettriche

Nel mondo il numero di auto elettriche è in continua crescita: ha raggiunto la cifra di 1,3 milioni, ma e stime prevedono di arrivare a 30 milioni entro il 2025. E il passaggio all'elettrico è obbligato visto i problemi crescenti derivanti dai motori a benzina o diesel. Perché col motore elettrico niente inquinamento acustico, niente rumore e niente petrolio.

Cosa ci dobbiamo aspettare?

Per prima cosa Vespa elettrica sarà un'autentica Vespa. Manterrà tutte le caratteristiche del mezzo che abbiamo conosciuto, e quindi stile, agilità, facilità di utilizzo e piacere di guida. Il tutto in un connubio con la migliore tecnologia dell'elettrico. Un misto quindi del mito e dell'attenzione all'ambiente.

Quando?

Il progetto, al momento, è alla fine della sua fase di sviluppo. Ma la Piaggio ha già annunciato che avremo la Vespa elettrica a metà 2017. Non resta che aspettare e vedere se, dopo 70 anni, il mito tornerà di nuovo sulle nostre strade.

RINNOVARSI, CREARE NON FERMARSI MAI

di Fabio Sieni

La parafarmacia è ormai un'istituzione al Forum Sport Center. Come fate a rinnovarvi e a rimanere sempre in prima linea?

Semplicemente non cullandosi sugli allori ma lavorando attivamente alla ricerca delle innovazioni e dei prodotti che offrano il miglior rapporto qualità/prezzo.

Si avvicina il Natale. Come vivono gli sportivi questa festività dal punto di vista alimentare? Quali sono i prodotti che hanno maggiore mercato in questo periodo?

Gli articoli da regalo sono sicuramente i più gettonati. E da parte nostra facciamo di tutto per rendere più piacevole la permanenza dei Soci al circolo, offrendo una vasta serie di articoli con confezioni regalo, in maniera tale che il socio non debba impazzire per la ricerca dei doni: il cliente viene e sceglie i regali, poi mentre lui si allena noi confezioniamo.

E cosa, invece, tu consiglieresti ad uno sportivo per una dieta corretta da tenere durante le festività?

Di non mollare la presa e continuare ad allenarsi cercando di contenere gli stravizi alimentari, pur senza privarsi di qualche piacevole peccato di gola. Insomma cercare un giusto equilibrio, come andrebbe fatto per tutte le cose.

Tu come concili un lavoro così totalizzante con la tua sete di sport?

L'idea di avviare un'attività al circolo nasce anche dalla passione sportiva. Un'attività commerciale assorbe gran parte del tempo della giornata ma la vicinanza con le strutture sportive consente di conciliare il tutto.

Ringraziamenti?

Desidero ringraziare nuovamente tutti i miei familiari per l'iniziale e continuo sostegno e l'amico Rocco Pizzi, presidente del network Pharmakey, per l'aiuto costante fornitomi nel gestire l'attività; nonché il Forum sport center per la fattiva collaborazione.

Via Cornelia 493 00166 Roma c/o Forum Sport Center
Orari 10 – 13,30 / 15,30 – 20,30
Tel. 066242801
Seguici su FB
alla pagina Parafarmacia del Forum

vueling
AIRLINES

IL TEMPO VOLA...
BRINDIAMO PER
QUESTO 2017

Celebrare insieme i trionfi,

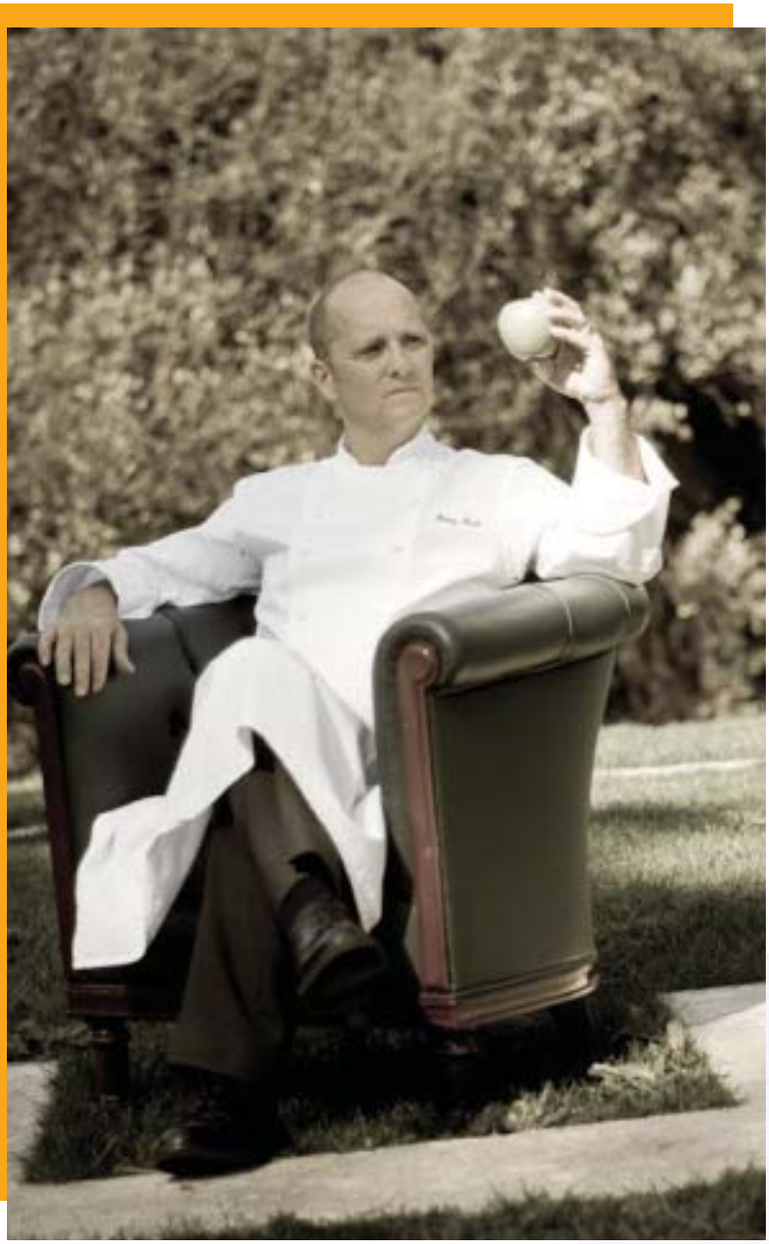
POSSIBLE by **vueling**

PRENOTA SU VUELING.COM, SULLA APP O IN AGENZIA VIAGGI

HEINZ BECK

COME SI DIVENTA UNO DEI MIGLIORI AL MONDO

di Fabio Sieni



Qual è stato il percorso che ti ha portato ad essere il grande professionista che sei oggi?
E' ovviamente iniziato con la scuola alberghiera. E' fondamentale studiare con grandi maestri. Il percorso deve cominciare imparando le tecniche di base e poi solo in un secondo momento si può passare ai piatti più complessi. Se non si ha una buona conoscenza delle tradizioni e delle tecniche si rischia di fare dei brutti errori.

Quale definiresti il momento fino ad ora più importante della tua carriera?
Spero non sia ancora arrivato!

Come sei riuscito a portare alla Pergola le tre Stelle Michelin?
Le tre stelle sono state tappe raggiunte con un percorso impegnativo e molto bello. Ovviamente un grandissimo lavoro, non solo di creatività ma anche di sostanza, in cui sono stato affiancato da un team di professionisti. Come in una squadra di calcio, serve sì un fuoriclasse in grado di fare gol, ma prima di tutto occorre un collettivo forte e funzionante che faccia girare la palla per mettere l'attaccante nelle condizioni di segnare. Allo stesso modo, lavoriamo ogni giorno per raggiungere l'obiettivo, che nel nostro caso è fare felici i clienti.

