SPORTCLUB

YOUR LIFESTYLE MAGAZINE

CLAUDIO NOLANO

DIRETTORE TECNICO DELLA NAZIONALE ITALIANA TAEKWONDO

"UN FUTURO AZZURRO"

MAGGIO 2022

WWW.SPORTCLUBONLINE.IT

sportclubonline

sportclubonline

Guarino Roma, Via Po 16 - **Guarino Porto Cervo,** Promenade du Port - **Guarino Porto Quato,** Piazzetta Costa Smeralda - **Guarino Porto Rotondo,** Grand Hotel Abi D'Oro**** Località Colle di Marinella - **Guarino Maldive,** Emerald Maldives Resort Spa **** Farmadhoo Island, Ra Atoll, Maldives

Web: guarinostore.com Facebook: Guarino Roma Instagram: guarinostore WhatsApp: +39 345 170 3436

LA TUA NUOVA OSSESSIONE

TRIUMPH
FOR THE RIDE

SPEED TRIPLE 1200 RR

NUOVA SPEED TRIPLE 1200 RR: VIENI A SCOPRIRLA DA TRIUMPH ROMA GRA.

E' la piu raffinata, evoluta e performante Speed Triple di sempre. Il design emoziona fin dal primo sguardo, grazie agli eleganti richiami allo stile cafe racer e all'attitudine aggressiva, evidente in ogni minimo dettaglio. Il pacchetto tecnologico ottimizzato e arricchito dalle esclusive sospensioni elettroniche semi-attive Ohlins Smart EC 2.0, ti offre tutte le funzionalità di cui hai bisogno per ottenere la piu coinvolgente esperienza di guida sportiva, su strada o in pista.

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

SOMMARIO

7	REGIONE LAZIO	30	GUSTOVAGANDO	72	SPORT ECONOMY
8	ROMA CAPITALE	36	CURIOSITÀ	74	MILLENNIALS
10	COVER	40	PEOPLE	76	CARDIOLOGIA
14	TENNIS	44	NAUTICA	77	OCULISTICA
18	PASSIONE & SPORT	48	ODONTOIATRIA	78	INIZIATIVE
24	TURISMO	51	PADEL CLUB	80	EVENTI

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

Sport Club – Anno XIX – n. 171
MAGGIO 2022
Reg. trib. di Roma n. 591/2004
del 30-12-04

Direttore responsabile
Luigi Capasso
direttore@sportclubonline.it

Art Director
Valeria Barbarossa
redazione@sportclubonline.it

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

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

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

Fotografie
Luca d'Ambrosio

Stampa
CIERRE & GRAFICA – Roma
Finito di stampare nel mese di
MAGGIO 2022

Salvo accordi scritti o contratti di cessione di copyright, la collaborazione a questo periodico è da considerarsi del tutto gratuita e non retribuita. In nessun caso si garantisce la restituzione dei materiali giunti in redazione.

Sport Club – Free Press Italia
www.sportclubonline.it

sportclubonline sportclubonline @SPORTCLUBonline

WWW.SPORTCLUBONLINE.IT

A cura di Nicola Zingaretti – Presidente della Regione Lazio

UN BANDO DA 70 MLN DI EURO A SOSTEGNO DEI NOSTRI RICERCATORI

Sosteniamoli non con le parole ma con i fatti: 2.000 euro in più ogni anno

Con il bando "Fare Ricerca" dimostriamo concretamente quanto la Regione Lazio creda nella scienza e nel sapere quali leve fondamentali del cambiamento. Abbiamo deciso di sostenere le nostre ricercatrici e i nostri ricercatori non a parole ma con i fatti: a loro destiniamo 2.000 euro in più ogni anno. Questo bando prevede lo stanziamento di 10 milioni di euro in 7 anni per un totale di 70 milioni di euro che provengono dal Programma Lazio FSE+ 2021-2027. In Italia siamo l'unica regione ad aver lanciato uno strumento del genere. Si tratta di un importo a fondo perduto ed è rivolto a ricercatori strutturati e precari, universitari e non, compresi gli assegnisti di ricerca, con reddito lordo annuo inferiore a 63.095,00 euro operanti nel Lazio. In questo modo vogliamo accompagnare il mondo dell'Università e della Ricerca della nostra regione verso il futuro, puntando su interventi che rendano la comunità scientifica protagonista in Italia e in Europa con fatti concreti, impegni e risorse. E' un segnale di vicinanza e concretezza ad una risorsa imprescindibile, che produce sviluppo e benessere diffuso. Per noi oggi è fondamentale ridurre il gap che esiste tra i ricercatori italiani e quelli degli altri Paesi in termini di mezzi e risorse. Per questo servono misure strutturali capaci di portare nel tempo investimenti e benefici. Il bando "Fare Ricerca" va proprio in questa direzione e lancia anche un forte segnale nel contrasto al fenomeno della "fuga dei cervelli", sostenendo gli investimenti nella conoscenza come asse strategico per un nuovo modello di sviluppo nel Lazio e invogliando quindi i giovani talenti con alte competenze scientifiche a restare nel tessuto economico e sociale della nostra regione. Per ottenere il contributo basta aver pubblicato negli ultimi 24 mesi due lavori a carattere scientifico (o uno se il ricercatore è stato contrattualizzato da meno di un anno) su riviste Open Access, riviste in abbonamento e case editrici e candidarsi sulla piattaforma online della Regione Lazio https://sicer.regione.lazio.it/sigem-gestione

Questo bando non rappresenta un'iniziativa isolata ma si inserisce in una ampia azione strategica a favore della ricerca e dei ricercatori perseguita in questi anni dalla Regione Lazio con i Piani triennali per la ricerca e il trasferimento tecnologico, la Programmazione POR FESR 2014-2020 e gli Accordi di Programma Quadro con i Ministeri, grazie ai quali sono stati destinati alla ricerca oltre 380 milioni di euro.

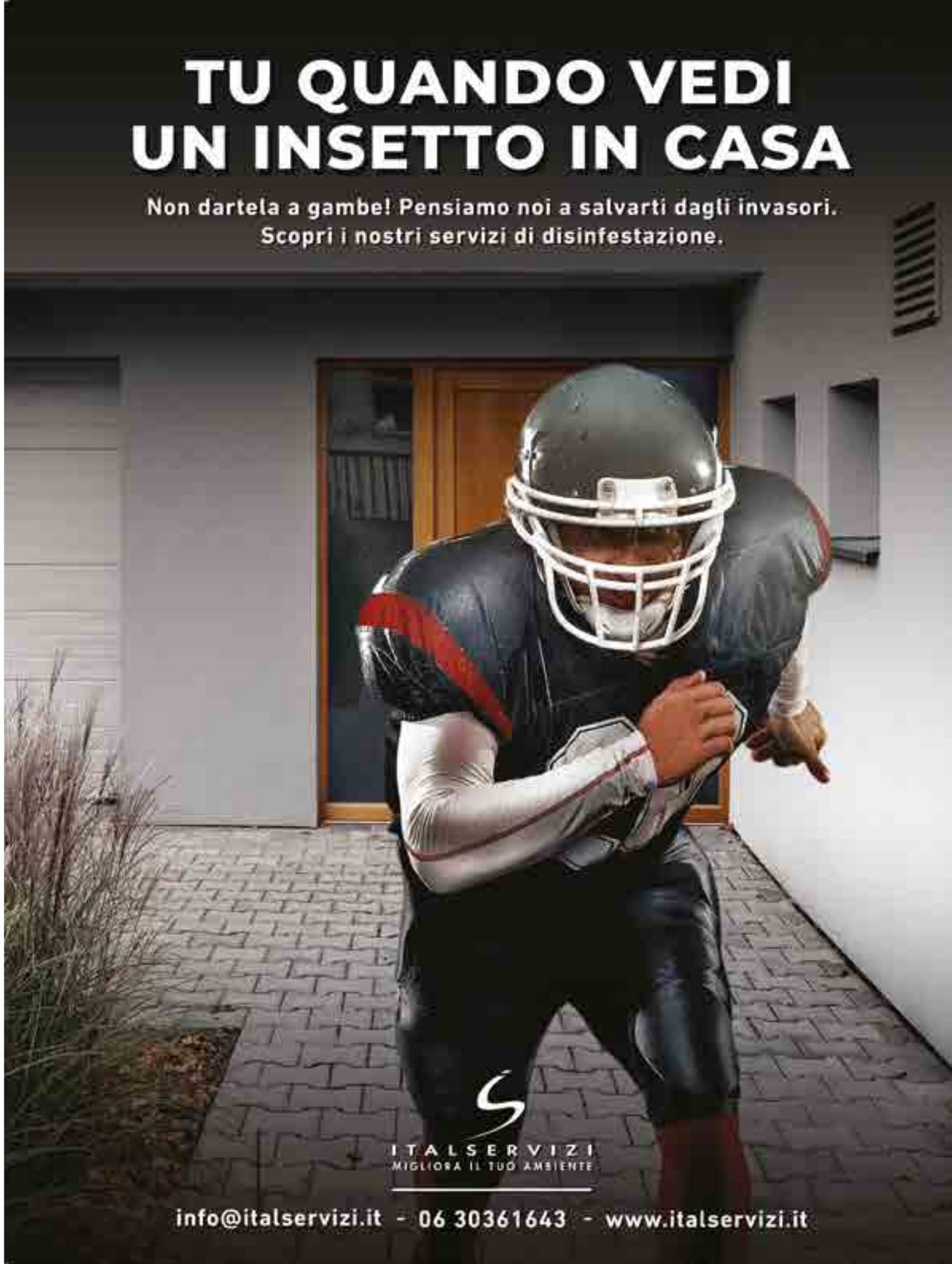
Ora nel nuovo POR 2021-2027 gli investimenti nella ricerca toccheranno il traguardo di circa 500 milioni.

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

IL RISVEGLIO SPORTIVO DI ROMA

Tennis, padel, ippica: la città si lascia contaminare con tante iniziative aperte a tutti

I grandi appuntamenti sportivi rappresentano occasioni preziose per il rilancio dell'immagine della nostra città. Riattivano l'economia cittadina, attirano flussi di turisti e riaccendono la voglia di praticare sport. Archiviato il periodo dei "no a tutto" – basti pensare al rifiuto alla candidatura per le Olimpiadi – è tempo di invertire la rotta. Vogliamo fare in modo che tutti i più importanti eventi diventino parte attiva del vissuto cittadino e che Roma si lasci contaminare da questi momenti, affinché si crei una vera e propria sinergia. È successo con gli Internazionali di Tennis che quest'anno, come non era mai accaduto in passato, sono "usciti" dal Foro Italico con gonfaloni sui ponti del Tevere e sulle strade del centro storico fino ad arrivare alla "Notte romana del tennis". Una serata in cui i negozi restano aperti fino a tardi per accogliere il pubblico reduce da una giornata trascorsa a seguire i campioni della racchetta. Un esperimento, un numero zero che intendiamo ripetere in altre occasioni e che punta al coinvolgimento attivo di tutti i soggetti coinvolti per moltiplicare le ricadute sulla città. Novità anche per un altro importante appuntamento: quello con il 139^ Derby del Galoppo, il 22 maggio all'Ippodromo Capannelle. Una giornata unica, che garantisce allo stesso tempo spettacolo, agonismo e selezione. Per questa edizione sono previste diverse iniziative aperte alla cittadinanza a titolo gratuito. A partire dal Villaggio delle Tradizioni: un'area espositiva allestita per la prima volta presso le tribune dell'Ippodromo, con ingresso libero da mattina a sera inoltrata, dedicata alla gastronomia country con animazione e spettacoli equestri. Il programma del Derby anche quest'anno sarà arricchito dalla "Horse Green Experience": una serie di eventi volti a valorizzare il patrimonio naturale, sportivo e culturale della città puntando sul potere comunicativo ed evocativo del cavallo. Alla fine del mese di maggio farà tappa a Roma la "Premier Padel Tour": la Capitale diventa uno dei quattro major del nuovo grande circuito mondiale, dopo il torneo di Doha di marzo e le tappe successive in calendario in Francia e Messico. Ospiteremo, da qui ai prossimi anni, uno dei maggiori tornei di quella che è diventata una delle discipline più attrattive del panorama sportivo. I tanti appassionati potranno così godere delle performance dei più grandi campioni con un appuntamento di massimo livello, che promette spettacolo e divertimento. Un vero risveglio sportivo per Roma, dopo il lungo torpore che finalmente ci lasciamo alle spalle.



GRAND PRIX TAEKWONDO ROMA 2022: INTERVISTA A CLAUDIO NOLANO

Direttore Tecnico della Nazionale Italiana Taekwondo

Ci siamo quasi. Il tempo di mettere da parte le racchette da tennis e il Foro Italico sarà pronto a aprire le porte ad altri sport. Tra un tocco di padel e uno di beach volley, la grande attesa è tutta per il Grand Prix di taekwondo, che dopo le edizioni 2018 e 2019 e la "pausa pandemia" torna a riprendersi quella scena che tutto il mondo della disciplina aveva apprezzato. Una continua e rapida crescita che ha portato Roma ad occupare di diritto un posto di primissimo piano nel calendario internazionale. Il marmo del Foro, la copertura del Nicola Pietrangeli, Piazza di spagna, l'arena del Colosseo, il tour italiano del Demo Team… rimangono immagini indelebili nella mente di tutti. E ora, ci chiediamo, cosa si potrà fare di più? "Tutto questo, insieme all'organizzazione delle Federazione, è ormai qualcosa che diamo come acquisita. Ma io la vedo con un altro occhio". L'occhio è quello del Direttore Tecnico della nazionale italiana, Claudio Nolano. Che si concentra, giustamente, sull'aspetto prettamente agonistico. "Quest'anno offriamo il massimo di quello che può esserci. I migliori atleti del mondo, campioni dei Cinque Continenti e dei Cinque Cerchi. Per un atleta di caratura internazionale cosa può rappresentare il massimo? Confrontarsi con i migliori, di pari livello. Entrare in un circuito come quello del Grand Prix vuol dire sì, offrire una degna cornice, unica come quella del Foro. Ma questa volta vedremo veramente una competizione di altissimo livello. E ci saremo anche noi. Ci presentiamo sui quadrati con un campione olimpico, un campione del mondo e diversi campioni europei. Direi non male…".

Nolano, a questo punto però si è sbilanciato… Italia sul podio? Su quale gradino? "Beh sarei ingenuo se pensassi di far passare un messaggio che non sia quello delle aspettative alte dei nostri atleti. Ci sono i numeri a dirlo, prima ancora del mio parere. Ci presentiamo dopo aver vinto 4 medaglie d'oro (sulle 8 disponibili, ndr) agli Open di Svezia. Abbiamo chiuso davanti, in classifica, a nazionali come Spagna e Turchia, avversari da sempre più quotati di noi. Questo vuol dire una sola cosa, che stiamo crescendo costantemente e non solo per exploit estemporanei di un singolo. Il nostro atteggiamento nel Grand Prix sarà quello che mettiamo in tutte le gare di questo livello, senza crearci un'ansia da prestazione perché gareggiamo davanti ai nostri tifosi. L'ansia di voler fare di più, caratteristico di noi italiani, da un certo punto di vista può essere un valore aggiunto ma a volte può diventare anche controproducente. Combattere a pochi metri dai nostri tifosi ci deve sicuramente portare più grinta. Ma ognuno dei nostri ragazzi sa bene a che livello è e dovrà arrivare al massimo senza alcuno stress. Non voglio fare previsioni di nessun tipo. Gli avversari sono di livello altissimo, come detto. E poi adesso… ci studiano. È il peso del campione, che portiamo volentieri. Quando sei numero 1 della classi-

fica come Dell'Aquila o numero 4 come Alessio, tutti vogliono batterti. E prima o poi qualcuno ci riesce. Ma siamo una squadra competitiva e dovranno a dir poco faticare per riuscirci". A fare da contorno alle giornate del Foro Italico, ci saranno poi altri due tornei importanti, il Kim&Liù e l'Olympic Dream Cup. Altri eventi da non perdere. "Spettacolo assicurato. Bellissimo quello dei bambini, interessante quello delle squadre regionali. Ma qui vado forse un po' in controtendenza, sempre dalla mia prospettiva ovviamente. Non dobbiamo creare, soprattutto per i piccoli, delle false aspettative. Fare il Kim&Liù, vincerlo magari, non vuol dire avere nel proprio destino l'obbligo di diventare un campione. Oggi le famiglie dei piccoli atleti, in tutti gli sport, portano i ragazzi in palestra pretendendo che riescano a diventare qualcuno. Dobbiamo dare un messaggio diverso. I ragazzi devono venire al Kim&Liù per giocare, sbagliare, piangere e gioire, senza in ogni caso aggiungere altri significati. L'aspetto ludico deve essere il primo step, quello che serve per creare interesse ad andare in palestra. Poi se c'è il talento si investe e si crea un percorso agonistico, con la speranza di arrivare ad un certo livello. L'Olympic Dream Cup rappresenta il passaggio superiore. Viene offerta una nuova opportunità a chi non ha vinto i campionati nazionali, con un valore aggiunto, uno stimolo, di gareggiare sugli stessi quadrati dove i campioni hanno combattuto il giorno prima. Chi è intorno a noi deve aiutarci a dare il giusto significato a tutto questo. Il valore di quello che ha fatto Vito dell'Aquila può essere da modello, se si comprende che è arrivato a vincere l'oro alle Olimpiadi pur non avendo vinto il Kim&Liù". Torniamo a parlare di chi campione già lo è: un pronostico sul personaggio che riuscirà a catalizzare l'attenzione al Foro? "Corea, Spagna, Turchia, Corea, Messico, Usa e altre nazioni hanno molti atleti inseriti nelle varie categorie che possono emergere. Non riesco a fare un nome su tutti francamente. Tra le donne mi vengono in mente le ragazze della Gran Bretagna, come Bianca Walkden e Jade Jones. Tra gli uomini…che ne dici di scegliere tra noi italiani?". Un sorriso e via, il Grand Prix è tornato!