Cosa consiglieresti ad uno sportivo dal punto di vista alimentare?
La primissima cosa da consigliare ad ogni sportivo, secondo la mia opinione, è avere un allenatore competente, che abbia un occhio di riguardo anche alle condizioni fisiche future. Lo dico perché ho visto molti sportivi avere problemi fisici penalizzanti derivanti dall'allenamento seguito nel corso della carriera. L'allenamento deve cominciare in modo blando e salire gradualmente, in modo di permettere alla muscolatura di crescere, per poi fare una dieta indirizzata allo sport di riferimento. Non tutti gli sport hanno bisogno della stessa alimentazione, è fondamentale non sbagliare i diversi tipi di pietanze da abbinare e fare questa scelta con criterio aiuterà sicuramente a raggiungere risultati e a prevenire problemi fisici. Va inoltre considerato che mentre negli sport maggiori, come il calcio, c'è sempre un nutrizionista che prepara la dieta agli atleti, negli sport minori spesso si deve fare da sé. La scorsa estate è venuta da noi la campionessa olimpionica di judo Rosalba Forciniti, nell'ambito di un programma realizzato in vista delle Olimpiadi di Rio. E' una persona squisita, abbiamo cucinato assieme ed è stata davvero una bella esperienza.

Obiettivi futuri?
Abbiamo tantissimi obiettivi, ma è meglio sempre parlare a progetto finito perché tante volte esporsi prima di avere risultati significa fare una brutta figura se poi questi non arrivano. Specialmente quando si fanno progetti con più persone ci sono troppe variabili da considerare. L'esperienza mi ha portato a non parlare mai dei progetti se sono ancora a metà.

Cosa consiglieresti ai giovani che vorrebbero intraprendere la tua stessa carriera?
Prima di cominciare, consiglio di essere sicuro che questo mestiere sia ciò che si vuole veramente. Non dobbiamo dimenticare che la vita è lunga e a volte si pensa di aver scelto il lavoro ideale, poi arrivano le difficoltà e ci si rende conto che il lavoro non era come ci si aspettava. E ci si ritrova a ricominciare dall'inizio. Il lavoro è una cosa seria e deve essere portata avanti con professionalità. Io a qualsiasi giovane direi di fare un piccolo stage di qualche settimana per capire com'è veramente fare un determinato mestiere (non parlo in questo caso solo del mio). Una volta capito se è il lavoro che si vuole fare per tutta la vita, allora bisogna iniziare un severo percorso di studi e approfondimento, seguendo gli insegnanti più preparati.

Dott.ssa Simona Porcelli
Psicologa in clinica- psicologa giuridica e scolastica
Psicoterapeuta in Formazione
338.8086975
simonaporcelli@alice.it

ATTACCO DI PANICO: CHE COS'E'?

"Il nostro respiro diventa affannoso il cuore batte fortissimo, ci sembra di non riuscire a respirare. Abbiamo paura e dobbiamo fuggire da dove siamo. La nostra agitazione aumenta: perdiamo la lucidità e non riusciamo più a controllarci!".

Il primo pensiero che ha la persona che ha vissuto questo malessere è di avere un problema di origine medica, spesso un'anomalia cardiaca e cosi si incomincia a fare una serie di accertamenti medici, spesso anche ripetuti.
Si tende ad accettare più facilmente di avere un problema "corporeo" piuttosto che avere qualcosa di interiore, ossia di psicologico.
Spesse volte l'esclusione di un problema medico crea uno stato emotivo di imbarazzo, vergogna e rifiuto della natura del problema.
L'affanno, la paura, l'agitazione sono tutte sensazioni riconducibili all'attacco di panico e coinvolgono sia il corpo che la mente.
In realtà ha una durata di pochi secondi, ma chi lo subisce ha la sensazione che duri ore perché la mente si offusca e la paura lo sovrasta.
I sintomi fisici caratteristici sono:
-Palpitazioni o aumento della frequenza cardiaca
-Sudorazione eccessiva
-Tremori
-Sensazione di soffocamento
-Paura di morire
Sensazione di avere un peso sul petto
-Nausea e fastidi addominali.

Basta averlo provato una volta che la persona comincia a vivere con la costante paura che possa tornare... paura della paura.
L'individuo evita di uscire di casa modificando e soprattutto limitando completamente la propria vita.
Comincia pian piano ad evitare tutte quelle situazioni che possono costituire un'elemento scatenante l'attacco.
È importante dire che gli attacchi di panico sono dei segnali di allarme e in quanto tali vanno colti e accolti. Ci segnalano che qualcosa nella nostra vita non ci fa stare bene.
Possiamo considerarli come una comunicazione di cui ancora non conosciamo il significato: dobbiamo prenderci una pausa, un tempo per comprendere meglio che cosa c'è che ci sta creando un malessere e "risalire" alle sue origini.
In maniera costruttiva, il panico è un messaggio di arresto: ci sta dicendo di rallentare, di fermarci e riprendere il fiato: "Perché è successo in questo momento ? E che significato ha nella nostra vita?".
Ogni individuo è diverso dall'altro e per questo la spiegazione non potrà mai essere unica e valida per tutti, ma sarà riconducibile alla storia personale di ognuno di noi.

Cosa possiamo fare? Come possiamo aiutarci?
Per quanto appena detto, per capire il perché del malessere è necessario intraprendere una psicoterapia, ma in fase di attacco di panico, ci si può aiutare cercando di mantenere una respirazione regolare: inspirando con il naso ed espirando con la bocca alternando una respirazione profonda ad una normale.
E ancora, può essere utile concentrarsi su un pensiero piacevole e felice capace di generare in noi emozioni positive.
"Ci sono delle volte in cui ti ritrovi con la faccia a terra...ma ricorda sempre che non si tratta di una fine, è piuttosto l'opportunità di darti uno slancio e cominciare qualcosa di nuovo" (Anna Biason)

Riscalda | Illumina | Risparmia

Scegli Roma Gas & Power

Affidati al tuo partner ideale per risparmio, consulenza e gestione nel mondo dell'energia

ROMA GAS & POWER

Gas

Fissiamo il prezzo più basso secondo le quotazioni di mercato, garantendoti la stessa tariffa bloccata per 12 mesi.

Luce

Prezzo fisso, Monorario, Biorario o Indicizzato. Analizzeremo i tuoi consumi e le tue necessità per costruire con trasparenza e attenzione l'offerta giusta per te.

Efficienza Energetica

Scopri i vantaggi legati alla riqualificazione energetica. Con noi potrai tagliare i consumi e pagare a piccole rate in bolletta la riqualificazione del tuo immobile.

www.romagas.it

Affidati a noi e mettiti comodo

Sapremo garantirti un risparmio certo sulle attuali forniture di Gas ed Energia Elettrica. Con zero costi di attivazione e nessuna penalità in caso di recesso, una giovane squadra di professionisti saprà consigliarti e proporti le migliori tariffe in base ai tuoi attuali consumi.

Con noi avrai la possibilità di rateizzare direttamente in bolletta eventuali opere di efficientamento energetico che abbasseranno ulteriormente i tuoi consumi e riqualificheranno il tuo immobile. Su caldaie, condizionatori e illuminazione lavoriamo in partnership con le migliori aziende sul mercato.

NATALE NEL MONDO

Usi e costumi negli altri paesi

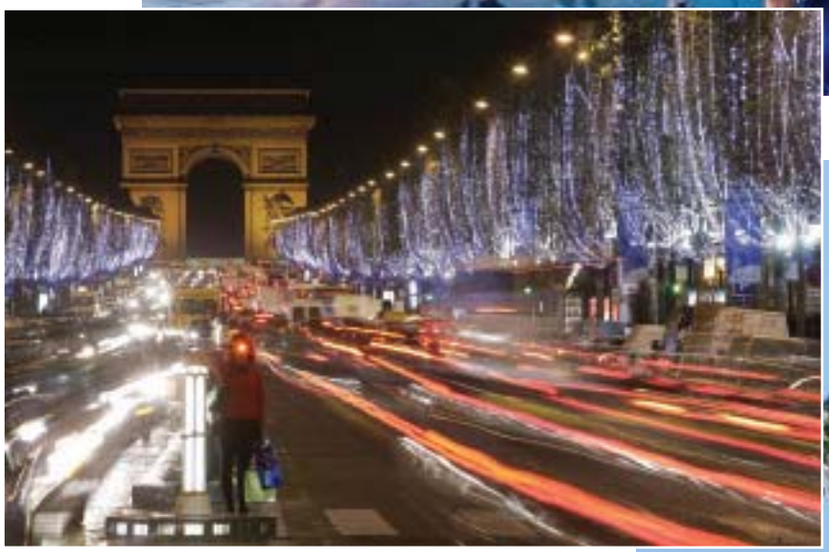
di Fabio Sieni

Il Natale è una festa molto sentita in Italia, ma come viene vissuto nel resto del mondo? Ci sono tradizioni locali, diverse culture, diverse mentalità. Un arcipelago immenso di celebrazioni accomunate da un unico messaggio.