Adriano Panatta

UNA SQUADRA È PER SEMPRE

Una serie tv per rivivere l'epopea del Tennis italiano.

Foto: Alberto Novelli

Senza alcun dubbio, era pacifico che dal 1976 al 1980 l'Italia è la squadra da battere. Parliamo di tennis e il trofeo per cui si lotta è la Coppa Davis. La squadra è formata da quattro giocatori, quattro campioni: Corrado Barazzutti, Paolo Bertolucci, Adriano Panatta, Tonino Zugarelli.

In quei cinque anni raggiungono la finale quattro volte, vincendo solo nel '76 contro il Cile. Le finali raggiunte ma poi perse sono nel '77 contro l'Australia, nel '79 contro gli USA e nell'80 contro la Cecoslovacchia. Nel '76 e nel '77 la squadra ha come capitano non giocatore una leggenda del tennis italiano, Nicola Pietrangeli, ritiratosi dall'attività agonistica solo da pochi anni. Pietrangeli verrà esonerato dai suoi giocatori dopo la sconfitta del '77 in Australia. Lo considera il più grande tradimento subito nella sua vita.

Nicola Pietrangeli

Domenico Procacci

Corrado Barazzutti

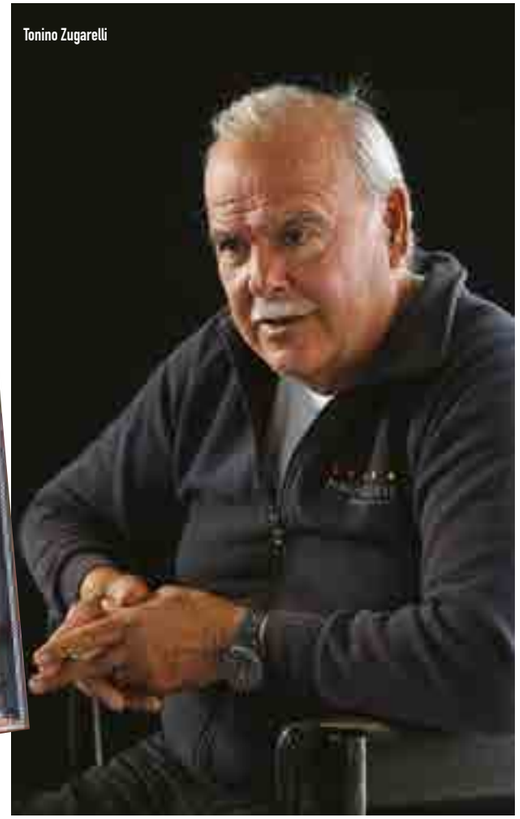
La docuserie racconta una squadra a volte divisa, frammentata, con al suo interno rapporti difficili, conflittuali, sia tra i giocatori che con chi li guida e allena. Una squadra, una nazionale, che nel momento in cui ha la vittoria a portata di mano viene osteggiata e combattuta nel suo stesso Paese. E nonostante tutto questo, in quegli anni la

Lucio Biancatelli e Giovanni Veronesi

Paolo Bertolucci

squadra più forte del mondo. La docuserie Sky Original sarà in onda su Sky Documentaries dal 14 maggio alle 21.15, disponibile anche on demand e in streaming su NOW.

LA SERIE TV. Le puntate che andranno in onda, racconteranno alcuni tra gli episodi più divertenti ed emozionanti del periodo d'oro del tennis italiano. In particolare, si concentra su una delle quattro finali, quella giocata nel '76 contro il Cile di Pinochet e per questo al centro di una feroce battaglia politica. Una vittoria, che ancora oggi, a 122 anni dalla nascita della Coppa Davis, rimane l'unica vittoria italiana.



Tonino Zugarelli

LO SPORT È CULTURA, È UN INSIEME DI VALORI CHE OGGI RAPPRESENTANO UN PILASTRO IMPORTANTE PER LA CRESCITA DELLE NUOVE GENERAZIONI, OFFUSCATE ANCHE DA QUESTO PERIODO DI PANDEMIA. L'ITALIA DELLO SPORT OGGI RAPPRESENTA ENERGIA, DINAMISMO, PASSIONE, DETERMINAZIONE, SPIRITO DI SQUADRA, INCLUSIONE E SOPRATTUTTO HA RAPPRESENTATO AL MEGLIO IL VALORE DEL NOSTRO TRICOLORE, IL NOSTRO PAESE NEL MONDO! FELICI DI OSPITARE OGGI IN QUESTA NUOVA RUBRICA "PASSIONE SPORT", ALESSIA SCORTECHINI, UNA GIOVANE GRANDE ATLETA DELLA NAZIONALE PARALIMPICA, UNA VERA PROMESSA. RAGAZZA DETERMINATA, CAPARBIA, PERSONALITÀ UMILE E DI GRANDE PASSIONE, UNA ROMANA DOC CHE CI HA FATTO EMOZIONARE E SOPRATTUTTO PORTA CON SÉ IL GRANDE SENSO DELLO SPORT. PENSO CHE MAI COME OGGI IL TEMPO SIA COSÌ MATURO, È IL MOMENTO GIUSTO IN CUI LE AZIENDE DOVREBBERO FARE LA LORO PARTE PIÙ DELLE ISTITUZIONI, ENTRARE NELLO SPORT AFFIANCANDO ATLETI E FEDERAZIONI, SUPPORTANDO LA CRESCITA DELLE NUOVE GENERAZIONI ENTRANDO ANCHE NELLE SCUOLE CON PROGETTI DI SPORT PER TUTTI. LO SPORT È INCLUSIONE, È CULTURA, È INNOVAZIONE, È MODO DI VIVERE NEL RISPETTO DEL PROSSIMO. È EDUCAZIONE E PASSIONE, CARDINI IMPORTANTI NEL PERCORSO DI CRESCITA DI OGNI INDIVIDUO, OGGI PIÙ CHE MAI LA GIOVANE SOCIETÀ HA BISOGNO DI RITROVARSI SOTTO QUESTO GRANDE SPIRITO DI SPORT E COMUNITÀ! IL VALORE NON È DEL SOLO UNICO INDIVIDUO, MA DEVE DIVENTARE DEL GRUPPO, ASSIEME SI PUÒ FARE LA DIFFERENZA.

BUONA LETTURA

ANDREA CICINI

ALESSIA SCORTECHINI

UN SOGNO CHE BRILLA DA TOKYO 2020

Foto: Augusto Bizzi

Ciao Alessia, ci puoi raccontare chi sei e come sei arrivata al Nuoto?
Sono Alessia Scortechini 25 anni atleta paralimpica. Ho scoperto questo sport il nuoto grazie a mia sorella, all'età di 4 anni sono entrata in acqua e all'inizio non è stato amore a prima vista forse perchè ero troppo piccola. Però solo quando ho provato a fare un'altro sport "danza" da lì ho capito che il mio posto era in acqua, mi sentivo libera, la fatica mi faceva stare bene. Il Nuoto mi ha regalato gioie, ma anche delle sconfitte dalle quali sono ripartita sempre più forte e determinata. Ho sempre nuotato al fianco di atleti normo dotati, misurandomi con loro e far capire agli altri che non ci sono barriere che ci dividono.

Visto che stai studiando, come concili l'allenamento e lo studio per raggiungere i massimi obiettivi?
Credo che lo sport ti aiuti a renderti autonomo a gestire tutto senza trascurare niente, facendo sport fin da piccola ho imparato a gestire il tempo in modo da non trascurare nessuna delle due cose. Se fai uno sport che ti piace e hai una passione fai di tutto per cercare di arrivare a obiettivi alti.

Che consigli e suggerimenti daresti ai tuoi coetanei?
I consigli o suggerimenti che posso dare per la mia esperienza sono che non è facile e i sacrifici sono tanti, molte volte vedi che i tuoi coetanei escono hanno molto più tempo libero e si pensa che forse è meglio lasciare tutto. Ma poi capisci che tutti i sacrifici e tutte le giornate in acqua o in palestra ti hanno portato a vivere emozioni che sono difficili da spiegare.

Cosa è per te lo sport e quanto ti ha dato e preso?
Per me lo sport è tutto e la mia vita e quel qualcosa che mi ha permesso di essere me stessa e di far capire che non ci sono limiti. Di mettermi tutti giorni alla prova, non arrendermi.

Si parla di atleti paralimpici pronti a candidarsi nei Gruppi Sportivi Militari, un momento storico grazie al grande lavoro del Comitato Italiano Paralimpico. Che cosa ne pensi di questa opportunità?
I gruppi sportivi militari anche per i paralimpici è stata una grande notizia, un grande cambiamento grazie a tutte le persone che si sono battute per ottenere questa cosa. E' un'opportunità da prendere al volo da provarci e vedere come va.

Hai scelto l'acqua come tua disciplina, quando sei in vasca come cambia la tua visione, la tua mente?
Ho scelto l'acqua perchè dentro di essa hai la sensazione di essere libera senti solo il rumore delle bracciate, e sei tu contro te stessa. Molte persone mi di-

Nata a Roma l'11 febbraio del 1997 con una malformazione alla mano destra chiamata agenesia. Il nuoto è la sua grande passione da sempre. Atleta del Circolo Canottieri Aniene, nel 2017 è entrata a far parte della grande famiglia della FINP (Federazione Italiana Nuoto Paralimpico), con la quale nello stesso anno ha partecipato al Mondiale di Città del Messico.

cono che quando sono in acqua o a una gara sembro un'altra Alessia, perchè fuori dall'acqua sono un po 'più timida, riservata cerco di non stare al centro dell'attenzione in acqua ho dovuto sempre dimostrare che c'è la potevo fare e che non ero meno altri.

Quanto è importante il pubblico e quanto influisce durante le tue gare? Durante Tokyo2020 per via del Covid immagino sia stata una sensazione tutta nuova, nuotare in un Olimpiade in assenza di Pubblico, come hai reagito?

Sì, il pubblico e molto importante ti da la carica. Per me é stata la prima Paralimpiade quindi non so come può essere con il pubblico, dai vari racconti dei ragazzi che hanno fatto anche Rio hanno detto che era tutto un'altra cosa. Vedere tutti quei seggiolini vuoti faceva effetto perchè immaginavi come poteva essere se fossero pieni. Sono una persona che riesce a gestire bene l'emozione da gara però non so se lì sarei stata capace.

Hai vinto un grande Oro nella Staffetta, quale è ancora il tuo grande sogno nel cassetto?

Di sogni nel cassetto ne ho ancora un pò, ma per ora rimango nel cassetto lì dico solo al momento giusto sia se vengono realizzati che non. Da quando ho iniziato l'attività agonistica ogni inizio stagione stabilisco un nuovo obiettivo che mi spinge a dare sempre di più.

Quanto è stata importante per te la tua famiglia? Quanto ha condizionato le tue scelte ?

La mia famiglia è stata sempre importante, mi ha aiutata nei momenti difficile non mi ha mai impedito di fare quello che amo di più fare. Mi ha sempre seguito e sostenuto in tutte le gare ha fatto anche tanti sacrifici per portami a questi livelli.

Cosa vorresti consigliare alle famiglie che hanno dei giovani figli che si stanno approcciando al mondo dello sport? Tu figlia, Oro Olimpico, che suggerimenti potresti dare ai genitori ed ai figli stessi?

Di essere felici che il figlio si dedichi allo sport, di assecondarlo in tutto anche se all'inizio farà fatica a trovare il suo sport, di farli provare anche se tu pensi che non è lo sport giusto per lui perchè per mia esperienza lo senti dentro quando hai trovato il tuo habitat.

Prossimi passi per te importanti? A quando le prossime sfide?

Quest'anno come tappa più importante abbiamo il mondiale in portogallo a Madeira.

gusta
RISTORANTE

PER VOI, APPASSIONATI DEL GUSTO

E ANIMATI DAL DESIDERIO DI RITAGLIARVI UN MOMENTO SPECIALE IN CUI
LASCIARVI INCANTARE DA UN'ATMOSFERA ESCLUSIVA
MA COMUNQUE INFORMALE, IL RISTORANTE GOURMET
GUSTA E **MV AGUSTA ROMA CAFFÈ**,
NATI NEL NUOVO EXPERIENCE CENTRE MV AGUSTA DI ROMA,
DALL'ALBA A NOTTE FONDA, DALLA COLAZIONE ALLA CENA,
PASSANDO PER IL PRANZO, IL "TEA TIME" E L'APERITIVO,
VI PROPONGONO UN VIAGGIO ENOGASTRONOMICO IN CUI SI FONDONO
ELEMENTI AUTOCTONI E INGREDIENTI LONTANI DI TERRA E DI MARE E
DOVE SI PREDILIGONO L'ESSENZA DEL SAPORE E LA QUALITÀ DEI PRODOTTI.

AGUSTA MV

ROMA CAFFÈ

VI ASPETTIAMO

Piazza Carlo Magno, 13/14 - 06 83773316
(nel nuovo complesso della città del sole)

TURISMO
#turismo

PRONTI A PARTIRE PER AMMIRARE IL SOLE A MEZZANOTTE?

Un bellissimo fenomeno astronomico, assolutamente affascinante. Parliamo del Sole di Mezzanotte, quel capolavoro di Madre Natura visibile solo dove fa molto freddo, ma battere un po' i denti in questo caso ne vale davvero la pena. Vi sveliamo esattamente di cosa si tratta, perché avviene, quando e dove ammirarlo. Pronti per un tour decisamente alternativo?

Si ringrazia Travel 365

CURIOSITÀ DEL FENOMENO

E' un bellissimo fenomeno astronomico che si verifica nelle regioni polari e avviene sulla base della posizione del Sole sull'orizzonte. Infatti quando l'astro rimane sopra di esso per periodi che vanno da almeno 24 ore (presso latitudini vicine a quelle dei circoli polari) a 6 mesi (presso i poli geografici) è possibile ammirare il cosiddetto Sole di Mezzanotte.
Il bizzarro nome di questo fenomeno deriva dal fatto che quando si realizza il Sole trova apparentemente il suo culmine rispetto all'orizzonte non a mezzogiorno, come ci si aspetterebbe, bensì alla mezzanotte locale. Durante il periodo invernale dell'emisfero in cui si verifica il Sole di Mezzanotte, si attua nell'altro emisfero la Notte Polare, ossia il fenomeno contrario.

PERIODO MIGLIORE PER VEDERLO

A causa dell'inclinazione dell'asse di rotazione terrestre, a latitudini superiori o pari a 66°33°, nel periodo compreso tra l'equinozio invernale e quello estivo, il Sole può capitare che resti sopra l'orizzonte anziché tramontare e sorgere. Questo splendido fenomeno si verifica a semestri alternati nell'emisfero nord e sud. Visto che le uniche zone abitate a sud del Circolo Polare Antartico sono in realtà avamposti scientifici, l'incantevole esperienza di ammirare il Sole di Mezzanotte viene vissuta liberamente solo dalle popolazioni residenti a nord del Circolo Polare Artico. A causa della rifrazione, questo fenomeno può essere visto anche da regioni poste a latitudini inferiori rispetto a quelle dei Circoli Polari anche se il Sole geometricamente non dovrebbe essere visibile sopra l'orizzonte. La durata del Sole di Mezzanotte varia da circa 6 mesi a 24 ore a seconda delle zone. E adesso vediamo nel dettaglio i 4 posti migliori dove ammirare il Sole di Mezzanotte nei prossimi mesi.

TURISMO
#turismo

LAPPONIA - FINLANDIA

Quando: dal 26 giugno al 7 agosto
Come: www.visitfinland.com

La Lapponia finlandese è fatta di meravigliosi contrasti: 24 ore di sole durante l'estate e giorni bui in inverno, il rumore dei comprensori sciistici e delle città e la quiete della natura incontaminata. Rovaniemi è la sua capitale ed è conosciuta in tutto il mondo per essere la città di Babbo Natale. Posizionata in prossimità del circolo polare artico, offre servizi moderni e svariate attività durante tutto il corso dell'anno. La maggior parte delle persone si reca in questa regione per 3 motivi: Babbo Natale, l'Aurora Boreale e il Sole di Mezzanotte. La Finlandia è, in effetti, uno dei luoghi migliori al mondo in cui osservare i due fenomeni naturali.

TROMSØ, ISOLE LOFOTEN - NORVEGIA

Quando: dal 20 maggio al 22 luglio
Come: www.visitnorway.it

Le Isole Lofoten sono una località incantevole ed è possibile ammirare il Sole di Mezzanotte dal ponte di Hurtigruten prima che si approdi a Tromsø. La "Parigi del Nord" si raggiunge tranquillamente da Bodø in aereo con un'ora di volo ed è una città moderna, dove natura e cultura vanno di pari passo. Tromsø si trova a 350 chilometri a nord del Circolo Polare Artico ed è la più grande città della Norvegia del nord. E' una destinazione popolare per coloro che vogliono vedere sia l'Aurora Boreale che il Sole di Mezzanotte. Fuori dal centro di Tromsø vi attende una natura quasi incontaminata e che offre molte opportunità per attività outdoor quali escursioni, pesca, kayak o slitte trainate dai cani. La città, inoltre, è nota per la sua vivace vita notturna e la scelta di ristoranti specializzati negli ingredienti freschi della regione artica.