Etiopia
Qui il Natale viene celebrato il 7 gennaio, secondo il calendario giuliano. Si celebra la Natività nella Chiesa ortodossa etiope, ed è chiamata "Ganna". Dodici giorni dopo, c'è il Timkat, tre giorni di festa per il battesimo di Gesù.

Francia
Ancor più del 25, il momento più importante è quello della Vigilia di Natale. Le campane delle chiese e le voci dei cori intonano canti francesi chiamati "Noels". Celebre è la Fête des Lumières; si tiene a Lione ed è una celebrazione di quattro giorni della Vergine Maria dal 6 al 9 dicembre.

Germania
Qui già quattro domeniche prima di



Natale si usa fare una “corona di Avvento”, composta da rami di abete o di pino con quattro candele colorate. Ogni domenica si accende una candela di questa corona, e con l’occasione si cantano canzoni natalizie e si mangiano biscotti, pane dolce da forno, dolci con frutta candita, biscotti speziati detti “Lebkuchen”.

Inghilterra

Regali, biscotti da cuocere, si appendono calze sopra il camino. E poi tutta la famiglia si raccoglie attorno all’albero e si leggono storie come “A Christmas Carol” o “The night before Christmas”. I bambini dopo aver scritto la letterina a Babbo Natale la gettano nel fuoco, così che i loro desideri possano andare su per il camino.

Alaska
Qui è molto pittoresco. Le vacanze iniziano dopo il Ringraziamento, e finiscono con un momento di festa emozionante in cui le famiglie si mettono a ballare per le strade. Come in una sorta di Halloween, i bambini vanno a bussare alle porte delle case per chiedere biscotti, caramelle, ciambelle, salmone affumicato...

Messico
Le case vengono decorate con gigli sempreverdi. I membri della famiglia intagliano intricati disegni in sacchetti di

carta marrone per farne delle lanterne dette “farolitos”, che contengono una candela. Le lanterne si lasciano lungo marciapiedi, davanzali e tetti.

Colombia
Il 7 e l’8 dicembre si tiene la Giornata delle Piccole Candele, in onore della Vergine Maria e dell’Immacolata Concezione: le persone illuminano le loro finestre, i loro balconi ed i loro cortili con candele e con lanterne di carta.

Cina
I pochi cristiani in Cine festeggiano il Natale “Sheng Dan Jieh”, ossia “Festival della Santa Nascita”. Ovunque vengono messi manifesti e catene luminose, mentre le case sono decorate con piante sempreverdi e ritagli a forma di pagode rosse vengono incollati alle finestre.

primaclub
le vacanze

REGALA AI TUOI CLIENTI L'EMOZIONE DI UNA VACANZA

Primaclub Vacanze è il partner ideale per promuovere un servizio/prodotto o per attivare campagne di fidelizzazione o concorsi a premio. Offriamo la possibilità di convertire la nostra offerta turistica in buoni vacanza utilizzabili come premio o incentivo sull'acquisto di un prodotto/servizio o come premio aziendale. L'offerta turistica **Primaclub** è stata concepita per offrire ai viaggiatori attimi di pura serenità. Il nostro circuito turistico comprende strutture di proprietà o in gestione. Questo ci permette di assicurare la piena soddisfazione dei clienti. Inoltre collaboriamo direttamente con enti del turismo e tour operator per offrire un prodotto sempre più completo e villaggi turistici nelle più belle località di mare e montagna.

Fissa un appuntamento senza impegno con un nostro Consulente Turistico che ti illustrerà la soluzione più adatta alla tua Azienda!

06.92.91.91.81

commerciale@primaclubvacanze.it | www.primaclubvacanze.it

NATALE 2016 LA LISTA DELLA SPESA

Idee regalo: accontentare ma anche sorprendere

di Fabio Sieni

Acer aspire one cloudbook ao1-431

Un notebook di piccole dimensioni, ma con un'autonomia incredibile: 9-10 ore di utilizzo. E in questa fascia di mercato è un risultato eccellente. Il resto delle caratteristiche sono di media qualità, ma per 226 Euro vale la pena. E' perfetto per chi viaggia molto.

Batteria portatile con speaker - Veho Pebble Aria

Più i cellulari diventano tecnologici, più velocemente si scaricano. Ecco la soluzione: una batteria portatile di emergenza con tanto di altoparlante e lettore mp3.

Camino da tavolo

In città il camino, soprattutto d'inverno, è il sogno di molti. Ecco la soluzione: piccolo, facile da usare e ideale per riscaldare le fredde notti di febbraio.

Caricabatteria solare

La tecnologia incontra l'ambiente e ci fa anche risparmiare sulla bolletta. I pannelli solari catturano l'energia, che viene trasmessa al cellulare o a qualsiasi dispositivo elettronico si voglia ricaricare.

Luci da raggio per bici

Ogni tanto capita di avventurarsi per le strade cittadine in sella alla propria bici. Questa luce a LED da fissare sui raggi della ruota sarà un segnale molto chiaro per gli automobilisti.

Netflix

Cosa dire di Netflix? Siamo nell'era delle serie tv. E quale regalo migliore di un abbonamento annuale al celebre sito di streaming? Centinaia di titoli disponibili, e altri ancora stanno arrivando.

Set cucina molecolare

Per entrare nelle nuove frontiere della cucina. Si tratta di unire alcuni principi fisici e chimici alla preparazione dei cibi in modo da poter stupire i commensali con piatti nuovi ed insoliti. Grazie alla cucina molecolare è possibile "giocare" con i diversi stati di aggregazione degli ingredienti.

Mini comodino

Si appende al letto, o al davanzale, è semplice e pratico. Perfetto per metterci tutto il necessario per la notte con il minimo dispendio di spazio. Pensato per chi ama il design intelligente.

Pacchetti spa

Cosa c'è di meglio che un po' di sano relax? Un regalo perfetto per chi vuole un momento rilassante. Ci sono diversi pacchetti con molte varietà di massaggi inclusi (total body, viso, thailandese, pietre calde, al cioccolato). In alterativa un ingresso in qualche centro Spa della propria città, ed è comunque una bella esperienza, specialmente in coppia.

Regala una stella

Il regalo più romantico che si possa immaginare. Un dono simbolico ma non solo. Acquistando una stella, la si può battezzare col nome del destinatario. Inoltre, il pacchetto include un certificato contenente le coordinate astronomiche della stella, una mappa celeste sulla quale è possibile identificarla più facilmente ed un ciondolo o portachiavi con inciso il nome della costellazione e le coordinate.

QUANDO IL TEMPO E' PREZIOSO!

ANCIENNE VINTAGE GALLERY
ancienne.es

Phillips, la famosa casa d'aste, in collaborazione con Bacs & Russo stabilisce un nuovo primato mondiale per aver "battuto" a Ginevra l'orologio da polso più costoso di tutti i tempi.

di Marco Oddino in collaborazione con Ancienne Vintage Gallery

A Ginevra, si fa sul serio.

Nel week end del 12 e 13 novembre sulle rive del lago, in una location affascinante, si sono assegnati 177 orologi vintage di rara bellezza, messi a disposizione ed in vendita dai migliori commercianti e collezionisti al mondo, dopo essere stati selezionati rigorosamente dalla casa d'aste Phillips, padrona di casa ed organizzatrice dell'evento, diventato ormai l'appuntamento di punta delle aste sugli orologi vintage.
Presenti in catalogo marchi quali Rolex, Vacheron Constantin, Breguet e Patek Philippe... tutti pezzi battuti dai 60 mila franchi in su... con numerevoli modelli oltre il mezzo milione di franchi svizzeri.

Proprio un Patek Philippe, con la referenza 1518, viene assegnato alla stratosferica cifra di 11 milioni di franchi svizzeri, stabilendo cosi il nuovo record del mondo per la vendita più alta di un orologio da polso.

L'asta ha avuto un enorme richiamo internazionale con la partecipazione globale da parte di acquirenti provenienti dai sei continenti, risultato che riflette il fascino di questo importante genere di collezionismo.

Il team internazionale di specialisti di Phillips ha riunito una collezione da polso e da tasca di altissima qualità in termini di condizioni, rarità e provenienza.

Il leggendario Patek Philippe che ha battuto il record - uno degli orologi più importanti del mondo - ha affascinato la platea ed acceso una "guerra" al rialzo durata ben 13 minuti.

Cinesi, Giapponesi, Americani, Italiani, Russi, Arabi, Indiani... questi i principali buyer presenti, anche in rappresentanza di alcune famiglie reali e personaggi citati su Forbes.

Il Patek Philippe 1518, uno dei soli quattro esemplari al mondo, a fine asta ha più che triplicato la sua stima di pre-vendita.

"È' stato un privilegio per me poter presentare questo modello - ha dichiarato Aurel Bacs, senior consultant e battiture ufficiale dell'asta - ed è stato esaltante gestire l'asta di fronte a un parterre ricco con oltre 400 persone e altri 500 appassionati di orologi da tutto il mondo collegati con l'asta via online o per telefono... era tutto semplicemente elettrizzante.

"Il suo risultato di questo record del mondo è una ulteriore testimonianza che il mercato degli orologi è universalmente accettato come un importante pilastro della comunità internazionale collezionista d'arte, e che la strategia di Phillips... concentrandosi proprio sugli orologi di altissima qualità è la formula vincente".

"Il mercato in Asia - dichiara Sam Hines, Vice Presidente di Phillips per il mercato Asiatico e Responsabile Worldwide della divisione orologi - è uno dei principali al mondo ed è molto focalizzato sempre di più sugli orologi d'epoca, cosa che è stata molto evidente durante l'asta di Ginevra, con le tante offerte arrivate da importanti collezionisti residenti in quell'area".

"Ogni stagione il mercato degli orologi d'epoca - termina Sam Hines - si rafforza sempre di più in Asia e cosi la conoscenza degli orologi ed il loro valore che aumenta ogni anno. L'asta di novembre ad Hong Kong appena terminata ha ospitato ancora una volta alcuni modelli tra i più ricercati al mondo, riscuotendo un grande successo".

Chi è Phillips

È leader a livello mondiale per la compravendita di oggetti d'arte del XX e XXI secolo, di orologi e di oggetti di design.

Organizza importanti aste e mostre a New York, Londra, Ginevra e Hong Kong, mentre tutti i clienti sono serviti attraverso uffici di rappresentanza basati in tutta Europa, negli Stati Uniti e in Asia.

Phillips offre anche una piattaforma di aste online accessibili in qualsiasi parte del mondo.

www.phillips.com

MASSIMO GHINI

UN'ORA DI TRANQUILLITA'

Un attore poliedrico, che ora si cimenta nella regia al Teatro Quirino, nel celebre spettacolo di Florian Zeller.

di Fabio Sieni

Cinema o teatro: preferisci recitare davanti la macchina da presa o a contatto col pubblico?
E una domanda che mi fanno da qualche decennio. E sempre un po' la stessa cosa; l'attore ama il proprio mestiere e se viene fatto alla macchina da presa o davanti ad un pubblico è uguale. Cambiano le tecniche, il modo di porsi, però per noi la soddisfazione è la stessa. Certo forse il riscontro ha dei tempi diversi, perché davanti al pubblico la risposta è immediata, mentre in un film arriva molto tempo dopo.

Un'ora di tranquillità: in Francia un grande successo, ma qual è il vero motivo che ti ha spinto a scegliere questo testo teatrale?
E una commedia straordinaria che spero adesso venga considerata un grande successo anche in Italia. Affronto la seconda stagione a Roma, dove non ho potuto portarla prima. Fino ad ora abbiamo girato già mezza Italia e abbiamo fatto il tutto esaurito in vari teatri. Spero diventi una specie di commedia di culto. Quello che mi ha convinto a scegliere Un'ora di tranquillità sono senza dubbio il valore e la forza del testo; è una commedia molto divertente ma anche una fotografia della nostra epoca.

Il protagonista è un uomo in cerca di solitudine e tranquillità: ti ci rispecchi?
SI credo che ci sia una grande ironia e un grande divertimento in questa drammaturgia. Ognuno ci si ritrova facilmente in modo talmente forte che il testo prende valore. La gente ci si specchia. E' una sintesi perfetta di quello che si cerca anche evitando le proprie responsabilità; il protagonista, pur di ascoltare questo disco, è capace di affrontare uno tsunami.

Una metafora con la vita di tutti noi?
Allora, questo è il mi primo testo che faccio da regista. E' come adesso: io tento di fare questa intervista e i rumori della vita in qualche maniera mi impediscono di avere una conversazione. Ma ci siamo anche abituati. Nella regia, ho voluto amplificare tutti i rumori, che sono i rumori della vita; i lavori, la porta che suona, il telefono che squilla. Nella commedia è tutto volutamente amplificato, e così si sottolinea il disturbo che creano questi rumori. La gente ride molto ma poi si rende conto di aver vissuto questo stesso disagio.

TEATRO QUIRINO
Vittorio Gassman

Anna Ranaldi
abbonato del Teatro Quirino
è Babbo Natale

Metti lo spettacolo
sotto l'albero!
QuiTicket Natale
2 ingressi € 54

Regala 2 posti di platea a scelta
tra tutti gli spettacoli della stagione 2016.2017.
Non è valido per la recita del **31 dicembre**.
In vendita fino all'8 gennaio.

stagione teatrale 2016.2017 **lasciati coinvolgere**

25 dicembre 8 gennaio
MASSIMO GHINI
UN'ORA DI TRANQUILLITÀ
di **Florian Zeller**
regia **Massimo Ghini**

La travolgente comicità in
un testo ricco di equivoci e di battute
esilaranti in una commedia
moderna, brillante e divertente.

22 dicembre ore 21
23 dicembre ore 17 e 21
BALLETTO DI ROMA
LO SCHIACCIANOCI
2006-2016
musica **Petr Il'ic Cajkovskij**
regia e coreografia **Mario Piazza**

Particolare rivisitazione in chiave
contemporanea e "noir" del
balletto natalizio per eccellenza.
Una favola antica che non smette
di incantare i sognatori moderni.

SPECIALE CAPODANNO
La festa raddoppia!

ore **19,00** spettacolo e brindisi prima del nuovo anno.
platea € 80 - I balconata € 50 - II balconata € 40 - galleria € 25

ore **21,30** spettacolo, cena a buffet e brindisi di mezzanotte.
La platea si trasforma in pista da ballo con il travolgente swing di
EMANUELE URSO e la sua orchestra.
Si va avanti fino all'alba con la musica del DJ.
platea € 120 - I balconata € 110 - II balconata € 100 - galleria € 75

Biglietteria 06 6794585 www.teatroquirino.it

Radio Radio

MOTIV-AZIONE

COME IMPARARE A RIMANERE MOTIVATI SENZA STRESS

A cura di Fabio INKA

Sono sicuro che sia capitato anche a te di iniziare una dieta e poi interromperla dopo poche settimane, di iscriverti in palestra e poi frequentare 10 volte in tutto l'anno, di cominciare un percorso con grande entusiasmo e poi smettere all'improvviso.
Che cosa è successo? Come mai hai perso motivazione? Come possiamo rimediare?
La parola motivazione fa rima con azione, rappresenta il motore delle nostre azioni. Parlando di motivazione occorre individuare un elemento fondamentale: il MOTIVO CHE CI SPINGE ALL'AZIONE. Neppure il miglior attaccante del mondo può segnare un gol se non sa dov'è la porta. Senza un obiettivo, una rotta da seguire, si sprecano energie senza mai arrivare al bersaglio. Molte persone rinunciano ad allenarsi per i motivi più diversi: perché lo trovano noioso, o troppo faticoso, o perché credono di non avere tempo sufficiente. Anche se si trovassero degli argomenti convincenti a livello razionale che dimostrino che sono scuse o alibi, questi sarebbero sufficienti a provocare un cambiamento solo nel breve periodo. Le spiegazioni, quando funzionano, rimangono valide solo per poco tempo.
Per ottenere un cambiamento, è più utile partire dal nostro mondo interiore e osservare noi stessi in maniera più approfondita. Molta gente ripete: "Vorrei ottenere questo, desidero ottenere quest'altro, questa volta riesco a farcela", ma quanti sono riusciti veramente a farlo? C'è una grande differenza tra decidere qualcosa e avere le ragioni per farlo. Quando una persona prende la decisione di cambiare e conosce i motivi per cui lo vuole fare, attiva (inconsciamente e consciamente) tutte le sue energie affinché succeda. Ogni persona può trovare la propria spinta all'azione e il proprio desiderio, esiste, magari nascosto o dimenticato in un cassetto, ma c'è.
Molte persone iniziano una dieta e poi interromperla dopo poche settimane, si iscrivono in palestra e poi si allenano 10 volte in tutto l'anno, iniziano un percorso con grande entusiasmo e poi smettere all'improvviso. Che cosa è successo? Come mai hai perso motivazione? Come possiamo rimediare?