ISOLA DI GRIMSEY - ISLANDA

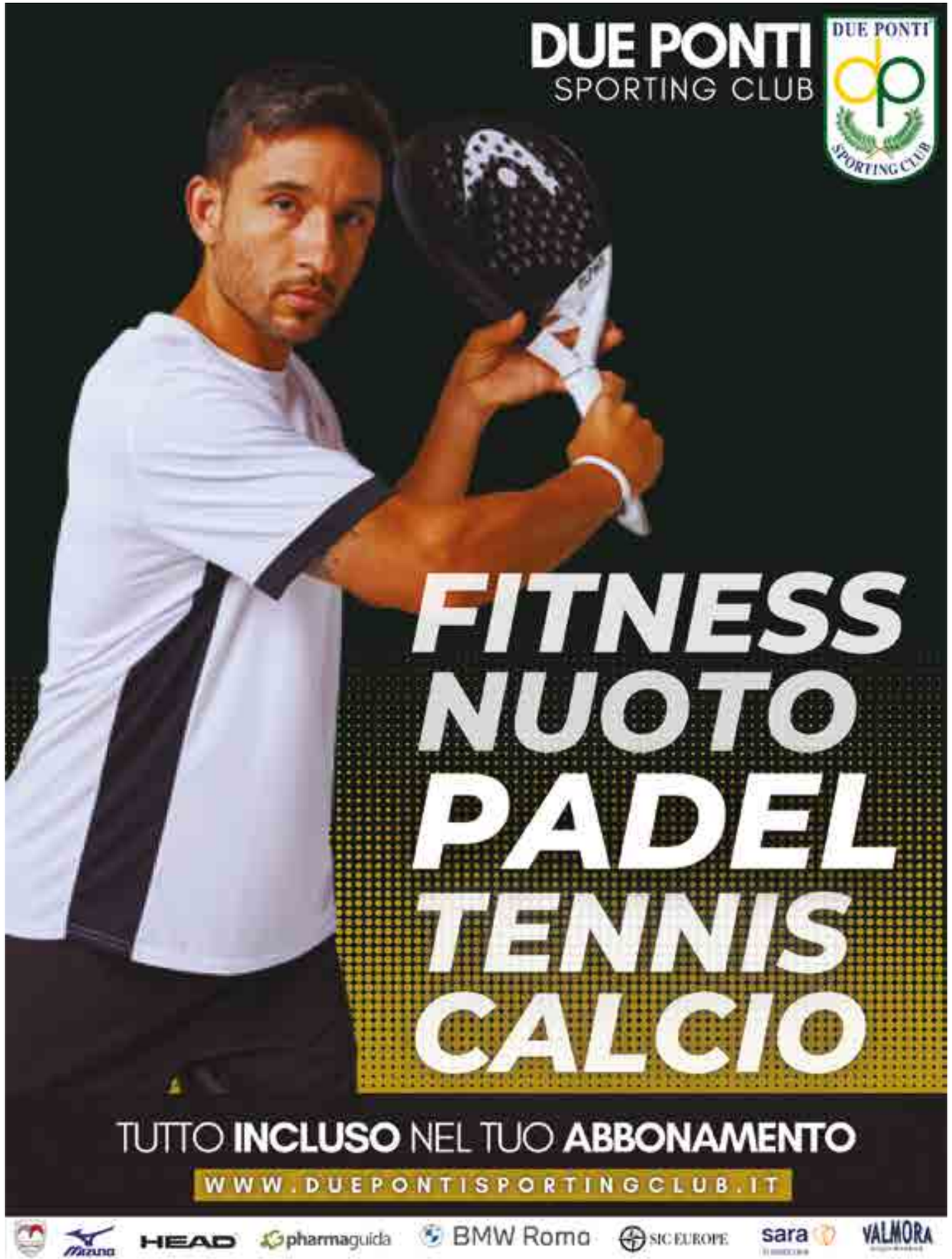
Quando: daL 26 maggio a AL 26 luglio
Come: www.islanda.it

D'estate le notti islandesi sono caratterizzate dalla luce solare e durante giugno il sole non tramonta mai completamente nel nord del paese. In Islanda, anche se sotto il Circolo Polare Artico, è possibile quindi assistere allo straordinario evento del Sole di Mezzanotte grazie alla rifrazione della luce. Ma se decidiamo di intraprendere un tour sull'isola di ghiaccio e fuoco, dopo aver visitato le principali attrazioni, è bene spostarsi a nord ed organizzare un'escursione all'Isola di Grimsey, situata nel circolo polare artico, dove si viene a diretto contatto con il fenomeno del Sole di Mezzanotte. E' possibile raggiungere Grimsey sia in traghetto che in aereo. Il traghetto parte da Dalvík 3 volte a settimana (lunedì / mercoledì / venerdì) tutto l'anno, e raggiunge Grimsey dopo circa tre ore di navigazione. Da Akureyri ci sono, invece, due compagnie di bus che fanno servizio di colleganento tra Akureryi e Dalvík (direttamente alla stazione marittima del traghetto per Grímsey). Se si sceglie di prendere il bus da Akureyri è consigliabile acquistare i biglietti per il traghetto per Grimsey ad Akureyri, presso l'ufficio informazioni turistiche che si trova all'interno del Centro Culturale Hof, Strandgata 12, Akureyri. Sempre da Akureyri la Norlandair offre voli di linea e voli charter tutto l'anno.

CAPO NORD - NORVEGIA

Quando: dal 14 maggio al 29 luglio
Come: www.visitnorway.it

Qui le gelide acque dell'Oceano Atlantico e dell'Oceano Artico si mescolano in un luogo fuori dal tempo dove non esiste un pezzo di terra asciutta ad eccezione delle Isole Svalbard. A Capo Nord il sole d'estate non tramonta mai. Con la sua scogliera a picco sul mare, Capo Nord si eleva a 307 metri di altezza. Il centro visitatori, Nordkapphallen, ospita diverse mostre tutto l'anno. A Capo Nord troverete anche la St. Johannes Kapell, la cappella ecumenica più settentrionale del mondo nonché luogo popolare per celebrare matrimoni. Capo Nord non ha da offrirvi solo lo spettacolo del Sole di Mezzanotte, ma anche: il tramonto sul Mare di Barent; la scogliera Gjesværstappan che ospita centinaia di migliaia di pulcinelle di mare, sule e cormorani; l'arco naturale di Kirkeporten che offre un impressionante panorama su tutta Capo Nord; piccoli e variopinti villaggi di pescatori. Insomma, un luogo incantevole dove il cielo può anche offrire lo spettacolo dell'Aurora Boreale.



GUSTOVAGANDO
#gustovagando

5 ENOTECHE ROMANE DOVE BERE... DI QUALITÀ

Ah com'è bella la primavera a Roma, il sole, il venticello che appaga la passeggiata, quel tramonto che non ha eguali, e un buon bicchiere di vino. Oggi vi segnalo, a questo nobile scopo, 5 enoteche a Roma che dovete assolutamente annotare, ma mi raccomando, non provatele tutte nello stesso tramonto.

Si ringrazia Fiorella Palmieri – Scatti di Gusto

Il rituale dell'aperitivo è una di quelle cose che resiste e persiste, in Italia come all'estero. Se prima però era una corsa a chi offriva più proposte gastronomiche, coniando l'odioso termine di apericena, adesso ci siamo giustamente imborghesiti (sempre che sia questo il termine giusto). Il concetto è che adesso ci importa di più trovare quei posti dove si beve bene, evitando il mal di testa del giorno dopo, che quelli in cui si mangia di più. Se poi hanno un'offerta gastronomica dignitosa (no buffet grazie) ben venga. Voi sentitevi di scegliere liberamente in base alla vicinanza e al sentimento. E infine al prezzo, che ora non vi starò qui a dire, ma è un'informazione di facile reperimento anche sui loro siti.

QUARTINO ENOTECA

Gioiellino romano senza se e senza ma, nel cuore di Roma, nella notissima Piazza Vittorio, a due passi dal quartiere San Giovanni e dalla Stazione Termini, questa è sicuramente una delle enoteche migliori della Capitale. Quella che un tempo era un'enoteca per vini da asporto, da pochissimo si è trasformata in una magnifico posto di conversazione. Scaffalature che arrivano al cielo, un bancone accogliente, poltroncine comode, legno dominante, luci calde. I proprietari, Marco e Giacomo Wu, da anni già impegnati nell'esportazione dei grandi vini in Cina e nella distribuzione all'ingrosso per i ristoranti cinesi in Italia, hanno dato vita ad un posto magico, in cui alle 2000 etichette di vini italiani e francesi si aggiunge una notevole proposta gastronomica con una vera cucina. Nel menu troviamo tartare di filetto, fettuccine al ragù d'anatra, tonnarelli guanciale e cipolla, ma anche cose più semplici come salumi e formaggi di altissima qualità. Una nota di merito alla selezione di prosciutti (Sant'Ilario, di Cinta Senese e Pata Negra) accompagnati da una croccantissima focaccia che crea dipendenza. Christian, che mi accoglie tutte le volte che

entro da Quartino, sa già che la focaccia è ormai per me un must have. Quartino è aperto tutti i giorni tranne la domenica, dalle 10 fino all'una di notte. Potrete quindi fare qui non solo aperitivo, cena o dopocena, ma anche colazione, pranzo e merenda. Mi raccomando, a colazione forse il vino non è sempre indicato, a meno che non abbiate un degno motivo per festeggiare. Tuttavia, siate coscienziosi, ma sempre folli.
Quartino Enoteca - Piazza Vittorio Emanuele II, 103. Roma. Tel. +39064453865 - www.quartino.eu

ASTEMIO WINE & FOOD

Rimaniamo in casa Wu per quest'altra straordinaria enoteca. La trovo, sinceramente, anche più bella rispetto a Quartino. Ci spostiamo in via Cavour, rimanendo sempre in zona centrale. Anche qui Giacomo e Marco hanno pensato a tutto: vino e cucina, un piccolo spazio esterno e un meraviglioso ambient interno con tanto di tavolo sociale. 1500 etichette, destinate sicuramente ad aumentare, e una novità in arrivo. Astemio al momento è in ristrutturazione, ma dalla regia ci assicurano che tra circa un mesetto dovremmo ritrovarlo tutto impettito con indosso una nuova veste, una cucina più grande e la solita cordialità casalinga. Ragazzi vorremmo avere un minimo di priorità, ce la meritiamo. Non vi diciamo nulla sul menù perché anche quello sarà completamente rinnovato. Tra le enoteche di Roma da non perdere nemmeno per sbaglio.
Astemio Wine & Food - Via Cavour, 93. Roma. Tel +39064873236 - www.astemiowinefood.com

BARNABA

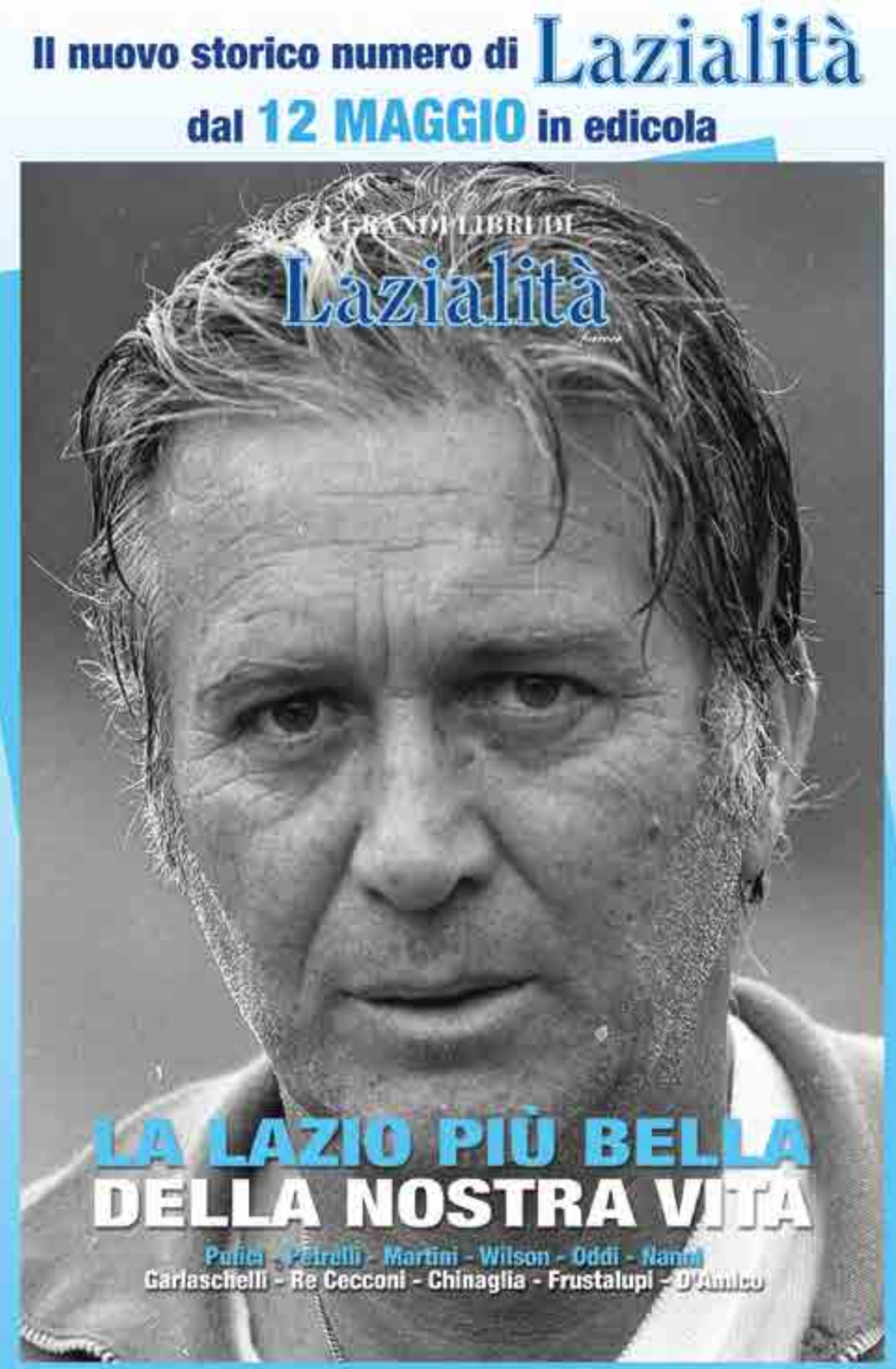
Barnaba è ormai un'istituzione a Roma. Ci troviamo in zona Ostiense, a due passi dalla Piramide Cestia, da Trastevere e dal Testaccio. Nata nel 2018 raccoglie l'eredità di Remigio Champagne e vino, la piccola enoteca nel quartiere Appio che purtroppo non c'è più (un gran dolore per chi come me l'aveva a 200 metri da casa). Se San Remigio era il protettore di vini e champagne, San Barnaba è il protettore dei vignaioli dalla grandine e delle intemperie. Una carta dei vini che, ci tengono a sottolineare, "sarà per sempre in completamento", composta da 1/3 di champagne, 1/3 di vini stranieri (soprattutto francesi) e 1/3 di vini italiani. La maggior parte delle bottiglie sono di piccoli vignaioli e sotto i 30 euro. Anche qui una bella offerta di cucina. Salumi, formaggi, crostini ma anche tartare, animelle, uova alla poche, polpette di bollito, fritto misto e primi piatti. Segnaliamo che da un mese c'è un nuovo chef, Emiliano Valente, proveniente, tra le altre, dalla cucina di Settembrini e Romeo Chef e Baker. Il menu è in fase di cambiamento, dovuto sia a motivi stagionali che di riorganizzazione del bancone (che dopo il covid finalmente riprende le sembianze di luogo di chiacchiere e cibo) e per il quale vengono studiate proposte ad hoc, per stuzzicare senza dover per forza fermarsi a cena. C'è anche uno speciale menu per l'aperitivo (dalle 18 alle 20.30), che spazia dai gamberi in tempura alle pizzottelle pomodoro e parmigiano, passando per delle straordinarie patatine fritte. La location è bella e accogliente, il bancone rimane il mio preferito, ma nella bella stagione il dehor vince su tutto. Barnaba è aperto tutti i giorni ma con degli orari differenti. Dal lunedì al venerdì dalle 18.30 a mezzanotte e mezza, mentre il sabato e la domenica si inizia alle 12.30.
Barnaba - Via della Piramide Cestia, 45-51. Roma. Tel. +390623484415 - www.barnabawinebarecucina.it

ENOTECA BELSITO

Ci spostiamo finalmente a Roma nord, per una delle Enoteche di Roma che merita una menzione speciale. L'enoteca Belsito si trova alla Balduina, quartiere della Roma bene a due passi dal Vaticano. 1700 etichette, ma anche distillati e birre artigianali. La cosa sorprendente è che pare essere l'unica enoteca romana ad avere in lista ben 210 etichette di champagne. Belsito è realmente un punto di incontro per i veri amanti del vino e non solo per chi vuole fermarsi a bere un bicchiere dopo il lavoro. Pensate che la temperatura del locale viene mantenuta costante a 20° proprio per preservare la conservazione e maturazione dei prodotti. L'enoteca Belsito è aperta dal martedì al sabato con orario spezzato: 09.30/13.30 e 16/22. Forse gli orari sono più da ufficio che da enoteca, ma noi ci accontentiamo.
Enoteca Belsito - Via Medaglie d'oro, 419 a/b/c. Roma. Tel. +393534 4943 - www.enotecabelsito.com

PIANO C CIRCOLO DEL VINO

Piano C è una nuovissima apertura, ma di una vecchia conoscenza. Il locale in zona San Giovanni, proprio a pochi metri dalla Piazza che dà il nome al quartiere, è un po' una storia di vittoria. Mirko Di Mambro, uno dei soci, lavorava fino allo scorso anno proprio a pochi metri dal suo nuovo locale, precisamente da Verso in Via Taranto. Con Piano C ha realizzato il sogno di un locale tutto suo, insieme a Federico Geremicca e David Italia. Il menu del vino si compone di bollicine, vini aranciati, vini bianchi, rosè, vini rossi, dolci e da meditazione. In cucina abbiamo piccole ma interessanti proposte. Tartare di carne, baccalà, Hummus, polpette e altri piatti sfiziosi. Io mi sono innamorata del Boca: la focaccia scrocchiarella dell'Elettroforno Frontoni con bufala affumicata, peperoni alla brace e acciuga del Cantabrico. L'interno è un mix tra il vintage e il romantico. Spazio esterno sul marciapiede per la bella stagione. Piano C è aperto tutti i giorni tranne la domenica. Da lunedì al venerdì dalle 17 a mezzanotte, il sabato apre anche per pranzo.
Piano C Circolo del Vino - Via Faleria, 12. Roma. Tel. +390697278919 - www.pianoccircolodelvino.com



PIPER CLUB
PIPER CLUB
PIPER CLUB
PIPER
since 1965
Club
FLUB
FLUB.SHOP
FLUB.SHOP
FLUB

CURIOSITÀ
#curiosità

10 COSE CHE NON SAI DI EMMANUEL MACRON

È il più giovane Presidente della storia della Repubblica francese, eletto nel 2017 a soli 39 anni. Solo Napoleone Bonaparte aveva fatto di meglio divenendo Imperatore a 34, nel 1804.

di Elena Oddino

Ed ora Emmanuel Macron è stato scelto di nuovo, il 24 aprile 2022, per guidare il suo Paese per un altro mandato. Classe 1977, convinto europeista, deciso, capace, brillante e superiore a polemiche e gossip, primo tra tutti quello di avere una moglie di 24 anni più grande di lui, il fondatore di En Marche è riuscito a sconfiggere per due volte l'agguerrita Marine Le Pen, ed ora promette ai francesi di guidarli verso un futuro nuovo, più giusto e più green, senza cedere un passo a chi mina la libertà e la democrazia in ogni angolo del mondo. A partire dall' Europa e dalla folle guerra scatenata da Putin, con il quale il capo dell'Eliseo promette di percorrere ogni via perché si arrivi al più presto a deporre le armi. Ma siete sicuri di conoscere bene il nuovo rieletto Presidente della Francia? Ecco 10 cose di Emmanuel Macron che certo non sapete.