Essere motivati e rimanerci

Gli obiettivi da soli possono stimolare molto, ma conoscere le ragioni profonde per le quali li desideri può darti la spinta necessaria per rimanere davvero motivato contro qualsiasi scusa o alibi.
Non esiste una soluzione valida per tutti, ma esiste la risposta che va bene per te. Alcune persone amano le sfide, altre vogliono una gratificazione emotiva, altre ancora quella economica. Molti si motivano grazie ai RISULTATI, vedere è credere, vedere un risultato spinge a continuare. Ma non è automatico né generalizzabile. C'è una grande differenza tra decidere qualcosa e avere le ragioni per farlo. Quando una persona prende la decisione di cambiare e conosce i motivi per cui lo vuole fare, attiva (inconsciamente e consciamente) tutte le sue energie affinché succeda.
Questo è un punto cruciale, che sin dall'inizio della carriera come trainer ha suscitato in me molte riflessioni.
La verità e che non so qual è la tua spinta all'azione, non so qual è il tuo desiderio. Ma sono sicuro che esiste, magari nascosto o dimenticato in un cassetto, ma c'è.
Gli obiettivi da soli possono stimolare molto, ma conoscere le ragioni profonde per le quali li desideri può darti la spinta necessaria per rimanere davvero motivato contro qualsiasi scusa o alibi.
Non esiste una soluzione valida per tutti, ma esiste la risposta che va bene per te.
Alcune persone amano le sfide, altre vogliono una gratificazione emotiva, altre ancora quella economica. Molti si motivano grazie ai risultati, vedere è credere, vedere un risultato spinge a continuare.

Il comfort è...solo un'altra parola per dire Stressless

Stressless - Gli innovatori del comfort

Poltrone, Divani e Home Theatre originali Stressless sono dotati di caratteristiche innovative e di un design che li rendono i sistemi relax, totalmente reclinabili, più comodi al mondo.

dorelanbed
i negozi dei tuoi sogni

virtual tour

ROMA | via dei Cessati Spiriti 8A | tel. 06 45668203 | www.dorelanbedroma.it

Nuova apertura Show room Stressless

in Via Cornelia 493 – 0116 Roma C/o Forum Sport Center

Tel 06.45668230 - stresslessroma@gmail.com

IL GRANDE IMPERO FUTSAL

Intervista al vice-presidente Guido Rossi

E' una storia breve ma con indubbi spiragli di longevità, quella del Grande Impero Futsal: tra un Luglio ed un Dicembre (2016) è nata, cresciuta e ha imparato a vincere. L'orizzonte spaziale entro cui si muove è la Serie C2, Calcio a 5 regionale, e nelle prime sei giornate di campionato ha raccolto altrettanti successi, concretizzando quelle che per molti erano state solo iniziali sensazioni. Entriamo nell'orbita della neonata società, con qualche domanda al suo vice-Presidente: Guido Rossi.

Guido Rossi, quando e come nasce il Grande Impero Futsal?

Vivo il mondo del Calcio a 5 ormai da molti anni. Ho sempre fatto il preparatore dei portieri, passando attraverso tutte le categorie, imparando a conoscerle. Quest'estate però, grazie allo sponsor "Grande Impero", è sorta la possibilità di creare un progetto nuovo, partendo da zero ma con ambizione e volontà di fare bene vestendo, oltre al mio ruolo tradizionale, anche quello di dirigente.

Aiutaci a conoscere il Grande Impero.

Il Grande Impero è una delle più affermate realtà nel settore della panificazione, affermatasi in soli dieci anni sul mercato umbro e laziale. Il desiderio di ulteriore espansione del marchio e l'ambizione dell'Azienda hanno spinto la Società stessa a volersi cimentare in una nuova avventura, stavolta di carattere sportivo: il risultato è la nostra squadra.

Tornando a noi, hai subito chiamato Andrea Di Mito: una garanzia.

Si, assolutamente. Ho pensato ad Andrea immediatamente. Oltre a saperne straordinariamente tanto di questo sport, ci conosciamo da anni e abbiamo già collaborato insieme in altre occasioni. Tra noi c'è sempre stata intesa, rispetto e stima reciproca. Ho visto in lui l'unica persona possibile per dare forma e vita a questo progetto. Sulla nave sono salite poi altre persone, oltre ai giocatori, estremamente valide: Michele Scatarzi, Claudio Corsaletti, Daniele Del Coiro, Mattia Panini, stanno facendo un lavoro straordinario.

Avete iniziato molto bene, quali sono le aspettative per il primo anno di vita?

La squadra è stata pensata, e poi creata, per fare bene già nella prima stagione, con l'obbiettivo della promozione in Serie C1. Ogni giocatore è stato valutato e scelto dalla società sulla base delle sue qualità: la fiducia, in ognuno di loro, è totale. Non è semplice, chiaramente, raggiungere i risultati programmati al primo anno, la strada è lunga e appena iniziata; ma i primi risultati sono sicuramente positivi e ci fanno ben sperare per il futuro. Dovremo continuare a giocare come stiamo facendo, senza abbassare mai la concentrazione.

Grazie Guido, in bocca al lupo.

Crepi il lupo.

Dal 6 al 18 dicembre
Gabriele Lavia
L'UOMO DAL FIORE IN BOCCA
...E NON SOLO
di Luigi Pirandello
regia Gabriele Lavia

25 dicembre.8 gennaio
Massimo Ghini
UN'ORA DI TRANQUILLITÀ
di Florian Zeller
regia Massimo Ghini

Dal 10 al 29 gennaio
Geppy Gleijeses Mariangela D'Abbraccio
FILUMENA MARTURANO
di Eduardo De Filippo
regia Liliana Cavani

L'Isola del Benessere

Centro Estetico

CENTRO ESTETICO SPECIALIZZATO

- trattamenti estetica di base
- trattamenti spa con cabina termale e di coppia con cabina doppia
- pressoterapia, radiofrequenza, endospheres therapy, ossigeno terapia, laser a diodo, lampade solari
- extension ciglia, permanente e tintura ciglia, trucco a 360 gradi, trucco semipermanente
- medico estetico

L'ISOLA DEL BENESSERE
Via Caprarola, 18 Roma - Tel. 0633250466

DUE PONTI

AL VIA IL TORNEO

Cambia la formula ma non cambia l'entusiasmo e la passione sportiva del Torneo Sociale di Calciotto.

Dieci squadre composte solo da soci di tutte le età si affronteranno in un vero e proprio Campionato all'italiana andata e ritorno che decreterà il Campione Sociale 2016/17.
Quindi niente più playoff ma al termine della Regular Season ci saranno Champions League ed Europa League.
Al termine della terza giornata di andata volano a punteggio pieno Velluti, la squadra favorita per il titolo visto che annovera nella rosa ex giocatori come Corradi, Favalli e Barni; Troiani (sponsorizzata Sport Club Mag) che dopo un anno di assestamento è una bella realtà calcistica ed infine Di Benedetto/Guglielmi che dopo aver vinto anno scorso la Coppa non vuole quest'anno farsi sfuggire il Titolo più importante!

Il detentore del titolo Tassi invece è partito male con due sconfitte ma si è rifatto subito alla terza giornata e venderà come sempre cara la pelle.
Grande soddisfazione quindi per il direttore del Torneo Fabrizio Pallante coadiuvato da Domenico Casani per un campionato che si preannuncia equilibrato ed appassionante.
Appuntamento tutti i weekend a partire dalle 11 al Due Ponti Sporting Club per seguire le sfide sociali dall'alto contenuto tecnico e agonistico.

DUE PONTI SPORTING CLUB

100% benessere

18 **CAMPI DA TENNIS** illuminati

2 **CAMPI DA PADDLE**

70 **ISTRUTTORI**
FIN - FIDAL - FIT - FGCI - FIF

160 **ORE SETTIMANALI**
di novità, fitness, acquagym

Il DUE PONTI SPORTING CLUB
ti offre la sua esperienza ventennale
e mette a tua disposizione:
18 campi da tennis,
2 campi di paddle,
6 palestre, 8 spogliatoi,
2 piscine coperte,
1 piscina scoperta
2 campi di calciotto,
1 campo di calcetto,
circuito interno running

All'interno troverete anche:
Bar, ristorante, negozio sportivo,
centro di fisioterapia, parrucchiere
e centro estetico

Quando il corpo sta bene, sta bene anche la mente...

La gamma dei servizi offerti dal Due Ponti Sporting Club è completata dall'elegante Centro Benessere (**SPA, bagno turco, sauna, idromassaggio, solarium, trattamenti estetici)** al cui interno è possibile trascorrere piacevolissimi momenti di benefico relax.

DUE PONTI SPORTING CLUB
Via dei Due Ponti
T 06.333.93.60

dueponti.eu

PADEL MSP, IL RECORD DEGLI AMATORI

Tutte le tappe del Circuito Amatoriale registrano ormai il sold out di partecipanti. A gennaio la 2.a edizione della Coppa Amatoriale a Squadre MSP

Un padel da sold out: il 3° Circuito Amatoriale MSP sta ormai spopolando in tutta la Città Eterna. Unendo l'amatorialità sportiva alla professionalità dell'organizzazione, il Circuito registra un tutto esaurito ad ogni manifestazione, con il record di 100 persone raggiunto alla 3.a tappa presso il Flower Padel, quando tra Categoria Maschile e Femminile si è tagliato lo storico traguardo della cifra tonda.
Questo fantastico sport sta ormai crescendo a dismisura in tutta Roma e parallelamente al numero di campi sorti nella Capitale negli ultimi anni, sta crescendo anche il numero di "amatori" che trovano naturale partecipare ai Tornei Amatoriali MSP dove l'obiettivo principale è divertendosi passando un weekend in compagnia.
Per far fronte a questo grandissimo numero di partecipanti, MSP Roma, con il Responsabile di Settore Daniele Scopece, è in continua evoluzione per offrire ai partecipanti il miglior servizio possibile. Accanto al ranking MSP che definirà i migliori classificati che si contenderanno il Master Finale a giugno con in palio i voli della TAP per Lisbona, i giocatori hanno a disposizione un fisioterapista sempre presente a bordo campo per assistenza e consulenza (grazie al contributo di Villa Valeria-Acqua2O), gli speciali biscotti della Tim Tam Italia per la colazione, i cofanetti vacanze Foxbed per i vincitori delle singole tappe, tutto il materiale tecnico e di abbigliamento marcato sia Cisalfa che Hurry e tanti altri premi e gadget.
Passando alla cronaca, ecco gli ultimi risultati. Al Flower Padel, nella tappa da record, vittoria nella Cat.Maschile per Valerio Tortosa-Stefano Fiore mentre nella Cat.Femminile successo per Alessandra Ferrari-Donatella Brunetti. La coppia femminile ha bissato la vittoria anche alla tappa successiva, svolta al Flaminio Sporting Club nel weekend 5-6 novembre, mentre nel Maschile è salita nuovamente sul gradino più alto del podio la coppia Gian Claudio Torresi e Adriano Quaranta.
Definite le date delle ultime tappe del 2016: dopo l'appuntamento all'Aurelia Padel (19/20 novembre), si andrà a giocare all'Eur Paddle Club (3/4 dicembre) per poi chiudere l'anno con la tappa di Natale al Cinecittà Bettini (17/18 dicembre).
Il nuovo anno si aprirà invece con la 2.a edizione della Coppa Amatoriale a Squadre: inizio il 15 gennaio 2017. Per tutte le informazioni padel@msproma.it

PRIMOCOLOREMODA
UNO

HAIRSTYLIST
BEAUTY CENTER
NAIL CARE
BOUTIQUE

VIA CASSIA 925 E/F
TEL. 0630360555
INFO@PRIMOCOLOREMODA.COM
WWW.PRIMOCOLOREMODA.COM
PRIMOCOLOREMODA

primocoloremoda

PRIMOCOLOREMODA
DUE

HAIRSTYLIST
NAIL CARE
BOUTIQUE

VIA SANTA GIOVANNA ELISABETTA 36 C/D
TEL. 0633652127
INFO@PRIMOCOLOREMODA.COM
WWW.PRIMOCOLOREMODA.COM
PRIMOCOLOREMODA

ARIA SPORT | SOMALIA

ARIA SPORT SO

OPEN

3 GIORNI DI FITNESS, SP

15-16-17

È dicembre ed è già ARIA di Natale a Roma.
Aria Sport Somalia, anche quest'anno, ha deciso di organizzare una tre giorni prenatalizia per festeggiare insieme ai propri iscritti, e non, **dal 15 al 17 dicembre**. Nelle tre giornate, oltre alla programmazione standard, saranno proposte delle SPECIAL MASTERCLASS, aperte a tutti e totalmente gratuite.

Inizieremo **giovedì 15 dicembre** con **due Masterclass Acquacircuit e Idrobike, alle 18:40 e alle 19:40 di 50 minuti ciascuna** nelle quali i nostri 4 istruttori vi faranno scatenare in acqua con un circuito strutturato in 2 rotazioni di 3 postazioni, in cui ciascun partecipante potrà alternare l'allenamento di braccia, gambe e figura intera.

Venerdì 16 dicembre alle ore 18:30 proporremo invece la **"XMAS SWEAT"**, una **Masterclass di fusion aerobica di 2 ore**, tenuta in contemporanea dagli istruttori Vasco e Dario. La lezione sarà strutturata in quattro blocchi di 30' nei quali permetteremo a tutti di entrare al blocco successivo oppure uscire e terminare così il proprio allenamento. Nel primo intervallo di 30' sarà proposto un circuito a terra incentrato sul rinforzo della parte bassa del corpo (gambe, addome, glutei) con esercizi che richiamano le posture del pilates ma in dinamicità; il secondo blocco sarà all'insegna della cardio dance, seguita da 30' di step per concludersi con un ultimo blocco incentrato sulla tonificazione dei gruppi muscolari del busto.

XMAS SWEAT
MASTERCLASS

ACQUACIRCUIT
MASTERCLASS

OMALIA Largo Somalia, 60

Aria Sport does it better

NDAYS

ORT E BENESSERE GRATUITO.

DICEMBRE

Infine sabato 17, a partire dalle ore 13:30, proporremo una lezione teorico/pratica di 2 ore **funzionale presciistica**. Questa sarà la novità rivolta a tutti gli appassionati sciatori che stanno programmando o hanno già programmato la propria settimana bianca. In queste due ore infatti il trainer specializzato Mattia istruirà i partecipanti ad allenarsi propedeuticamente per affrontare le discese bianche, attraverso la spiegazione dei gruppi muscolari principalmente coinvolti in questo tipo di attività, delle diverse tipologie di esercizi funzionali al fine di variegare sempre il proprio allenamento per poi praticare un circuito sviluppato ad hoc nell'ultima ora.

La **partecipazione** alle tre masterclass sarà **libera** e **gratuita** per tutti perciò vi aspettiamo numerosi. Inoltre **dal 1 al 24 dicembre**, tutti coloro che decideranno di entrare nel mondo Aria Sport e tesserarsi con noi, avranno la possibilità di accedere ad una super offerta che permetterà di allenarsi all'interno del centro di Largo Somalia, **per 6 mesi a soli 399 euro!** L'abbonamento include **sala pesi**, **nuoto libero**, **fitness** ed **area benessere**.

Perciò festeggia con noi il Natale...Aria Sport does it better!

Lindsey Caroline Vonn. Attuale campionessa mondiale di discesa libera.

FUNZIONALE PRESCIISTICA
MASTERCLASS

Aria Sport Somalia

AUTENTICITTA'... ROMA DI NUOVO AL CENTRO DEL MONDO

Esistono città più ordinate, più efficienti nei servizi, più grandi, più "vivibili" come si ama dire, ma nessuna al mondo si porta dietro questo bagaglio. Ingombrante a volte, opprimente altre, ma è il terreno fertile nel quale la città è cresciuta e a cui la città guarda per ritrovare slancio.