1 **Origini** - Alto 1.73, segno Zodiacale Sagittario, Macron è nato il 21 dicembre del 1977 ad Amiens. La sua è una famiglia non religiosa ma lui, a 12 anni, ha chiesto di essere battezzato. Studente del Lycée de la Providence di Amiens, lì conosce la professoressa di lettere di cui si innamorerà, e per questo i genitori lo spediscono a studiare a Parigi, dove otterrà il diploma. Dopo la laurea in Filosofia, nel 2004, Macron studia all'Istituto di studi politici di Parigi (Sciences Po) e all'École nationale d'administration (ENA), per poi lavorare come ispettore delle finanze e dal 2008 come managing director nella banca d'affari Rothschild & Co.

2 **La politica** - Dopo essere stato membro del Partito Socialista dal 2006 al 2009, Macron ha partecipato alle elezioni con il movimento politico di centro da lui fondato nel 2016, "La République En Marche". Precedentemente era stato consigliere del presidente socialista François Hollande, poi Ministro dell'economia, e dell'industria e del Digitale. Nel 2016 si dimette in vista della sua imminente candidatura alle presidenziali.

3 **La famiglia** - La mamma Françoise Noguès, è medico. Il padre, Jean-Michel Frédéric Macron, professore di neurologia all'Université de Picardie-Jules-Verne e nella sua carriera ha portato avanti studi accademici importanti sulla neurologia felina. Macron ha un fratello, Laurent, del '79, radiologo, e una sorella, Estelle, nata nel 1982, nefrologa.

4 **La nonna** - Ha raccontato lui stesso nella sua autobiografia che da bambino Macron, dopo la scuola, passava tutti i pomeriggi dalla nonna, di professione insegnante, a studiare grammatica, storia, geografia, e leggere ad alta voce Molière, Racine e Mauriac. "Per la nonna" ha detto Macron, "la letteratura, la filosofia e i grandi autori contavano più di qualunque altra cosa. Era stato lo studio a cambiarle la vita".

5 **Curiosità** - Il capo dell'Eliseo ama il vino rosso, il suo preferito è il Bordeaux, mentre per i bianchi sceglie tra quelli di Borgogna. Da ragazzo praticava il pugilato senza però eccellere. Macron è un grande appassionato di calcio e tennis, e un tempo sognava di diventare attore. Dicono che abbia anche partecipato al casting per un film con Jean-Pierre Marielle senza però essere selezionato.

6 **L'amore per Brigitte** - È sempre stato ostacolato dalla famiglia. Fra i due ci sono 24 anni di differenza e la relazione iniziò quando lui aveva solo 16 anni. Già a 17 anni Emmanuel promise a Brigitte di sposarla. I genitori di Macron si opposero subito al rapporto e nel tentativo di ostacolarlo spedirono il figlio a studiare a Parigi, al Lycée Henri-IV. Ma questo non ha fermato i due, il cui legame è rimasto indissolubile.

7 **Le nozze** - Il 20 ottobre 2007 finalmente Macron ha coronato il suo sogno e si è sposato con la sua ex professoressa di Liceo, Brigitte Trogneux. Solo nel 2006 infatti Brigitte ha potuto divorziare dal marito, il banchiere André Louis Auzière, per convolare a nozze con l'allora 29enne Macron. Brigitte ha avuto tre figli dal precedente matrimonio, che a loro volta le hanno dato sette nipoti, con cui il presidente francese mantiene un buon rapporto. La figlia di Brigitte, Tiphaine, stretta collaboratice di Macron, ha dichiarato: "Non abbiamo nessun problema. Ha scelto mamma. Ha scelto noi. Siamo una famiglia".

8 **Chi è Brigitte Macron** - Brigitte, classe 1953, è un'ex insegnante di Amiens nata in una famiglia di cioccolatai. Dopo la laurea in lettere a Parigi, ha insegnato alla scuola protestante di Lucie-Berger di Strasburgo fino al 1991, per poi passare al lycée La providence di Amiens e al lycée Saint-Louis-de-Gonzague di Parigi. Accanto al giovane marito ha dovuto mettere da parte la sua carriera per coprire il ruolo di prima donna di Francia, ricco di prestigio ma anche di impegni e responsabilità, al punto che pare la signora non si augurasse un secondo mandato del marito all'Eliseo, nel desiderio di riconquistare una vita più tranquilla e privata accanto al suo amore.

9 **Le pazze spese per il trucco** - Nei primi mesi del suo mandato, fece scandalo la notizia delle folli spese di Macron per il make up: pare che in 3 mesi avesse speso quasi 26mila euro. Corrispondenti al compenso per visagisti, specialisti della cura estetica del viso ed al costo dei cosmetici. Necessari per apparire al meglio durante le visite di Stato, per prepararsi alle conferenze stampa, e nelle apparizioni pubbliche davanti a cittadini ed elettori. Ma del resto le pazze spese per il trucco non sono una novità in terra di Francia. François Hollande aveva a budget 6 mila euro al mese per trucco e 10 mila in parrucchieri, secondo quanto riporta Le Point. Mentre Nicolas Sarkozy dava uno stipendio di quasi 10mila euro al mese al suo parrucchiere.

10 **Patrimonio** - Come Presidente di Francia, Emmanuel Macron riceve uno stipendio lordo di 181.680 euro. Il suo stipendio mensile è dunque di 14.900 euro lordi mentre fino al 2012 il Presidente della Francia incassava 21.300 euro al mese, dopo l'aumento precedentemente deciso da Nicolas Sarkozy. A dicembre 2019, Emmanuel Macron ha annunciato di voler rinunciare alla pensione a vita che gli spetterà una volta finito il suo mandato, rifiutando così un assegno da 5.200 euro netti al mese.

PEOPLE
#people

FRANCESCO GAZZÈ

LA MUSICA NEL CUORE… IL CITYTENN IS NELLA MIA "SEC ONDA" VITA

GLI SCAMBI PROLUNGATI E I FREQUENTI "NET CHANGE", RESI POSSIBILI DALLE DIMENSIONI RIDOTTE DEL CAMPO, DALLA MAGGIORE ALTEZZA DELLA RETE, DALLA MINORE VELOCITÀ DELLA PALLA E DALLA IMPOSSIBILITÀ DI ESEGUIRE DUE COLPI AL VOLO CONSECUTIVI, CONTRIBUISCONO AD ELEVARE IL TASSO DI SPETTACOLARITÀ DI OGNI PARTITA.

Autore dal 1995, Francesco Gazzè, è la "penna" ufficiale del fratello Max, indimenticabile nel 2008 al Festival di Sanremo, la super hit "Il Solito Sesso", cantata da Max Gazzè. Ha collaborato con Raf nell'album "Iperbole" e con artisti del calibro di Nek, Marco Carta, Francesco Renga, Carmen Consoli, partecipando in qualità di autore anche ad altre edizioni di Sanremo con i brani "Una Musica Può Fare" e "Il Timido Ubriaco". Ha pubblicato un libro di racconti dal titolo "Il terzo uomo sulla Luna" e precedentemente diverse raccolte di poesie.

di Marco Oddino

Oggi ha deciso di diversificare la sua "vita" per sviluppare la sua nuova passione ed io che ho avuto il privilegio di provarlo ed ovviamente perdere sia in singolo che in doppio contro Francesco, devo confessarvi che è davvero divertente ed adatto anche ai "sedentari" e pigri come me…provare per credere!

Raccontaci di te, cosa "facevi" nella vita?

Facevo ahahaha. Sono un autore ed editore musicale. Scrivo principalmente i testi delle canzoni di mio fratello Max dal 1996 e collaboro con altri artisti attraverso la società Linea Due Srl Edizioni Musicali.

Com'è nata questa idea?

Gioco a tennis dall'età di 10 anni e l'idea del 'Citytennis' nasce a Pesaro nel 2014. Un lunedì pomeriggio, era inverno, nel corso della consueta partita di beach-tennis indoor con gli amici, in risposta a un potente servizio dell'avversario, "stecco" la palla che si proietta altissima oltre la recinzione del campo per poi cadere sulla passerella in legno con un rimbalzo maestoso e decisamente ispiratore, prima di finire inghiottita dalla sabbia del campo adiacente. Smaltita la delusione per il punto perso, questa immagine del rimbalzo inizia a riaffiorarmi alla mente per tutto il resto della partita, e poi durante le chiacchiere negli spogliatoi e ancora in macchina sulla via del rientro; finché, tornato a casa, non mi siedo a riflettere sul perché di tanta ostinazione. È bastata una manciata di minuti per capire…quel rimbalzo mi mancava enormemente, avendo interrotto per problemi di "gomito del tennista" qualche anno prima la pratica del tennis. Allora, il giorno dopo, chiamo un amico classificato di tennis e lo invito a raggiungermi in una palestra del centro storico per cominciare i test di un nuovo sport tennistico giocabile a tutto braccio con la stessa tecnica del tennis ma su campo di dimensioni ridotte, con piccole racchette senza corde e palline depressurizzate. Lui, dopo avermi chiesto quanto avessi bevuto… ahahah, ha accettato l'invito. I test sono durati circa un anno, con la collaborazione di un paio di maestri di tennis e di altri atleti che hanno voluto rendersi utili alla causa, e quando è apparso chiaro a tutti che il nuovo sport aveva raggiunto il suo livello massimo di fruibilità e spettacolarità, ho pubblicato il regolamento del gioco e la formula del campionato, prima di proporre l'allestimento di un campo ai Bagni Café Arzilla di Fano (PU). Il gestore di quest'ultimo ha impiegato non più di una settimana per tracciare le righe e montare la rete del primo campo da Citytennis in Italia.

E poi?

L'anno successivo è stata la volta del primo campo indoor in resina Mapei (poi diventati tre) al Lucrezia Beach di Lucrezia di Cartoceto (PU) e del campo in cemento (ora in erba sintetica) a Orciano di Pesaro (PU). La partnership con la prestigiosa azienda di Sassuolo prosegue tuttora. Tre anni fa si sono aggiunti altri tre campi in cemento al Lido Verde Sport Village di Fano, che hanno permesso al Citytennis di raggiungere quota 400 praticanti. Nel 2020 nasce l'ASD Citytennis affiliata alla FIT e riconosciuta ai fini sportivi dal CONI, oltre alla collaborazione con CSI (Centro Sportivo Italiano). Nell'aprile 2022 nasce la Federazione Italiana Citytennis (FICIT). Sempre nell'aprile 2022 è stato allestito il primo campo a Roma presso il Circolo New F84 di Via del Casale di S. Basilio 92 (terra rossa), ed è in fase di realizzazione l'allestimento di un altro campo a Roma presso il Circolo Flaminio Andrea Doria in Via del Baiardo 26 (erba sintetica).

Ma è vero che c'è addirittura già un campionato italiano?

Si, siamo stravaganti e propositivi anche in questo. Il Campionato Italiano si svolge con Formula DPSG (Decurtazione Progressiva Set Giocati), sviluppandosi attraverso continue sfide tra i praticanti con 4 tipi di Bonus che rendono le classifiche Maschile e Femminile (consultabili sul sito) decisamente meritocratiche, incerte e coinvolgenti fino all'ultima giornata.

Come funziona e quali sono le differenze sostanziali rispetto al tennis?

- Il campo da Citytennis è un rettangolo di m.14x7 sia per il singolo che per il doppio, non presenta i quadranti del servizio e ha un ingombro minimo di 180 mq (circa 1/3 rispetto al campo da tennis).
- L'altezza della rete è di m. 1,30 al centro anziché 0,91.
- La racchetta ha lunghezza massima di 40 cm, una sezione del piatto di 28 mm ed un peso massimo di 270 grammi.
- La palla è quella da tennis depressurizzata del 75% (Stage 3 Rossa).
- I giocatori sono liberi di servire ovunque nel campo avversario e il servizio si esegue dalle apposite griglie centrali disegnate lungo le linee di fondo campo (un solo servizio è a disposizione dei giocatori).
- Al momento dell'impatto della racchetta con la palla, il giocatore che serve deve avere entrambi i piedi poggiati al suolo all'interno delle righe della griglia del servizio (senza calpestarle) o della loro proiezione verso l'esterno.
- Il giocatore al servizio deve colpire la palla con un diritto o con un rovescio dopo che questa ha rimbalzato una volta a terra.
- Sia in singolo che in doppio non si può effettuare la volèe dopo il servizio… serve & volley nel tennis.
- Il giocatore o la coppia non sono abilitati a eseguire due volèe consecutive.
- Il giocatore o la coppia vince il game quando si aggiudica il punto successivo al 30 anziché al 40. La sequenza dei "vantaggi" inizia sul punteggio di 30-30 anziché 40-40.
- Il giocatore o la coppia vince il set quando si aggiudica il 5° game anziché il 6° (sempre con due game di scarto).
- Il tie-break inizia sul punteggio di 5-5 anziché 6-6.
- Il giocatore o la coppia vince il tie-break quando si aggiudica il 6° punto anziché il 7° (sempre con due punti di scarto).
- Ai giocatori è permesso di parlare liberamente durante il punto.

Che progetti di sviluppo hai e quali sono i tuoi obiettivi futuri?

Dato l'ottimo riscontro avuto negli ultimi tre anni da parte di praticanti e strutture aderenti e tenuto conto dell'estrema fruibilità di questo nuovo sport sia sul piano del gioco che sul piano economico, non posso nascondere di avere obiettivi piuttosto ambiziosi, vale a dire portare la pratica del Citytennis a livello nazionale e internazionale.

Info: https://citytennis.it

L'APP DEGLI UNDER30 DELLA REGIONE LAZIO

SCARICA

LAZIO YOUth CARD.

GET IT ON Google Play

Download on the App Store

E accedi a tantissimi **sconti, biglietti** per il cinema, iniziative, e hai anche un **buono libro di 10€** da spendere nelle librerie indipendenti del Lazio aderenti all'iniziativa!

Ci trovi anche su Instagram!

MIGLIORE CARTA GIOVANI D'EUROPA

GENERAZIONIGIOVANI.IT
REGIONE LAZIO

REGIONE LAZIO

NAUTICA
#nautica

LE 12 BARCHE PIÙ STRANE DEL MONDO

ADASTRA

Da alcune menti stravaganti sono nate le barche più strane al mondo e soprattutto funzionanti, scopriamole.

Si ringrazia Ormeggi On line

Come accade in moti altri settori, anni di ricerca, studio, tentativi e perché no anche di mode, hanno portato le barche ad uniformarsi secondo criteri ben precisi. Una prua appuntita, un albero, randa e fiocco, uno o più scafi con rapporti ben precisi, motori diesel… Tutto questo è "normale" ma per fortuna, come si suol dire il mondo è bello perché vario e qualcuno, per motivi di ricerca, per battere un record, per denunciare ingiustizie o semplicemente per farsi pubblicità decide sempre di rompere gli schemi.

A

"A" è uno yacht di lusso disegnato da Philippe Starck e Martin Francis, costruito da Blohm + Voss in Germania. È stato commissionato nel novembre 2004, e varato nel 2008 al non confermato costo di $300 milioni. Con una lunghezza di 119 metri e un dislocamento di quasi 6,000 tonnellate, è uno dei più grandi yacht al mondo. Il nome "A" deriva dalle iniziali dei suoi due proprietari, Andrey e Aleksandra Melnichenko.

TÛRANOR PLANET SOLAR

Tûranor PlanetSolar è la nave solare più grande al mondo ed è stata il primo veicolo elettrico a energia solare a circumnavigare il globo. Voluta dall'eco-imprenditore Raphael Domjan per dare un forte messaggio contro lo scioglimento dei ghiacciai, è stata varata il 31 marzo 2010. Il nome Tûranor, derivato dal romanzo Il Signore degli Anelli, significa "il potere del sole". L'imbarcazione è ricoperta da oltre 500 metri quadrati di pannelli solari con una potenza nominale di 93 kW, I pannelli generatori sono a loro volta collegati a uno dei due motori elettrici dislocati in ognuno dei due scafi. È stata costruita interamente in materiale composito, la sua carena è in grado di ospitare fino a 200 persone, e può raggiungere una velocità massima di quattordici nodi. La barca può navigare sia di giorno che di notte grazie ad enormi batterie.