Il genio dell'uomo, la sua capacità creativa: abbiamo già parlato da queste colonne precedentemente di quanto la proprietà intellettuale in tutte le sue forme sia fondamentale. Di quanto dietro ogni prodotto si celi una ricerca che permette alle aziende di distinguersi e di vincere sulla concorrenza. E di quanto violare la proprietà intellettuale sia segno di un impoverimento che incide su tutti, le imprese che subiscono la copia come i cittadini, che perdono, nel medio e nel lungo periodo, la possibilità di far parte di uno scenario economico che varia. La proprietà intellettuale è un concetto troppo spesso astratto, che le gente comune sente distante. Un marchio importante, un disegno che diventa storia, un brevetto che magari da luogo a un prodotto che ci cambia la vita, o che ce la può rendere migliore, sono tutti esempi di proprietà intellettuale. Entrando ancora più nella vita di ogni giorno: camminare per le strade di molte città, grandi o piccole, d'Italia è vedere esempi di proprietà intellettuale. E a Roma

Il turista che ogni giorno cammina, cartina in mano e naso all'insù. Il cittadino, che ancora si meraviglia osservando alcuni scorci di città. Il giovane, la donna, l'anziano, il ricco e il povero. Tutti non possono che concordare su una cosa: Roma testimonia in ogni suo singolo pezzetto la capacità di dove il genio dell'uomo si può spingere.

A cura di Claudio Bergonzi
Segretario Generale INDICAM

BRASILE

€235 SOLO ANDATA
TASSE INCLUSE

€468 ANDATA E RITORNO
TASSE INCLUSE

A BRACCIA APERTE
C'è posto per l'allegria

TAP PORTUGAL
a braccia aperte

Per viaggiare dal 7 gennaio al 31 maggio 2017.
I prezzi indicati, soggetti a condizioni speciali e con limitata disponibilità di posti, sono i più bassi disponibili tra l'Italia ed il Brasile in entrambe le direzioni e variano in base all'aeroporto di partenza e arrivo.

A STAR ALLIANCE MEMBER

flytap.it

ciò è tanto più vero.
Cosa sarebbe accaduto se il Bernini, una volta realizzata la Fontana dei quattro fiumi ad esempio, avesse visto la sua opera replicata in mille città diverse? Oppure a Michelangelo, se terminato l'affresco della volta della Cappella Sistina ci fosse stata una proliferazione di copie di altrettanti dipinti su altrettante volte? E a Roma si potrebbe proseguire a lungo.
L'urbe, la città eterna, la città che è più che un agglomerato, è un segno indelebile e, appunto, destinato a non tramontare mai.
Proprio in questa città si può vedere oggi quanto l'antico genio dell'uomo si sposi perfettamente con l'odierna capacità di donne e uomini nel creare qualcosa di sempre straordinario. Ci riferiamo a quel connubio tra arte antica, iconica della Capitale, e l'apporto, quasi l'abbraccio, che forme di arte attuale hanno voluto dare per sostenerle. Come definire, altrimenti, i contributi sostanziali che alcuni marchi, nati a Roma, di grande fama e prestigio hanno dato nel ricuperare a uno splendore da lasciare tutti stupiti due gioielli, due simboli come la Scalinata di Trinità dei Monti e la Fontana di Trevi? Sono marchi che sono oggi icone del lusso italiano nel Mondo. Non li citiamo per darvi la curiosità di trovare da voi a chi ci riferiamo e per non fare pubblicità occulta!
Però, certamente, non si può serenamente affermare che Roma, ma non è una colpa che è esclusiva dell'Urbe, sia una città in cui il rispetto del genio, passato come presente, sia tangibile.
Se esiste poco senso di protezione e di cura dello stesso heritage culturale di millenni, altrettanto occorre riconoscere nella difesa dei prodotti di oggi, diffusi in maniera abusiva per le strade o nei mercati della città in versioni false come se tutto ciò fosse normale.
Era possibile tollerare che per le stesse strade cittadine si proseguisse la vendita abusiva di prodotti falsi?
Da questa considerazione è partita l'azione di INDICAM, l'associazione che raggruppa imprese Italiane ma non solo, per la tutela della proprietà intellettuale. Sono più di 140 gli associati di questa organizzazione, oggi pensando il 2.5% del PIL Italiano. Tra di essi i marchi che hanno contribuito al restauro dei monumenti di Roma.
L'idea è stata di creare qualcosa che potesse dare risalto all'eccellenza millenaria di Roma, nel contempo costruendo un modello valido per tutte le città Europee, ma che vedesse nella nostra Capitale un ritorno a quel ruolo di guida che ebbe in epoche passate.
INDICAM e altri partner Europei hanno allora creato un network in cui, fermo il ruolo di capofila di Roma, poi ci fosse un sorta di lista "dei buoni", un marchio di qualità in questo ambito che diventasse distintivo. E periodicamente rivisto, perché sia il merito e l'efficacia delle azioni a determinare l'appartenenza o meno alla rete.
Il passaggio successivo è stato avviare un dialogo aperto e diretto con l'Amministrazione cittadina, partito già con la precedente giunta, e per questo interrottosi poi a seguito delle nuove elezioni.
A testimonianza che il tema è caro alla città la nuova giunta ha ripreso il dialogo. Si può quindi dire che la proprietà intellettuale è decisamente bi-partisan!
Da qui, allora, a creare un network con una sua identità, ma con un suo logo ed un programma di crescita in EU il passo è stato ulteriormente incoraggiato.
E' nato, quindi, Autenticittà, rete di città EU appunto...autentiche. Si è scelto un nome volutamente dal doppio senso, che unisca l'autentico alla città.
Roma ha intrapreso, da mesi, un percorso volto a dare un nuovo senso di maggiore attenzione a ciò che è legale. Il contrasto all'abusivismo, in molte sue forme, è un tema che le amministrazioni, come la prefettura, hanno deciso di porre come priorità.
Autenticittà, quindi, si inserisce in questa scia, diventando un marchio che allora renda visibile a tutti, cittadini come turisti, il fatto che da qui, da Roma, parte un nuovo modo di intendere il futuro. Meno falsi, più idee si potrebbe dire.
Roma ha battuto la concorrenza di grandi capitali, Parigi e Madrid in testa. E sappiamo quanto questo non accada sempre!
L'impegno della città è diretto, sia nelle azioni, sia nel patrocinare la campagna di comunicazione che sarà avviata su scala Europea. Il messaggio è particolarmente "romano": nella città Eterna compariranno migliaia di affissioni sia in superficie che nella metropolitana, su quanto vero sia che "Ciò che è autentico, è Eterno".
Adriano Meloni, l'Assessore allo Sviluppo Economico, Turismo e Lavoro di Roma Capitale ha collaborato con entusiasmo a rendere ancor più partecipe l'amministrazione della Città. "Sono molto orgoglioso che Roma sia stata scelta per dare il via a questa campagna su scala europea. Come abbiamo intrapreso sin dall'insediamento un'azione determinata contro la contraffazione e l'abusivismo commerciale, grazie al costante supporto delle forze dell'ordine, a cominciare dalla Polizia Locale di Roma Capitale"
Il falso e i traffici illeciti portano danno ingenti che si misurano in 7 miliardi all'anno solo in Italia. Per questo Meloni ci dice: "L'industria del falso produce danni ingenti per tutti, per i commercianti, per i cittadini e per il turismo, perché offusca l'immagine migliore del Paese e l'eccellenza del Made in Italy. E' necessario spezzare i fili del racket che alimenta questo mercato e sensibilizzare consumatori e cittadini. Tutti insieme dobbiamo fermare il falso".
Roma, quindi, ritorna nel suo ruolo di guida. L'industria si schiera al fianco della città in questo percorso e ne premia l'impegno creando un modello, come Autenticittà, che ne esalta la storia, passata come futura.
Mario Peserico, il presidente di INDICAM ha particolarmente voluto che da Roma, prima di altre città in Europa, partisse questa iniziativa e questa campagna di comunicazione che oltre che con le affissioni si diffonderà attraverso i social. "Roma è stata una scelta logica che come rappresentanti dell'industria abbiamo da subito promosso in Europa. Solo da qui, dalla nostra Capitale, poteva partire un segnale potente di opposizione agli abusivismi e ai traffici illeciti.
Autenticittà crescerà nel futuro, e non vi potranno avere accesso le città che non contrastano la contraffazione in maniera efficace. La "mappa dei buoni" sarà sempre aggiornata su www.authenti-city.eu, perché ognuno possa capire chi difende il futuro e chi, viceversa, è complice nella proliferazioni abusive.

AUTENTICITTÀ
CONNECTING IP CAREFUL CITIES

EMME più Supermercati

SEGUICI SU :

SI ACCETTANO BUONI PASTO 100%

LA NOSTRA FRESCHEZZA E' IN OFFERTA SPECIALE
TUTTI I GIORNI DI TUTTI I MESI DELL' ANNO !

COLLEZIONA DESIGN guzzini

100 YEARS OF ITALIAN DESIGN

Dal 29 settembre 2016
al 15 gennaio 2017

1 bollino ogni
10 euro di spesa

COLLEGATI AL SITO **www.emmepiu-supermercati.it** E SCARICA IL VOLANTINO DELLE OFFERTE

La presentazione del Winning Attitude Award è stata l'occasione per incontrare un gigante dello sport, non solo italiano; un esempio di talento, forza di volontà e determinazione: Valentina Vezzali.

di Marta Angelucci

MENTALITA' VINCENTE LA LEZIONE DELLA VEZZALI

L'11 novembre, al Gran Teatro del Church Palace di Roma, si è svolta la premiazione della prima edizione del Winning Attitude Award, nuovo riconoscimento per personaggi del mondo dello sport, ma anche della cultura, dello spettacolo e della società civile in generale. Premio che riunisce quindi le eccellenze italiane, ma che si propone anche come faro di ispirazione per le generazioni future. Il 9 novembre ha avuto luogo la conferenza di presentazione del premio, in uno dei posti più indicati e suggestivi per un'onoreficenza del genere: lo stadio di Domiziano, fatto costruire nel Campo Marzio come primo esempio di stadio in muratura; un perfetto esempio della continuità dello Sport e dei suoi valori, fra passato, presente e futuro. Moderatori della conferenza sono stati Gianluca Meola, giornalista ed ideatore del premio insieme al mental coach Sandro Corapi, affiancato dall'attrice Elisabetta Pellini. Ospite d'onore del meeting è stata Valentina Vezzali, schermitrice e atleta più titolata del panorama sportivo italiano ed una delle vincitrici della categoria sport, che ha ricevuto il premio raffigurante la Nike di Samotracia: "I componenti irrinunciabili per una carriera sportiva sono indubbiamente vocazione, predisposizione e talento, ma non valgono nulla se non sono coadiuvati dall'impegno e da una grandissima forza di volontà. Nel mio gruppo cercavo sempre di essere la trascinatrice, la prima che entrava in palestra e l'ultima che ne usciva. Spero di averlo trasmesso alle mie compagne, che ora hanno l'onere e l'onore di portare avanti l'Italia".

L'onorevole Vezzali (nel 2013 è stata eletta deputata e dal 2015 è vicepresidente nazionale di Scelta Civica) ha speso parole anche sul suo impegno politico, da cui la mentalità sportiva non dovrebbe discostarsi: "La mente è importante per ognuno di noi, in ogni ramo della società. Per questo ho deciso di entrare in politica: ci troviamo in un momento di forte antipolitica; la gente è scontenta, è questo malcontento si tramuta in Trump. Il referendum è importante, perché facciamo parte di una democrazia. Non ci si può sempre lamentare e dire che una cosa non va; io nello sport non sarei andata da nessuna parte. Nella vita come nello sport bisogna credere di poter sovvertire un risultato già deciso. Se in politica ci fossero tanti sportivi, andrebbe molto meglio".

L'atleta, portandola come esempio di forza e determinazione, ha poi parlato di Beatrice "Bebe" Vio, campionessa paralimpica di scherma e altra vincitrice del Winning Attitude Award: "Bebe per me ha un significato molto importante, e non solo perché anche lei è una schermitrice anche lei. Ricordo quando nel 2013 ai Mondiali di Budapest ci siamo incontrare nei bagni: lei piangeva perché aveva perso. Ci siamo abbracciate forte e la consolai, dicendole che reagivo nello stesso identico modo quando perdevo: piangevo per due/tre giorni, tornando però subito ad allenarmi, sperando di rincontrare la mia "Bestia Nera", l'avversario che mi aveva sconfitto. Non tutti gli atleti hanno questa filosofia, spesso sperano di non incrociarsi con chi li ha sconfitti in precedenza. Lo spirito deve essere volerne vincere una dopo l'altra".

La Vezzali ha parlato anche del compianto Ezio Triccoli, il suo maestro (specifica di non aver mai voluto un mental coach): "I miei valori aggiunti allo Sport sono la mia famiglia e il mio maestro, Ezio Triccoli: imparò la scherma nei campi di concentramento inglesi durante la Seconda Guerra Mondiale, allenandosi con delle canne di bambù. È questo che ti insegna lo sport; il sacrificio, i momenti difficili da superare, ma anche cose più pratiche, come organizzarsi gli impegni. Triccoli non ci faceva entrare in palestra se non avevamo fatto i compiti. Questo mi aiutò ad affrontare i miei impegni politici e sportivi che si intersecavano: mi allenavo dalle sei di mattina, poi passavo dieci ore in aula, e poi di nuovo ad allenarmi. Ero esausta, ma l'ho fatto perché volevo farlo. So che questa forza e questa disciplina me l'ha insegnata lo Sport. Purtroppo gli Italiani sono più tifosi, che sportivi". Presente alla conferenza era anche la psicologa dell'adolescenza Silvia Bartocci, organizzatrice del forum rivolto a giovani atleti, studenti di licei sportivi e istituti scolastici del territorio che ha preceduto la cerimonia di premiazione: gli argomenti affrontati sono stati il bullismo, il cyber bullismo e la campagna di sensibilizzazione I'm Doping Free. "Bisogna mandare un messaggio non solo ai ragazzi, ma anche ai genitori - ha ammonito la psicologa - Bisogna avere una figura di riferimento, altrimenti lo sport viene relegato solo al concetto di fatica. I nostri giovani invece devono volare alto".

RICARICAR, L'OFFERTA PAY PER USE PER GUIDARE TUTTO COMPRESO

Con Hurry! prendi un veicolo nuovo e paghi in base ai km percorsi

Ricaricar, l'offerta "pay per use" per guidare tutto compreso
Con Hurry! prendi un veicolo nuovo e paghi in base ai km percorsi

Scegliere un veicolo nuovo e utilizzarlo con una formula "tutto compreso" pagando solo in base ai km effettivamente percorsi: il sogno di ogni guidatore si realizza con Ricaricar, la nuova offerta "pay per use" di Ald Automotive Italia, leader mondiale dell'autonoleggio che presenta questa novità mondiale in collaborazione con Hurry!, start up italiana che opera come piattaforma digitale e rappresenta il primo portale della mobilità.
La nuova proposta di Ald e Hurry! introduce definitivamente nel settore trasporti la semplicità e la convenienza delle offerte ricaricabili che hanno reso il cellulare accessibile a tutti grazie al principio del *"pay per use"*.

Con Ricaricar tutto è trasparente e facile: ci si collega al sito e si opziona il veicolo nuovo che soddisfa le proprie esigenze. Sottoscrivendo un contratto di 36 mesi, è possibile disporre del mezzo prescelto a partire da 99 euro al mese, a seconda del tipo di veicolo (una citycar, un suv, una sportiva, una moto). A questo punto, l'utente ha a disposizione un veicolo nuovo tutto per sé con la possibilità di poterne gestire liberamente l'utilizzo: basterà acquistare online di volta in volta sul sito di Hurry le "ricariche" di cui ha bisogno. Non ci sono percorrenze minime obbligatorie e si paga solo in base ai km effettivamente percorsi. Ricaricar è "tutto compreso": bollo, assicurazione, cambio gomme, manutenzione e non prevede né anticipi né maxi rate finali.

SE CAMBI IL TUO PUNTO DI VISTA, **OGNI GIORNO DIVENTA MERAVIGLIOSO.**

Ovunque ti porteranno le tue serate, che sia a cena fuori o al tuo concerto preferito, le Welcome Light di Nuova SEAT Ateca ti daranno un caldo benvenuto ogni volta che tornerai in auto, aiutandoti a trovarla anche al buio. La notte sarà più bella e sicura grazie ai fari Full LED, che illumineranno al meglio ogni tipo di strada, mentre le Multicolor Ambient Light interne ti permetteranno di creare sempre l'atmosfera perfetta per ogni situazione.

SEAT raccomanda Castrol EDGE Professional

SEGUICI SU:

Gamma SEAT Ateca. Consumo massimo di carburante in ciclo combinato (l/100km): 6,0/6,1.Emissioni massime CO_2 in ciclo combinato (g/km): 140/141. Dati provvisori in corso di omologazione riferiti a SEAT Ateca 1.4 EcoTSI ACT 110 kW S/S 4Drive DSG. Gli equipaggiamenti citati sono opzionali.

Stemacwagen

06 94.53.400 stemacwagen.it

Roma Via Tiburtina 1064
Via Serracapriola 48 - ingresso dal GRA
Frosinone Via dei Volsci 122