ADY GIL

Ady Gil, varato nel 2006 con il nome di Earthrace, è stato concepito per l'ambizioso obiettivo di circumnavigare il globo con un mezzo a basso impatto ambientale. Era infatti equipaggiato con una coppia di motori alimentati a biodiesel. Nel 2009 venne acquistato dalla Sea Shepherd, organizzazione ambientalista non-profit, e ribattezzato Ady Gil. Veniva utilizzato per operazioni di disturbo nei confronti delle baleniere giapponesi ed è proprio durante una di queste azioni, nel 2010, che è entrato in collisione con una nave e colato a picco.

MV BRIGITTE BARDOT

MV Brigitte Bardot è formato da uno scafo centrale lungo 35 m, stabilizzato da una coppia di scafi molto più piccoli ai lati. La barca, progettata da Nigel Irens, è stata costruita con lo scopo di circumnavigare il mondo in meno di 80 giorni e varata nel 1998 con il nome "Cable and Wireless Adventurer" . L'obiettivo venne raggiunto sempre nel 1998, quando MV Brigitte Bardot stabilì un nuovo record di circumnavigazione del globo con 74 giorni, 20 ore, 58 minuti. Nel 2010 la nave è stata acquisita dalla Sea Shepherd, sempre per sfidare le baleniere e venne rinominata MV Gojira (Godzilla). Nel 2011 i detentori del copyright di Godzilla accusarono la Sea Sheperd di aver violato il copyright e la costrinsero a cambiare il nome della nave. Brigitte Bardot è il nome che porta tutt'oggi, in onore dall'attrice, cantante e modella francese.

PRYSMIAN ITA 747

Prysmian ITA 747 è ormai nota per essere la barca con la prua tonda utilizzata dal velista Giancarlo Pedote per l'ultima edizione della Mini Transat. Il prototipo fu disegnato da David Raison nel 2009 e varato nel 2010 per partecipare alla Mini Transat del 2011 (che vinse). La prua, ispirata agli scows americani, permette di ottenere una potenza superiore del 20% rispetto agli altri Mini, senza aumento del peso o della superficie bagnata.

HYDROPTERE

Dal greco hydros (acqua) e ptère (ala), Hydroptere è un trimarano con i foils. Queste ali che spuntano da sotto gli scafi permettono alla barca di sollevarsi completamente dall'acqua e di raggiungere sorprendenti velocità grazie alla drastica riduzione dell'attrito con l'acqua. Quando Hydroptere è in volo sono a contatto dell'acqua soltanto 2,5 m2 a reggere le 7,5 tonnellate di barca e questo permette di raggiungere una velocità doppia rispetto a quella del vento! Hydroptere è stato voluto, progettato ed è tuttora timonato dal visionario Alain Thebault (classe 1962) ma l'idea originale va attribuita a suo padre Eric Tabarly.

VESTAS SAILROCKET

Il Vestas Sailrocket è stato costruito appositamente per conquistare il record di velocità a vela. Il suo capo progetto Paul Larsen è anche il pilota dell "imbarcazione" mentre lo sponsor è il produttore di turbine eoliche Vestas. Nel 2008 la prima versione ha raggiunto la velocità non ufficiale di 52,22 nodi, prima di schiantarsi. La seconda versione, Vestas Sailrocket 2, detiene tutt'ora i record di velocità a vela su un miglio nautico e su 500 m, con un picco di velocità massima a 68,01 nodi.

MALTESE FALCON

Il Maltese Falcon costruito da Perini Navi, è un veliero unico al mondo e uno dei più grandi yacht a vela di proprietà privata (88m di lunghezza). Definirla "strana" potrebbe sembrare un insulto a questo gioiello del design italiano ma non è così, è proprio la sua particolarità che la rende così bella. La nave ha quindici vele quadre, alloggiate all'interno dei tre alberi in fibra di carbonio, che sono in grado di ruotare. Grazie alla tecnologia all'avanguardia appliccata il Maltese Falcon può essere condotto da una sola persona (anche se di fatto possiede un equipaggio permanente di 18). Il Maltese Falcon, varato a Valletta nel 2006, è attualmente adibito a charter di lusso (con costi di oltre 400.000 a settimana).

ADASTRA (PAGINA PRECEDENTE)

Adastra è un trimarano di 140 piedi, costruito da McConaghy Boats per una coppia di esperti navigatori oceanici. Adastra garantisce un alto livello di comfort, bassi consumi di carburante ed un eccellente stabilità. Il progetto deriva chiaramente da quello di "Earthrace" e "Cable and Wireless" ma è stato adattato per diventare uno yacht di lusso. Adastra offre alloggi confortevoli per nove ospiti e fino a sei membri dell'equipaggio. La sovrastruttura è in fibra di carbonio, lo scafo è in sandwich di vetro/Kevlar e schiuma. Anche gli interni sono stati progettati in maniera tale da ridurre più possibile il peso.

MAR PROTEUS

Il MAR Proteus è un watercraft sperimentale sviluppato da Marine Advanced Research e capitanato Ugo Conti. A causa delle sue quattro zampe, che collegano la sovrastruttura agli stabilizzatori, la nave si è guadagnata il soprannome di "The Ship Spider" o "Spider Boat". La nave usa ammortizzatori in titanio per assecondare il movimento delle onde nel mare, piuttosto che "bucarle". Questo metodo dovrebbe teoricamente consentire alla nave di muoversi più velocemente attraverso l'acqua e bruciare meno combustibile.

FIPOFIX

Fipofix, che prende il nome dal suo sponsor sembrerebbe una barchetta da regata oceanica "normale", finche non si scopre che è stata costruita con fibre di lava. Il giovane austriaco, Harald Sedlacek, ha attraversato da solo l'Atlantico dalle coste spagnole a Palm Beach in Florida con Fipofix

GOLD OF BENGAL

Gold of Bengal è una piccola barca costruita in fibra di juta, che ha navigato per migliaia di miglia in totale autonomia energetica e di alimentazione, al comando dell'ingegnere francese Corentin de Chatelperron. La barca è costruita interamente in fibra di Juta, senza in grammo di vetroresina e a bordo durante la navigazione c'era una serra tropicale, due polli e un dissalatore a mano.

CHIUSA LA KERMESSE DEGLI INTERNAZIONALI DI ROMA DI TENNIS CON UN INCREDIBILE SUCCESSO DI PUBBLICO CI AVVICINIAMO ALACREMENTE ALL'ESTATE, CON LA GRANDE NOVITÀ RAPPRESENTATA DALL'ELIMINAZIONE DELLE MASCHERINE ANCHE NEI LOCALI AL CHIUSO.

STUDIO DI ODONTOIATRIA DOTT. DANIELE PUZZILLI

UN RITORNO ALLA NORMALITÀ E AL SORRISO DI SEMPRE

Finalmente si volta pagina. Cominciano i preparativi per viaggiare, le piazze tornano a rappresentare un simbolo del divertimento ed i locali più di tendenza risplendono con il rito dell'aperitivo. E, cosa più bella, la gente accoglie con un sorriso a 32 denti e con grande entusiasmo il nuovo passo verso la normalità. Ed è per questo motivo che, per fortuna, proprio ora, è il momento in cui non bisogna scordarsi dell'importanza della cura dei propri denti e scoprire un posto ideale dove è sempre possibile far splendere il sorriso sulle facce delle persone. Ed è la ragione per cui dobbiamo cogliere l'opportunità e la fortuna di avvicinarsi allo Studio del dottor Daniele Puzzilli. Dove è tutto ricollegabile all'approccio olistico sul quale il Professionista ha deciso di incentrare la propria idea clinica, che consiste nella combinazione delle specialità dell'odontoiatria con quelle delle discipline olistiche, permettendo non solo l'eliminazione del sintomo manifesto, ma proprio l'analisi dell'individuo nella sua globalità per individuare le possibili cause del problema e stabilire un percorso clinico per la completa risoluzione della problematica e di conseguenza della sintomatologia. Questo tipo di approccio presenta caratteristiche particolarmente affini alla mentalità dello sportivo e ed è per questo motivo che alcuni trattamenti che permettono il miglioramento della performance hanno avuto particolare successo tra gli atleti professionisti e non. In situazioni di malocclusione dentale, otturazioni e protesi metalliche, serramento dentale o bruxismo, focolai infettivi, mal posizionamento dei denti del giudizio, si riscontra

ECCELLENZA NELLO SPORT

Il dottor Daniele Puzzilli è il direttore del reparto di odontoiatria dell'Istituto di Medicina dello Sport Coni Lab, dove si occupa degli atleti olimpici. Grazie all'approccio utilizzato, l'atleta professionista beneficia dell'analisi computerizzata che elimina il rischio di infortuni muscolari, migliorando così, la performance sportiva. Negli ultimi anni il dottor Daniele Puzzilli è stato l'odontoiatra degli atleti Azzurri che hanno brillato, la scorsa estate, alle Olimpiadi Tokyo 2020; il dottore ha visitato e seguito personalmente tutti gli atleti, dalla partenza per Tokyo al trionfale podio.

PERCHÉ SCEGLIERE LUI

Considerato da anni il "dentista dei vip", il dottor Daniele Puzzilli è un vero professionista e utilizza un approccio innovativo nelle terapie. Lo spazio in cui riceve i suoi clienti, infatti, si avvale delle tecnologie più avanzate del settore. Inoltre rappresenta un punto di riferimento ed una risposta concreta per risolvere le problematiche degli atleti dei principali sport, tra cui molti calciatori e tennisti diventati dei veri e propri habituè degli Studi odontoiatrici.

ESPERIENZA ED AVANGUARDIA

Lo Studio di Odontoiatria Olistica è il primo centro odontoiatrico in Italia ad adottare un approccio olistico. Un modo nuovo e unico di affrontare i problemi e le patologie legate ai denti e al sorriso, secondo cui la diagnosi è il punto di partenza per eliminare qualsiasi sintomo.

frequentemente un'alterazione posturale che, specialmente nello sportivo, può comportare un deficit della performance e ricorrenti infortuni. Il percorso di cura, sia in ambito odontoiatrico, sia in quello delle discipline olistiche, viene definito per mezzo di apparecchiature specifiche che permettoo di indagare ed individuare sia la causa odontoiatrica, sia il suo impatto sulla postura. In entrambi gli studi si utilizzano: la tac cone-beam 3D, sia per stabilire le condizioni generali della bocca del paziente, sia per effettuare un'analisi approfondita in 3 dimensioni dello stato dei denti, l'elettromigrafia wireless per la valutazione della funzione dei muscoli temporali e masseteri, il TSCAN per analizzare con precisione i contatti occlusali in modo digitale, il Formetric 4D per l'analisi della colonna vertebrale e della postura che consente di effettuare un rilevamento morfologico completo del dorso senza l'utlizzo di raggi X e le pedane posturometriche e stabilometriche per l'analisi e la valutazione della distribuzione dei diversi carichi nell'esame dei differenti recettori posturali sia in statica che in dinamica. In base all'esito di questi esami specifici è possibile che venga suggerito di intraprendere una terapia bite per ottimizzare l'occlusione e migliorare così la performance, la forza esplosiva, l'equilibrio e diminuire conseguentemente l'incidenza di infortuni, oppure la sostituzione di vecchie otturazioni metalliche con otturazioni in ceramica metal-free, la rimozione di vecchie protesi con protesi cosmetiche bio-estetiche, oppure l'utilizzo dell' Invisalign, una terapia ortodontica che si serve di mascherine trasparenti invisibili per l'allineamento dentale. A completamento e per dare sinergia alla terapia odontoiatrica, l'approccio osteopatico, posturologico per il recupero accelerato delle problematiche muscolo-scheletriche e per un rapido incremento di forza e performance atletica.
Tra gli sport che traggono maggior beneficio da questo approccio troviamo il calcio, il tennis , l'atletica leggera e il rugby. Il dottor Daniele Puzzilli, infatti, rappresenta un punto di riferimento per molti noti atleti: giocatori di calcio delle maggiori società professionistiche europee, atleti di atletica leggera, giocatori di rugby e tennis, e altre svariate discipline sportive.

STUDIO DI ODONTOIATRIA OLISTICA
DOTT. DANIELE PUZZILLI
INQUADRA IL QR CODE E SALVA CONTATTO E INDIRIZZO NEL TUO SMARTPHONE
EUR Viale dell'Umanesimo, 159 • Tel. 06 69 25 129
Ponte Milvio Largo Maresciallo Diaz, 12 • Tel. 06 45 67 56 00
www.danielepuzzilli.com

PADELCLUB

IN COLLABORAZIONE CON

PADELCLUB

PREMIER PADEL

SBARCA AL FORO ITALICO DI ROMA UNO DEI 4 "MAJOR" DEL 2022

L'Italy Premier Padel Major sarà uno dei quattro top event del nuovo grande circuito mondiale, nato dalla collaborazione tra la Federazione Internazionale Padel e la Qatar Sports Investments.

Photo credits: Fabrizio Romiti e Padel Fip

La Federazione Italiana Tennis, la Federazione Internazionale Padel e Sport e Salute, hanno stretto un accordo pluriennale che permetterà all'Italia di ospitare uno dei quattro tornei Premier Padel Major, completando così la rosa dei maggiori eventi mondiali che fanno parte del circuito Premier Padel, governato dalla FIP e sostenuto dalla Professional Padel Association (PPA) e dal Qatar Sports Investments (QSI). L'Italy Premier Padel Major si svolgerà a Roma, al Parco del Foro Italico, dal 23 al 29 maggio, mentre gli altri tre Major in calendario per il 2022 sono l'Ooredoo Qatar Major, che ha avuto luogo a Doha lo scorso marzo, il Paris Premier Padel Major, che si disputerà allo Stadio Roland Garros di Parigi dall'11 al 17 luglio, e il Mexico Premier Padel Major, in programma a Monterrey dal 28 novembre al 4 dicembre. Il torneo di Roma metterà in palio 2000 punti per la classifica giocatori partecipanti e avrà un montepremi record, in linea con gli altri eventi dello stesso livello. Il Premier Padel ha preso il via all'inizio del 2022 e comprenderà quest'anno almeno dieci eventi, fra cui appunto i 4 "slam". Il nostro Paese entra così nel ristretto numero di nazioni scelte dalla FIP per organizzare i suoi eventi

più importanti, ospitando nella sua capitale uno dei più prestigiosi tornei al mondo, quale conferma di quanto questo sport sia diventato davvero popolare e ad ogni livello, e come risposta alle aspettative delle centinaia di migliaia di tesserati, praticanti e semplici appassionati che avranno la possibilità di vedere il miglior padel maschile al mondo nella città eterna.

LA DICHIARAZIONI

LUIGI CARRARO

Presidente della Federazione Internazionale Padel

"Questo è un momento incredibilmente emozionante e molto speciale per il padel in Italia. Grazie all'ottimo lavoro della Federazione Italiana Tennis e di Sport e Salute, il nostro sport è cresciuto enormemente negli ultimi cinque anni ed è per me un grande piacere essere stati in grado di portare un Premier Padel Major in Italia. Posso dire con certezza che i fan di Roma, e i milioni di spettatori in tutto il mondo, potranno assistere al Foro Italico ad uno spettacolo di altissimo livello".

ANGELO BINAGHI

Presidente della Federazione Italiana Tennis

"Siamo lieti di aver raggiunto questo accordo che permetterà di organizzare a Roma, nella splendida cornice del Parco del Foro Italico, uno dei quattro eventi mondiali più importanti del Premier Padel Tour. Si tratta di un ulteriore segnale dell'impegno che la FIT sta mettendo in uno sport in grande crescita come il padel - non soltanto come popolarità ma anche come capacità di attrarre nuovi praticanti a livello agonistico – ed è stato possibile raggiungerlo grazie alla collaborazione con la Federazione Internazionale Padel, Sport e Salute e il Governo italiano. La FIT conferma così la sua vocazione ad organizzare grandi eventi di livello mondiale, completando con l'Italy Premier Padel Major un portfolio che comprende gli Internazionali BNL d'Italia, le Nitto ATP Finals, le Intesa SanPaolo NextGen ATP Finals e la Coppa Davis by Rakuten".

VALENTINA VEZZALI

Sottosegretaria alla Presidenza del Consiglio con delega allo Sport

"Negli ultimi due anni lo sport ha dato prova di grande resilienza e ha centrato molteplici risultati regalando all'Italia grandi soddisfazioni. Il padel è cresciuto tanto nel nostro Paese per numero di appassionati e professionisti e il fatto che la sinergia tra la FIT, Sport e Salute e la Federazione Internazionale abbia permesso di ospitare a Roma una delle quattro tappe del Premier Padel Major, subito dopo gli Internazionali di tennis, mi riempie di soddisfazione. Questo è un riconoscimento non solo per la Federazione, ma per lo sport italiano, perché conferma che l'attività sportiva è popolare e deve essere per tutti. La cornice del Foro Italico di Roma renderà questo torneo unico e sono sicura che sarà un momento di sport di alto livello. Nessuno sport in Italia ha mai avuto un tale successo in così poco tempo come il padel: non richiede una lunga preparazione tecnica ed è molto facile da imparare a tutte le età. Questo conferma che lo sport deve essere per tutti, di tutti e praticato in qualsiasi luogo".

NASSER AL-KHELAÏFI

Chairman of Qatar Sports Investments

"Questo è un altro momento importante per lo sviluppo del padel nell'ambito del nuovo tour Premier Padel. L'Italia è una nazione sportiva, orgogliosa e appassionata di padel e Roma sarà una location affascinante, oltre che un luogo fantastico, dove i giocatori professionisti, potranno mostrare il loro talento sul palcoscenico mondiale".

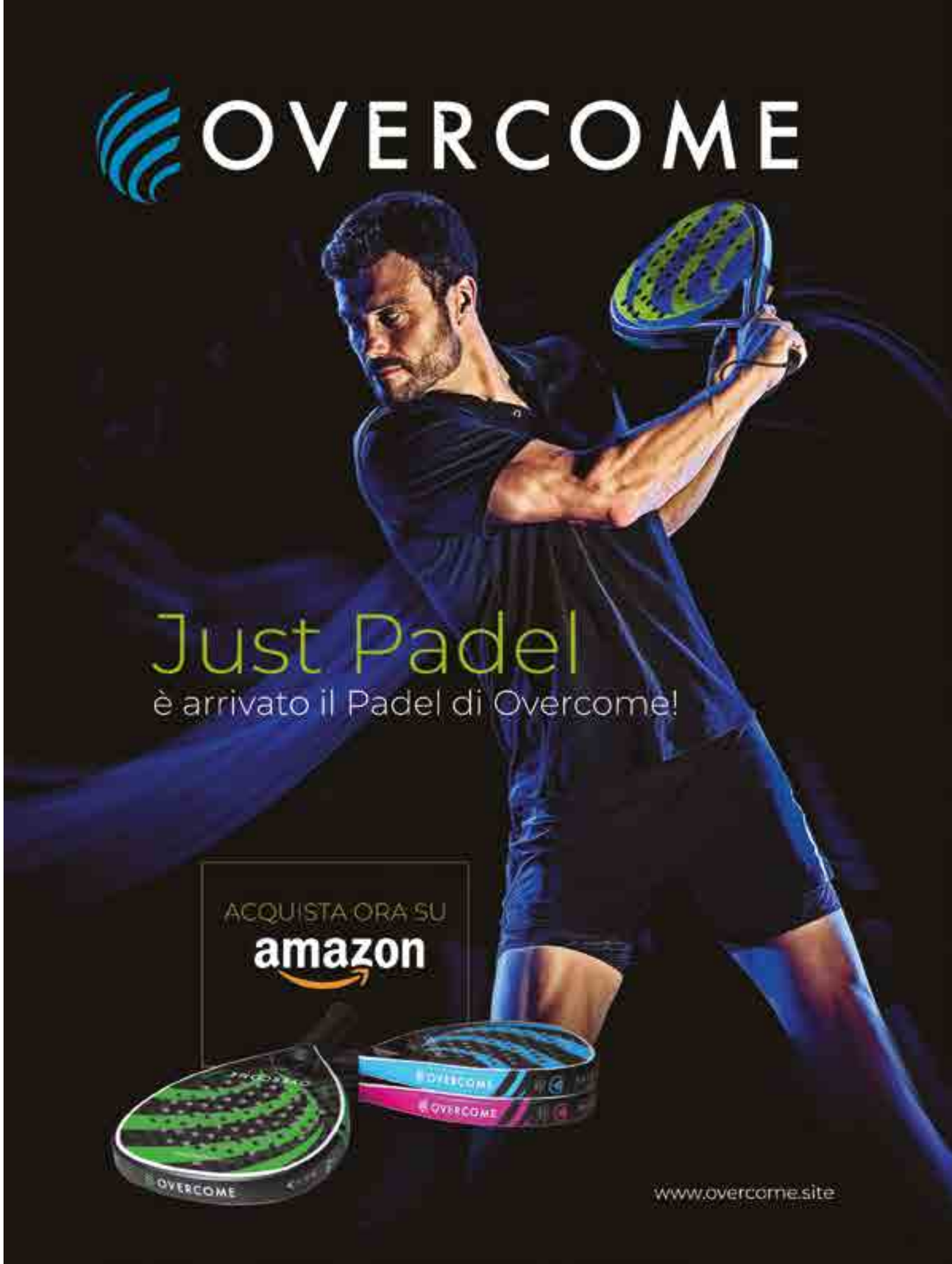
VITO COZZOLI

Presidente e Amministratore Delegato di Sport e Salute

"E' un periodo meraviglioso per lo sport in Italia ed anche per il padel internazionale e la magica sede del Foro Italico di Roma, che ospiterà questo spettacolare torneo. Sono certo che i fan, i giocatori e tutti coloro che amano questo sport, renderemo questo evento davvero speciale e siamo orgogliosi di essere associati al Premier Padel sotto la guida della International Padel Federation".

PROFESSIONAL PADEL ASSOCIATION

"I giocatori sono lieti di portare il nuovo fantastico tour Premier Padel in Italia, una delle nazioni emergenti e più importanti per il nostro sport. Sappiamo che le strutture e l'organizzazione saranno di prim'ordine, con i giocatori che saranno messi nelle migliori condizioni possibili. Siamo lieti che il nostro sport stia crescendo di profilo, prestigio e professionalità in tutta Europa e in tutto il mondo grazie al nuovo Premier Padel".



PUMA ROAD TO PADEL

Il Global Sports Brand mira a diventare un punto di riferimento nel mondo del padel.

PUMA lancia la sua sfida ed entra nel mondo padel con la sua campagna FASTER PADEL, conquistando il mercato grazie ad una collezione per tutti gli stili e livelli di gioco che include scarpe, racchette, abbigliamento e accessori. Una collezione decisamente tecnica che incorpora le ultime tecnologie, offrendo caratteristiche uniche, confermando così la mission di PUMA: motivazione, audacia, creatività, velocità e communityl.

Importanti anche gli Ambassador che PUMA ha voluto al suo fianco per promuovere la collezione 2022, quali: Jerónimo González, Victoria Iglesias, Marco Cassetta e Xènia Clascà. PUMA con questa operazione, punta a riconquistare il suo heritage, la sua storia e i suoi valori nel mondo del padel e si attraverso una collezione che offre tecnicità e qualità pur mantenendo lo stile e il design caratteristici del brand. Con la campagna FASTER PADEL, PUMA vuole creare un movimento che supporti tutti i tipi di giocatori, dai professionisti ai dilettanti, in cui la cultura sportiva e i valori siano ben radicati, cercando allo stesso modo di supportarli nelle loro performance, permettendogli di divertirsi. Il padel ormai non è solo uno sport. È una cultura ed uno stile di vita di cui PUMA vuole far parte con la sua esperienza, visione e capacità di sviluppo. In PUMA, le cose vanno diversamente e con la campagna FASTER PADEL l'azienda punta a creare una vera e propria community, anche fuori dal campo.

RACCHETTE

PUMA presenta un'ampia collezione di racchette con diversi design, modelli, materiali e colori che si adattano a ogni tipo di giocatore e livello.
SolarATTACK, è il modello di punta e la racchetta più tecnica della linea, adatta ad un giocatore professionista. Questo design è stato costruito con doppi cerchi tubolari in fibra di carbonio per massimizzare la precisione e la potenza dei colpi e vanta un telaio in fibra di carbonio molto resistente e flessibile che riduce al minimo le torsioni e le distorsioni dagli impatti più intensi. Il suo nucleo è duro e denso ma allo stesso tempo flessibile, offrendo così una maggiore sensibilità e precisione. Questa racchetta è disponibile in due modelli: il modello solarATTACK PWR, con una forma a diamante per i giocatori offensivi che cercano più potenza e velocità, e il modello solarATTACK CTR, con una forma rotonda per i giocatori che puntano ad un controllo maggiore dei propri colpi.
SolarBLINK, è racchetta adatta a giocatori avanzati che vogliono migliorare il proprio livello; un modello versatile e molto facile da usare che troviamo in due versioni, sempre per soddisfare le esigenze del cliente che cerca potenza e controllo.
SolarCOURT, nasce per un giocatore di livello intermedio che predilige una racchetta che possa coniugare equilibrio, controllo e potenza in ogni colpo. Questo modello presenta un nucleo con una media flessibilità, che la rende più sensibile e consente al giocatore di effettuare colpi più precisi. La sua forma ibrida a goccia crea un punto dolce ottimale e grazie alla sua distribuzione uniforme del peso, la rende una delle racchette più equilibrate e adattabili. Per le donne è disponibile una versione con le stesse caratteristiche ma più leggera.
SolarSMASH, è il modello indirizzato ai principianti, che cercano confort, manegevolezza e facilità di controllo. E' costruita con un doppio cerchio tubolare composto per il 30% da fibra di carbonio e per il 70% da fibra di vetro e schiuma a bassa densità, offrendo un eccellente equilibrio tra giocabilità e controllo. La forma rotonda, con un bilanciamento medio/basso, massimizza la superficie di gioco e crea uno "sweet spot" più ampio. Per i giocatori più giovani è disponibile un'altra versione di questo modello che ha le stesse caratteristiche ma che oltre ad essere ovviamente più leggera, può contare su un telaio più piccolo.

SCARPE

Non possiamo che iniziare da un modello ad alte prestazioni, le PUMA solarATTACK, progettato per giocatori professionisti o avanzati. Incorpora l'esclusiva tecnologia WEBCAGE+. Leggera e flessibile, offre una migliore protezione e assicura un maggiore supporto laterale e mediale. Le suole presentano un nuovo motivo scanalato, progettato esclusivamente da PUMA, che offre una presa e una trazione superiori per rapidi cambi di direzione. L'intersuola è dotata di PROFOAM per una migliore ammortizzazione e rimbalzo. Questo modello è disponibile nella colorazione Cherry Tomato, che è la principale combinazione di colori di tutta la collezione.
Passiamo ad un modello decisamente adatto ad un giocatore intermedio che vuole migliorare il proprio livello. La scarpa indirizzata a questo target è la PUMA solarCOURT, un modello che può contare con un'eccellente stabilità laterale e mediale, la presenza della schiuma EVA leggera per una migliore ammortizzazione e trasformazione dell'energia e uno strato di supporto nel tallone per un supporto completo. Questo modello è disponibile in due diversi colori: Cherry Tomato e Yellow Alert.
Anche qui, il brand ha pensato ad una scarpa eccezionale rivolta ai principianti, la PUMA solarSMASH, che garantisce delle ottime prestazioni, mantenendo un prezzo molto competitivo. E' disponibile sia per adulti che per bambini in tre colori: Cherry Tomato, Yellow Alert e Deep Orchid e Porcelain, una combinazione più adatta alle donne. Questo modello, progettato per giocatori dilettanti o principianti, offre strati esterni di supporto per una migliore durata e supporto e incorpora anche il nuovo motivo scanalato esclusivo del marchio sulla suola, fornendo presa e trazione superiori.

ABBIGLIAMENTO E ACCESSORI

PUMA non poteva non pensare a completare il suo total look (uomo-donna) attraverso una linea di abbigliamento che si annuncia già un successo, il tutto completato da cappelli, visiere, polsini e calzini che si abbinano perfettamente alle sue calzature e alle stesse sacche e ziani. Tutta la collezione incorpora la tecnologia DRY CELL brevettata dal marchio.
Per l'uomo è disponibile una t-shirt in due diversi colori, cherry tomato e yellow alert, realizzata con poliestere riciclato abbinato a inserti in rete per la massima traspirabilità. I pantaloncini della linea uomo sono realizzati in tessuto intrecciato che garantisce il massimo comfort ai giocatori.
Mentre per le donne, PUMA ha studiato una collezione progettata pensando alle loro esigenze specifiche, garantendo traspirabilità e una vestibilità perfetta. I modelli comprendono una canotta bianca con dettagli neri, una t-shirt a maniche corte nella combinazione di colori Orchid e Porcelain, una gonna nera con tasche e pantaloncini incorporati, un vestito nero e pantaloncini neri da indossare con l'abito. La collezione si completa con cappello, visiera, calzini e polsini. Infine, strizziamo un occhio anche agli accessori, grazie alla borsa solarATTACK, con uno scomparto principale, uno per le scarpe e uno laterale imbottito e foderato termicamente per le racchette, e lo zaino solarBLINK, con uno scomparto esterno dedicato alle racchette.

La nuova collezione PUMA PADEL 2022 è disponibile nei più importanti negozi multi-brand, nei PUMA Store e online al sito puma.com.

CARLOS POZZONI

IL TOP COACH ARGENTINO DAI "1000" SEGRETI

Argentino, nato a Mar del Plata il 21 settembre del 1976, Carlos Pozzoni è uno dei migliori coach del circuito professionistico del World Padel Tour; vanta una grande esperienza, avendo allenato nella sua carriera giocatori del calibro di Miguel Lamperti, Cristian Gutierrez, Maxi Gabriel, Matias Diaz, Paquito Navarro, Beatriz González, Marta Ortega e Alejandro Ruiz.
Attualmente è anche il coach della nuova coppia formata da Franco Stupaczuk e Pablo Lima, dopo che Stupa due settimane fa aveva comunicato sui social la sua separazione da Ruiz. Fanno parte della sua accademia ed allena anche i seguenti giocatori del WPT: Aris Patiñotis , Denis Perino, Alvaro Cepero, Pablo Lijo, Mari Carmen Villalba, Catarina Nogueira, Claudia Jensen, Rama Pereyra, Enzo Jensen, Alex Gonzalez, Alex Navas, Alex Gil e Alicia Alegre.
Conosciamolo meglio.

A quale età hai imparato a giocare a padel e che risultati hai conseguito nella tua carriera?
Ho iniziato a 12 anni perché ci giocava mio fratello, non sono mai diventato un giocatore professionista, ho giocato solo alcuni tornei a Mar del Plata.

Quando sei diventato un coach professionista?
Ho iniziato ad insegnare a 20 anni, poi ho vissuto in Brasile per 2 anni ed a 28 anni sono arrivato in Spagna ed è stato li che è iniziato tutto.

Cosa ti piace del tuo lavoro?
Adoro vedere i progressi dei miei giocatori e aiutarli a raggiungere i loro obiettivi.

La partita indimenticabile?
Il torneo di Cordoba in Spagna nel 2018 dove allenavo Franco Stupaczuk e Cristian Gutiérrez; abbiamo vinto tutte le partite con i più forti ed anche la finale contro Sanyo Gutierrez e Maxi Sanchez con una grande partita.

Di ogni giocatore che hai avuto cosa ti ha maggiormente impressionato?
Per me sono stati tutti speciali perché sono riuscito a tirar fuori cose buone da ognuno di loro.

Il rammarico maggiore che hai avuto?
È stato nel 2016 quando ho allenato una coppia di grandi amici, Maxi Gabriel e Cristian Gutiérrez, non è stata una stagione fortunata, purtroppo…senza vittorie ed anche nei sorteggi poteva andare meglio.

Se dovessi tracciare un bilancio della passata stagione, ti ritieni soddisfatto?
Per me il 2021 è stato molto positivo, siamo riusciti a vincere 2 tornei, a giocare 5 finali e ad essere competitivi contro le coppie più forti in classifica…anche se poi non ti basta mai ed è giusto così.

Quali sono le tue aspettative per il 2022?
In questo momento, faccio un passo alla volta con le coppie che alleno, per aiutarle innanzitutto a raggiungere i loro obiettivi personali e ad avere anche la migliore prestazione mentale durante le partite.

Pregi e difetti?
Penso che la mia più bella virtù sia quella di essere propositivo nei momenti brutti, mentre come difetto sono poco obiettivo quando faccio degli errori.

Cosa fai nel tempo libero?
Mi piace molto passare il tempo con gli amici, uscire a mangiare con mia moglie, giocare a carte e passeggiare con il mio cane.

Cosa ne pensi del movimento in Italia e nel mondo?
Ho avuto la fortuna di fare alcune clinic in Italia ed ho visto che il padel da voi sta crescendo molto e così in molti altri posti dove non avrei mai pensato che questo potesse accadere.

Hai un sogno che vorresti che si realizzasse?
Più che un sogno è un desiderio. Vorrei che le persone intorno a me siano ogni giorno felici e si godano la vita, la serenità è la cosa più importante.

GUSTAVO SPECTOR

UNA PADEL HOUSE PER FAR CRESCERE I GIOVANI

Gustavo Spector, ct della nazionale italiana maschile di padel è nato il 1 agosto del 1969 a Tucumán, nella parte calda dell'Argentina. Lo scorso anno per Gus, così è chiamato dagli amici, è stata una stagione piena di soddisfazioni, raggiungendo con la squadra maschile un secondo posto agli Europei di Marbella ed un quinto posto ai mondiale in Qatar, quale miglior posizionamento nella storia della nostra nazionale a un mondiale di padel, dato che in precedenza, ci eravamo piazzati e per ben 3 volte al sesto posto; nel 2002 a Ciudad in Messico, nel 2012 a Palma Maiorca in Spagna ed infine nel 2016 a Cascais in Portogallo. Lo abbiamo incontrato.

A quale età hai iniziato a giocare a Padel e che risultati hai ottenuto?
Ho iniziato a giocare a quasi 20 anni, ed ho smesso a 27, dato che ho capito che per arrivare in alto bisognava allenarsi seriamente, avere un preparatore atletico, curare l'alimentazione ed avere una programmazione intensa con allenamenti 6 giorni su 7 ed alcune volte con doppie sedute e le cose che volevo fare erano molte, tra cui diventare un allenatore. In Argentina sono stato per 7 anni campione provinciale e regionale, campione nazionale in 2 categoria e da professionista sono entrato nel tabellone principale più volte. In Italia ho vinto qualche Slam ed Open ed anche il Torneo Internazionale nel 2014 al Foro Italico, oltre a raggiungere sempre le final four nella serie A italiana dal 2013 al 2017 quando ero capitano e giocatore.

A quale età sei diventato un allenatore professionista?
A 22 anni.

Cosa ti piace del tuo lavoro?
Vedere come crescono i miei giocatori e la gioia negli allievi quando riescono a fare un colpo o una giocata che prima si sognavano.

La partita indimenticabile?
Battere la Francia con la Nazionale Italiana alla finale del Europeo.

Di ogni giocatore che hai allenato cosa ti ha impressionato di ognuno di loro?
La capacità di saper competere e la gestione dei momenti importanti, una delle caratteristiche a mio parere fondamentali per essere un campione.

Il tuo maggior rammarico?
Come giocatore, avevo appena firmato il mio contratto da professionista ed ero entrato direttamente nel tabellone principale, ma purtroppo un grave incidente in macchina mi ha tenuto fuori dal campo per oltre 10 mesi, sono convinto che questa disavventura mi abbia rafforzato nel sapere lottare nella vita.

Soddisfatto del 2021?
Decisamente si, arrivare secondi agli europei di Marbella, sconfitti solo dalla Francia ed al quinto posto per la prima volta in un mondiale, vincendo un incontro con il fortissimo Brasile e battendo nettamente nazioni titolate come il Paraguay e l'Uruguay…beh, non è da poco.

Quali sono i tuoi programmi per questa stagione?
Moltissimi e sono molto carico per una crescita generale delle mie attività, tra cui la mia Spector Padel House.

A proposito della tua accademia, raccontaci di più.
La SPH (Spector Padel House) è un progetto innovativo, che applica un metodo trasversale ed adatto a piccoli, grandi, amatori e professionisti, per farli sentire a proprio agio divertendosi, toccando aspetti fondamentali come inclusione, eccellenza e qualità. Abbiamo volutamente non inserire la parola "Academy" nel nome dato che sarebbe stata percepita come una scuola rivolta a giocatori di alto livello. Il nostro obiettivo è quello di espandere il nostro network in tutte le regioni italiane per poi esportare il modello anche all'estero.

Pregi e difetti?
Come virtù, la voglia di continuare sempre ad imparare, mentre come difetto la fretta, spesso vorrei che i mie allievi imparassero le cose al "volo".

Che fai nel tempo libero?
Gioco a padel, giro in moto, leggo, viaggio e sto con gli amici.

Cosa ne pensi dello sviluppo in Italia e nel mondo?
In Italia sta crescendo a passi da gigante e la FIT sta lavorando per sfruttare giustamente ed al meglio questo momento, investendo anche sulla formazione e sui giocatori under.
Nel mondo, ogni giorno scopriamo un paese nuovo dove si gioca a padel, è fantastico vedere nuove location come Miami per il WPT, Las Vegas per i mondali senior, Doha e Parigi per la Premium Padel… e chissà quante altre.

Il tuo sogno nel cassetto?
Partecipare alle olimpiadi

CAROLINA NAVARRO

LA LEGGENDA DEL PADEL

Spagnola, classe 1976 Carolina Navarro Björk è nata il 26 febbraio a Màlaga. È una veterana di questo sport, il cui palmares mette paura. Per ben 9 volte consecutive è stata la n.1 del ranking WPT, 4 volte campionessa del mondo a squadre e 3 nella categoria di coppia, oltre ad essere stata per 12 anni campionessa di Spagna, vincendo oltre 100 titoli in carriera. A 46 anni, che sembra proprio non avere quando la si vede giocare, occupa la 18esima posizione nel ranking WPT con 320 partite giocate ed una percentuale di vittorie (205) pari al 64%. Gioca in coppia con Elisabet Amatriaín Armas, n.18 del ranking WPT ed attraverso l'associazione "Palas para todos" da lei presieduta, promuove il padel come veicolo sociale, per ragazzi con disabilità fisiche e mentali.

Quando hai iniziato a giocare a padel?
A 17 anni a Malaga. Giocavo a tennis da quando avevo 7 anni e all'epoca dovevo fare un passo importante, vale a dire se di dedicarmi al professionismo o studiare. Ho deciso di continuare gli studi e di abbandonare il tennis. Poi un giorno un amico mi ha insegnato il padel e da li è iniziato tutto.

Cos'è che ami di più?
Mi piace la competizione. A livello amatoriale è uno sport molto facile da imparare ed anche se non sei un "esperto" e ti permette di giocare divertendoti socializzando.

A che età sei diventata professionista?
Quasi subito. Il tennis mi ha aiutato molto, è stata un'ottima base per il padel. Dopo appena due anni di padel, sono diventata campionessa di Spagna con Maria Silvela.

Partita indimenticabile?
Più che una partita, direi un torneo. Il campionato del mondo nel 2006 a Murcia. Venivo da 2 operazioni al crociato anteriore - nel 2004 e nel 2006 - e proprio nell'ottobre del 2006 sono riuscita a diventare campionessa del mondo con Paula Eyheraguibel. Nello stesso anno ho subito un intervento chirurgico al ginocchio, che ha richiesto una riabilitazione di oltre 5 mesi e un recupero di quasi 1 anno per tornare al 100%. 7 mesi dopo l'operazione sono riuscita a vincere il Mondiale, sconfiggendo per la prima volta Iciar Montes e Neki Berwig (ancora imbattute) e poi in finale Valeria Pavón e Cata Tenorio. È stato indimenticabile.

Di ogni compagna che hai avuto qual è lo skill che più ti ha impressionato?
Da María Silvela, la pazienza che ha avuto nell'insegnarmi a giocare a padel; da Iciar Montes, la sua intelligenza in campo; da Paula Eyheraguibel, era la regina della difesa; da Alejandra Salazar, la potenza nei suoi colpi; da Cata Tenorio, le similitudini che ci hanno legato molto; da Ceci Reiter, la capacità di individuare sempre la migliore strategia in campo e da Eli Amatriain, la tranquillità che ti trasmette e la sua capacità nel difendere.

Ci parli della tua associazione "Padel para todos".
È la migliore cosa che ho fatto in tanti anni di padel e spero di portare avanti questo progetto tutta la vita. La scuola che oggi ospita oltre 70 ragazzi con diversi tipi di disabilità, ha l'obiettivo di aiutarli a migliorare le proprie capacità, superando giorno dopo giorni i loro limiti; vederli divertirsi e sorridere mi da una gioia immensa.

Aspettative per il 2022?
Divertirsi è la cosa principale e questo ci porterà a giocare bene e poi speriamo di entrare nelle prime 8 coppie.

Pregi e difetti?
Penso di essere molto esigente con me stessa e forse questo fattore è un'arma a doppio taglio, sia nel bene che nel male.

Colpo preferito e dove migliorare?
La discesa dalla parete di rovescio, anche se ultimamente anche quella di destra non è male; devo migliorare ancora nei pallonetti.

Ci parli della tua racchetta?
Gioco con la StarVie Titania PRO. Sono molto soddisfatta, perché ha un bel controllo che si coniuga perfettamente con la potenza di cui ho bisogno. Ha uno punto dolce ideale ed è perfettamente bilanciata.

Nel tuo tempo libero quali sono i tuoi hobby preferiti?
Guarda le serie tv, film, gioco a escape room, vado a cena con gli amici e passo il tempo con la famiglia.

Cosa ne pensi del movimento in Italia?
Penso che sia uno dei paesi con il maggior potenziale di crescita e parlo anche dei giocatori che stanno facendo bene.

Sogno nel cassetto?
Poter giocare alle Olimpiadi e nella vita, avere una seconda possibilità per passare un altro pò di tempo con le mie nonne, ormai decedute.

CECILIA REITER

IL MIO INFORTUNIO MI HA FATTO CRESCERE!

Argentina, n. 34 del ranking WPT, è nata il 30 marzo del 1982 a Olivos in provincia di Buenos Aires. Gioca da moltissimi anni e vanta una grande esperienza; purtroppo un grave incidente nel 2020 le ha "cambiato" la vita ed oggi dopo un 2021 complicato, promette di tornare ai sui livelli. Gioca in coppia con la spagnola Julia Polo Bautista. Ha disputato nel circuito del World Padel Tour ben 294 partite, con un coefficiente di vittorie (183) pari al 62%. Conosciamola meglio.

Quando hai iniziato a giocare a padel?
A 11 anni, a quel tempo il padel andava molto in Argentina ed i miei genitori che ci giocavano spesso, mi hanno insegnato le prime nozioni.

Cos'è che ami di più del padel?
Ne sono innamorata fin da bambina. E' molto divertente, sociale ed adoro la tattica; è sorprendente vedere quante alternative si possono avere durante una partita.

Quando sei diventata una professionista?
All'età di 18 anni, in Argentina con Valeria Pavón, che all'epoca era la mia compagna. Era il 1999, non lo dimenticherò mai.

La partita indimenticabile?
Ce ne sono molti che ricordo con affetto; per l'emozione ed il senso di appartenenza, direi le due finali con la Nazionale Argentina in cui siamo stati incoronati Campioni del Mondo, nel 2004 e nel 2006. Aggiungerei anche il mio primo titolo in Spagna, nel 2009 con Patty Llaguno.

Cosa hai apprezzato di ogni compagna che hai avuto?
Tutte le compagne con cui ho avuto la fortuna di giocare hanno contribuito a farmi crescere e migliorare. Ognuno aveva un talento diverso ma Carolina Navarro aveva quello di stupirti sempre con un colpo inaspettato nei momenti più difficili.

Se dovessi allenare una coppia maschile e una femminile?
Domanda difficile. Ci sono molte coppie che amo, ma se dovessi dirne due, per le donne sceglierei Llaguno e Riera, mentre per i ragazzi Campagnolo e Garrido.

Il tuo maggior rammarico?
Senza dubbio l'infortunio del 2020 che mi ha tenuta fuori dal campo per oltre 6 mesi. È stato un momento molto difficile e mi ha fatto vivere sensazioni ed emozioni che fino a quel momento non avevo mai provato. Avevo già avuto altri infortuni, ma nessuno così grave e questo ha cambiato completamente il mio modo di vivere e "interpretare" il padel.

2021, ti ritieni soddisfatta?
Il 2021 è stato un anno complicato, non solo a livello sportivo ma anche personale. Era l'anno del mio ritorno dopo l'infortunio ed ho cambiato anche partner dopo 12 anni. Sono orgogliosa di come ne sono uscita e di fatto è stato un periodo importante per la mia carriera e la vita.

Aspettative per il 2022?
Divertirmi prima di tutto, trovare una mia dimensione ed essere competitiva e "coraggiosa" in campo… e poi speriamo arrivino anche i risultati.

Pregi e difetti?
Penso che l'autostima sia la mia più grande virtù e anche il mio peggior difetto. Perché da un lato, essere così esigente mi fa continuare a migliorare, ma dall'altra mi rende molto severa con me stessa quando faccio un errore.

Colpo preferito e dove migliorare?
Il mio tiro preferito è sempre stato la volèe di dritto. Dove migliorare e considerata la mia altezza di 1, 73, decisamente lo smash e la sua potenza, ma ci sto lavorando.

Ci parli della tua racchetta?
Ho sempre giocato con la StarVie Aquila e sarà anche così per il 2022. E' perfetta per il mio gioco ed ha un peso ideale che le permette di coniugare equilibrio e potenza.

Cosa ne pensi dell'Italia?
Sono piacevolmente sorpresa dalla crescita che il padel italiano ha avuto negli ultimi 2 anni, soprattutto nel circuito femminile, dove ci sono brave giocatrici e lo stiamo vedendo nel WPT.

Sogno nel cassetto?
Mi piacerebbe che il padel diventasse uno sport olimpico e sono certa che presto accadrà.

JULIETA EVANGELINA BIDAHORRIA

LA PANTERA DEL PADEL

Argentina, 30 anni nata a Jesùs Maria il 12 dicembre del 1991 e n.39 del ranking WPT, è una delle giocatrici più grintose del circuito, su cui ci sono molti occhi puntati e ben presto siamo certi che la vedremo in coppia con una giocatrice tra le prime 15 della classifica mondiale. Ha partecipato ai mondiali in Qatar con la nazionale argentina classificandosi al secondo posto. La Pantera, come tutti la conoscono, ha terminato la passata stagione in crescendo, insieme alla spagnola Lucía Martínez. Il suo obiettivo per quest'anno è scalare posizioni importanti in classifica ed ha tutte le carte in regola per provarci. Dopo vari cambi di coppia, dalle prossime partite giocherà insieme a Claudia Fernández Sánchez, spagnola, classe 2006. Julieta ha dei grandi fan a Roma che le sono molto affezionati, è infatti supportata dagli amici Alessia e Luigi del Villa Pamphili Padel Club, di cui porta il logo sulla canotta di gioco.

Quando hai iniziato a giocare a padel?
Fin da piccola quando avevo 7 anni e poi ho giocato a tennis professionistico e sono tornata al paddle tennis.

Cos'è che ami di più del padel?
Viaggiare, condivisione e imparare sempre di più.

A che età sei diventata un'atleta professionistica?
A 25 anni.

La partita indimenticabile?
Il mio primo Mondiale in Paraguay nel 2018 (match contro le gemelle all'Open e poi contro Alejandra Salazar e Patty.

Di ogni compagna che hai avuto qual è lo skill che più ti ha impressionato?
Compagnia, amicizia, ottemperanza.

Se dovessi allenare una coppia maschile e femminile chi sceglieresti?
Chingoto - Tello.
Brea - Icardo.

Il tuo maggior rammarico?
Lasciare la mia famiglia per venire in Spagna, sarebbe bello fare un master a Buenos Aires, giocare li permetterebbe ai nostri cari di vederci, dato che è difficile per loro seguirci nelle altre tappe.

Se dovessi tracciare un bilancio del 2021, ti ritieni soddisfatta o potevi fare di più?
Soddisfatta.

Quali sono le aspettative che hai per questa stagione?
Continuare a rafforzarmi e riuscire a continuare a salire in classifica.

Il tuo maggior pregio e il tuo peggior difetto?
Costanza e impazienza grave difetto.

Quale è il tuo colpo preferito e quello su cui devi migliorare?
Smash e migliorare con la vibora.

Con quale racchetta giocherai e quali sono le sue caratteristiche che apprezzi di più?
Bullpadel Vertex 03 W, una racchetta di grande potenza ed amo la sua forma a diamante.

Nel tuo tempo libero quali sono i tuoi hobby preferiti?
Ascoltare la musica, stare a casa e andare in bicicletta.

Cosa ne pensi del movimento in Italia e dello sviluppo del padel nel mondo?
Che è uno sport che è cresciuto molto e ha molte proiezioni.

Qual'è il tuo sogno nel cassetto?
Essere tra i primi dieci.

CAROLINA ORSI

IL CIRCOLO CANOTTIERI ANIENE NEL MIO CUORE!

Classe 1991, nata a Roma il 4 luglio, n.52 del ranking WPT, è stata nel 2021 l'italiana con la posizione più alta nel ranking a livello mondiale.
Sempre lo scorso anno ha vinto un bronzo ai mondiali in Qatar con la nazionale italiana e prima il successo ai campionati italiani di Riccione. Gioca da appena due anni nel WPT, ma promette molto bene; nelle prime tappe ha raggiunto sempre il cuadro principale insieme alla compagna e grintosa Sandra Bellver Fructuoso (n.37 del ranking WPT) con la quale punta a scalare posizioni significative e con cui nella tappa attuale, che termina domani - il Circus Brussels Padel Open - è uscita dopo una partita incredibile (6-3/4-6/6-4) contro le fortissime Aranzazu Osoro e Victoria Iglesias, rispettivamente n.14 e 13 del ranking mondiale. Ha giocato nel circuito del World Padel Tour 45 partite, con un coefficente di vittorie pari al 50%.

Quando hai iniziato a giocare a padel?
Ho iniziato a giocare a padel nel 2015. Ero in vacanza con mio padre e fu Gianfranco Nirdaci, all'epoca Presidente del Comitato Padel FIT che ci invitò a provare; alla fine della partita, mi chiese se volevo iniziare a a giocare nel suo circolo, il CC Aniene, ed è stato proprio lì che è "partito" tutto, come la mia prima volta in serie A.

Cosa ami di più del padel?
Sicuramente la competizione, perchè quale ex tennista sono stata sempre abituata a fare tornei ed a viaggiare molto; nel padel ho trovato molte similitudini e poi fare per lavoro lo sport che ami, è il top.

A che età sei diventata un'atleta professionista?
Ho iniziato da un paio di anni nel WPT.

La partita indimenticabile?
Molte. Le più recente che ricordo con affetto sono state la vittoria ai campionati italiani a Riccione nel 2021 ed il terzo posto ai mondiali. Nel Wpt il primo ottavo di finale lo scorso anno e nel 2020 a Barcellona quando sono entrata per la prima volta nel Cuadro.

Di ogni compagna che hai avuto qual'è lo skill che più ti ha impressionata?
Ho cambiate molte compagne, ma una caratteristica che le accumunava tutte, era la tenacia e la voglia di lottare su ogni punto.

Se dovessi allenare una coppia maschile e femminile chi sceglieresti?
Che domandone! Nessuno direi, sono troppo giovane e devo ancora imparare tanto.

Il tuo maggior rammarico?
Per il momento non ne ho… la mia carriera è ancora troppo breve ahahah. Forse qualche partita che potevo giocare meglio.

2021, ti ritieni soddisfatta?
Sono molto soddisfatta. Ho vinto i campionati italiani a coppie, sono stata la numero uno tra le italiane nel ranking internazionale, un terzo posto ai mondiali dietro i colossi Argentina e Spagna, sono super felice.

Quali sono le aspettative che hai per questa stagione?
Puntare a rimanere sempre nel cuadro e di arrivare agli ottavi.. e perche no, regalarsi anche un quarto di finale, oltre ovviamente a scalare la classifica. Ho una compagna solida tra le prime 40 in classifica, siamo molto cariche io e Sandra!

Pregi e difetti?
Come giocatrice, sono una persona che ascolta molto, oltre ad essere disciplinata e seria in quello che faccio ogni giorno durante gli allenamenti; come difetto… sono testarda e permalosa.

Colpo preferito e dove migliorare?
Lo smash x 3. Mentre dove migliorare… beh, ce ne sono più di uno, ma in particolare sui colpi difensivi.

Ci parli della tua racchetta?
Gioco con la Slazenger, brand storico nel tennis e da sempre palla ufficiale di Wimbledon. mi piace molto anche nella sua estetica. Mi permette di fare degli ottimi colpi dall'alto, grazie al suo peso in punta e mi aiuta anche nel controllo.

Come ti trovi a Madrid e come passi il tempo libero?
Benissimo, la gente è fantastica, ed è stato facile adattarmi. Nel tempo libero le classiche cose, amici, aperitivi, tour della città e qualche viaggio nei pochissimi week end liberi.

Giocherai ovviamente la serie A sempre con l'Aniene… ci parli del club e del Direttore Sportivo Alessandro Di Bella?
Sì ovvio… con chi altro! I colori giallo-blu sono "stampati" dentro di me e ringrazierò sempre Alessandro ed il Circolo per quello che hanno fatto per me in questi anni, lo devo a loro quello che sono oggi. Con Alessandro ci sentiamo anche due volte al giorno, persona "pazzesca" e quando sono a Roma ci vediamo sempre… la partitella non può mancare.

Sogno nel cassetto?
Il mio super sogno, entrare un giorno tra le prime 10 al mondo, ma anche giocare il più possibile a questo sport (infortuni permettendo) che mi diverte tantissimo. Comunque mi accontento anche dei micro sogni nella domanda sulle mie aspettative per il 2022 ahahah.

10 BUONI MOTIVI PER GIOCARE A PADEL

Molti parlano dei benefici del padel o di quanto sia bello praticarlo. Ma al di là delle soggettività, quali sono i motivi per cui dobbiamo giocare a padel?

Anche i professionisti parlano di dover " giocare a padel ", il che conferma la componente ludica, ossia che il divertimento è associato allo sport, anche se per loro è chiaramente un lavoro, lo stesso che per allenatori e istruttori. Ma scopriamone quali sono i vantaggi di giocare a padel.

PER IL CORPO

1. Essere allenati: giocare perderà peso, bruciare calorie e rilasciare tossine. In un'ora di gioco intenso puoi bruciare tra le 400 e le 600 calorie e fare l'equivalente di 5.000 passi, che è il 50% della raccomandazione quotidiana dell'OMS per rimanere in salute … e solo con un'ora di gioco!

2. Vivi più a lungo: secondo uno studio della Johns Hopkins University sul tennis (che possiamo assimilare al padel per via delle sue somiglianze), giocare 3 o più volte a settimana riduce le probabilità di malattie cardiovascolari del 56%.

3. Rafforza il cuore, i muscoli e le ossa: saltare, correre e giocare, non solo rafforza il nostro complesso muscolare scheletrico, ma ci consente di renderlo più resistente per contrastare l'invecchiamento.

4. Sviluppa la coordinazione occhio-mano: giocare ci permette di sviluppare abilità di base, ma anche lacoordinazione integrando tre movimenti: la palla, il corpo e la racchetta. A sua volta, ci aiuta a migliorare l'equilibrio e la reazione agli stimoli.

PER LA TESTA

5. Ridurre lo stress: il dispendio di energia e la concentrazione di cui il gioco ha bisogno, non solo ci disconnette dai problemi quotidiani, ma ci provoca anche una scarica di tensione potendo colpire la palla e sudare.

6. Aumentare la capacità mentale: un altro vantaggio che il padel ci dà è che ci fa stare attenti a ciò che sta accadendo davanti a noi e accanto a noi, ci aiuta a pensare tatticamente ed a pianificare il gioco. Tutto ciò nutre le connessioni neurali e migliora il nostro cervello.

7. Insegna a risolvere i problemi: in una partita dobbiamo prendere centinaia di decisioni calcolando angoli, traiettorie e la geometria del gioco, il tutto in frazioni di secondi e sotto pressione. Queste esperienze si trasferiscono anche nella vita reale.

PER LA VITA

8. Goditi la famiglia e gli amici: la facilità di gioco, il numero crescente di campi e club in cui praticarlo, e la socializzazione, consentono di divertirsi con amici e familiari.

9. Sviluppare il lavoro di squadra: giocare in doppio è per definizione, qualcosa che viene fatto in "combinazione" per raggiungere un obiettivo.

10. Migliorare le abilità sociali: Giocare con un altro comporta lavorare sulla comunicazione, non solo verbalmente, ma anche con i gesti; inoltre ci su incoraggia uno con l'altro nei brutti momenti come ci sia carica insieme in quelli belli.

LA PRIMA PADEL CUP

DEDICATA AGLI ORTODONTISTI ITALIANI!

"Mens sana in corpore sano"! Ed è così che anche i dentisti, ed in particolare gli specialisti in ortodonzia (quella branca che si dedica esclusivamente alla cura delle malocclusioni, ossia raddrizzare i denti storti ed armonizzare i difetti di chiusura della bocca), hanno deciso di sfidarsi a padel a livello nazionale!

L'idea nasce dal Dr. Cesare Luzi, Presidente 2022 dell'Accademia Italiana di Ortodonzia, che nell'ambito del XIX Congresso Nazionale, in programma nei giorni 28-29-30 Aprile presso l'Hotel Sheraton Parco de' Medici, decide di organizzare la prima manifestazione di padel a seguire i tre giorni di lavori scientifici. 24 partecipanti provenienti da tutto lo stivale, tutti rigorosamente odontoiatri specialisti in ortodonzia, si sono sfidati sui campi del Villa Pamphili Padel Club per l'intero pomeriggio di sabato 30 aprile con una formula a gironi seguita da semifinali e finale!

Grandissimo divertimento e allegria, e anche un inaspettato talento sui campi….. l'ortodonzia si scopre come disciplina amante del campo da Padel! La vittoria finale è stata della coppia formata da Niki Arveda, talento ferrarese, e Giorgio Iodice (Caserta) che hanno superato in una sofferta finale la coppia Alberti (Cesena) – Luzi (Roma).

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

PADELCLUB

COPPA DEI CLUB 2022

ULTIMI MATCH PRIMA DELLE FINALI

Il Padelmania a Pescara di Gigi Di Biagio sarà la sede della finale nazionale di luglio

di Marco Calabresi

Sono rimaste in quattro a giocarsi il titolo provinciale della Coppa dei Club MSP, il campionato nazionale amatoriale a squadre organizzato dal settore padel di MSP Italia, ente di promozione sportiva riconosciuto dal CONI. Il weekend del 14 e del 15 maggio è quello in cui verranno decretati i nomi delle due finaliste: da una parte del tabellone ci sono Forte Padel Gang e Augustea, dall'altra Mas Padel A e Padel Colli Portuensi Black. Il Padel Colli Portuensi, tra l'altro, potrebbe bissare il successo del 2020. Per le altre tre squadre, invece, sarebbe una storica prima volta. Le due vincitrici accederanno alla finale provinciale dell'11 giugno, ma soprattutto staccheranno il biglietto per la fase finale nazionale, in compagnia del Latina Padel Club campione uscente: fase finale che si giocherà dall'8 al 10 luglio al Padelmania di Pescara.

PADELMANIA

"Per me è un piacere e un onore ospitare le finali della Coppa dei Club e, in generale, un circuito così diffuso come quello di MSP Italia - spiega Gigi Di Biagio, ex calciatore di Roma e Inter ed ex allenatore della Nazionale Under 21, talent di DAZN e co-proprietario del Padelmania insieme al presidente del Pescara Daniele Sebastiani. Arriveranno tante coppie da tutta Italia, e in più possiamo contare su un centro sportivo a pochi passi dal mare: le condizioni ideali per giocare in una stagione come quella estiva, in una città così accogliente e sportiva come Pescara. Ho conosciuto il padel sei o sette anni fa: io e tanti ex calciatori ci siamo subito appassionati a questo sport, divertente e competitivo. Ho già giocato la Coppa dei Club e con il Padelmania siamo orgogliosi di poter essere i padroni di casa della fase finale di questa edizione".

GLI SPONSOR

Sempre più aziende si affacciano o confermano la loro vicinanza al padel, soprattutto al settore amatoriale, che vanta il maggior bacino di utenza dei giocatori, ed ecco che il torneo per la prima volta strizza un occhio al "dragone" con l'ingresso del marchio Tsingtao uno dei più grandi produttori di birra a livello mondiale. Il brand cinese, birra ufficiale nel basket dal 2008 al 2012 del campionato NBA e sponsor ufficiale dei recenti Giochi Olimpici e Paralimpici invernali di Pechino, sarà presente sia alle finali provinciali di Roma che alla finale nazionale di Pescara. "Abbiamo scelto di entrare nel mondo del padel amatoriale - sottolinea Giacomo Wu, a capo con il fratello Marco del Gruppo Xin Shi, distributore esclusivo dell'Italia per la Tsingtao -, perché abbiamo trovato la stessa aggregazione e socialità ben presenti nella mission della nostra azienda, potendo legare così il marchio Tsingtao allo sport del momento, che ha registrato una crescita esponenziale incredibile, diventando un vero fenomeno mass market e non più solo una moda". "Tutti i giocatori e il pubblico presente – aggiunge Marco Wu – saranno omaggiati da una birra di benvenuto". Conferme molto gradite sono quelle della compagnia aerea di bandiera portoghese TAP Air Portugal, leader per il Portogallo ed il Brasile, che dalla prima edizione ha affiancato il torneo, titolandolo per ben 4 anni, e del Gruppo Cisalfa Sport, catena leader in Italiana nel mondo dell'abbigliamento e accessori per lo sport; da sempre partner tecnico dei tornei firmati da MSP Italia, rappresenta nei suoi oltre 140 store in Italia, tutte le migliori marche e novità del settore.
Cinque sono invece gli anni che legano il marchio Cottorella al padel e alla Coppa dei Club; la official water del torneo è da sempre apprezzata dai giocatori per la sua alcalinità e alta assimilabilità, che diventano gli alleati ideali per il reintegro di minerali e la prevenzione alla formazione di acido lattico. "Cottorella, acqua da sempre vicina al mondo dello sport per le sue caratteristiche organolettiche, è fiera di poter essere official water della Coppa dei Club per il quinto anno consecutivo - le parole di Matilde Eloisa Pitorri, CEO di Acqua Cottorella -. MSP Italia con lungimiranza ha fiutato con grande anticipo il fenomeno padel e noi insieme a loro; è bello vedere come attraverso la racchetta si siano riavvicinate generazioni, coppie e amicizie tutte all'insegna dello sport e quindi della salute oltre che dei sorrisi".
"Siamo felici di accogliere nella famiglia della Coppa dei Club il brand mondiale Tsingtao ed il Gruppo Xin Shi, azienda che ha sposato con entusiasmo la causa del padel amatoriale targato MSP Italia – ha commentato il responsabile settore padel MSP Claudio Briganti -. Questa partnership darà maggiore internazionalizzazione al nostro format che ha ormai conquistato centinaia di club e oltre 5.000 giocatori amatoriali in tutta Italia. Ringrazio di cuore gli amici di TAP Air Portugal, Cisalfa Sport e Acqua Cottorella che anche per questa edizione hanno voluto supportarci con piacere, conferma che ci gratifica per gli sforzi e la crescita che abbiamo avuto dalle prime edizioni nella quali le due aziende hanno scommesso su di noi".

INFO E MEDIA PARTNER

Le info sul torneo sono disponibili sul sito www.coppadeiclub.it, con i media partner Corriere dello Sport, Tuttosport, Prima Press, Sport Club, Today.it e Mr Padel Paddle che forniranno tutti gli aggiornamenti sulle finali.

A cura della redazione di Sporteconomy

WEMBLEY A CACCIA DI SPONSOR

Partnership tra la Football Association inglese ed il gruppo Oak View per trovare nuove opportunità di sponsorizzazione per lo stadio

L'Oak View Group (OVG), società di sviluppo e gestione di sedi immobiliari e leader globale nello sport entertainment, è stata coinvolta dalla Football Association (FA) inglese per espandere e diversificare le sponsorizzazioni dello stadio di Wembley, così come le opportunità commerciali.
OVG, con sede a Los Angeles, collaborerà con il gruppo che si è occupato finora del lato del marketing della casa del calcio inglese. L'accordo tra le parti è stato raggiunto per sfruttare al meglio il centesimo compleanno di Wembley che avverrà nel 2023.

Inoltre, con questa collaborazione, OVG aggiunge al suo portfolio un altro importante impianto sportivo del Regno Unito, oltre al circuito automobilistico di Silverstone e all'ippodromo di Ascot.
Collegata con lo stadio della nazionale di calcio inglese, l'Oak View Group ha anche annunciato una partnership con i Jacksonville Jaguars della National Football League (NFL), con cui collaborerà per aumentare le opportunità commerciali come ranchise nel Regno Unito. Infatti, i Jaguars giocano a Wembley dal 2013 e hanno confermato che torneranno allo stadio, che funge da "casa lontano da casa", per una partita della regular season del 2022. Inoltre, la NFL ha confermato che i Jaguars sono una dei sei franchise a cui sono stati assegnati i diritti del marketing della Gran Bretagna per i prossimi 5 anni attraverso il programma dell'International Home Marketing Areas (IHMA) della Lega.
Tim Leiweke, amministratore delegato di OVG ha

dichiarato:"Lo stadio di Wembley è un'icona globale, conosciuta in tutto il mondo per aver ospitato alcuni dei momenti più storici dello sport e della musica dal vivo e siamo incredibilmente orgogliosi della sua aggiunta alla famiglia OVG". Mark Burrows, direttore operativo della FA, hanno puntualizzato: "In qualità di proprietari e gestori anche di altre sedi, OVG conosce bene l'importanza di massimizzare le opportunità di sponsorizzazione, nell'offrire anche un calendario di eventi brillanti tutto l'anno e siamo molto orgogliosi di accogliere milioni di persone nel nostro stadio ogni anno per eventi sportivi e musicali iconici; questa partnership ci aiuterà a a massimizzare la qualità dei contenuti ed a continuare a fornire esperienze di livello mondiale per coloro che ci visitano".

Oltre alle sedi nel Regno Unito, OVG è partner di molti degli impianti sportivi più innovativi del mondo, tra cui la UBS Arena dei New York Islanders (NHL) e la Climate Pledge Arena, casa dei Seattle Kraken (NHL) e dei Seattle Storm (WNBA), nonché uno degli stadi più progressisti, responsabili e sostenibili al mondo essendo ad impatto zero sull'ambiente.

a cura di Gabriele Ferrieri
Presidente ANGI Associazione Nazionale Giovani Innovatori

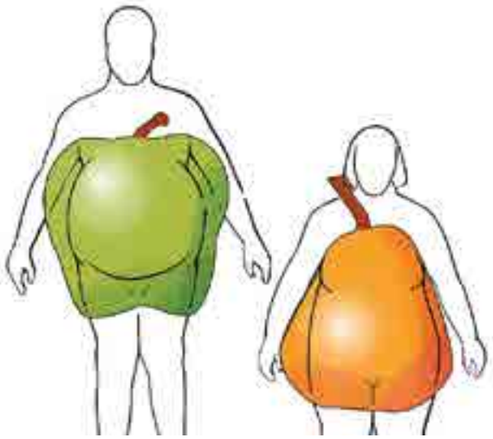
E-COMMERCE, È BOOM DEL COMMERCIO ELETTRONICO

Dagli acquisti online, agli smart payment, fino alle consegne, come cambia il mercato telematico

Prosegue la corsa dell'ecommerce. La crescita che si è registrata inevitabilmente durante la pandemia sta reggendo anche ora che in Europa i lockdown sono terminati e si assiste alla ripartenza in diversi settori. Agli abituali compratori online si sono aggiunti 9 milioni di nuovi clienti in rete solo in Italia e il fenomeno non riguarda solamente le generazioni più giovani, anzi, anche i compratori più anziani ormai amano informarsi online, capire se un prodotto ha le caratteristiche che cercano, leggere le recensioni su qualità e prezzo; e poi magari si recano fisicamente in negozio per concludere l'acquisto, ma tutto il resto è stato fatto comodamente da casa.
E-commerce significa anche "vivere un'esperienza" e lo si capisce bene guardando gli specchi virtuali di Snapchat che, attraverso la realtà aumentata, ti consentono di entrare in un camerino virtuale dove puoi indossare senza spogliarti decine di capi diversi e vedere come ti stanno, oppure calzando gli Oculus, speciali occhialoni che dalla cucina di casa tua ti consentono di fare la spesa al supermercato camminando fra le corsie grazie alla realtà immersiva.
Al servizio di una realtà virtuale che vuole essere sempre più vicina al compratore, ci sono anche i servizi di Userbotche ha creato una piattaforma che grazie all'intelligenza virtuale crea degli "umani digitali", in pratica un surrogato tecnologico dei commessi, in grado di sviluppare empatia con il cliente che si interfaccia con loro via chat aggiustando reazioni e risposte in tempo reale durante la conversazione.
Altre piattaforme, come Scalapay, stanno anch'esse facendo grandi numeri. Un innovativo sistema che permette di acquistare subito e pagare in 3 comode rate dello stesso importo, senza interessi. ScalaPay ha il vantaggio di attirare quei clienti che non avrebbero acquistato subito, generando così più vendite dai clienti esistenti e attirandone di nuovi. Aumenta così la probabilità che il cliente acquisti immediatamente e che ordini più articoli, incrementando di conseguenza il tasso di conversione e l'importo medio del carrello. I loro clienti aumentano le vendite senza alcun rischio: 49% aumento del valore medio degli ordini quando i clienti pagano con ScalaPay, 26% aumento dei clienti che comprano, 100% sicurezza, ScalaPay si assume ogni rischio di frode pagando subito il venditore. Non ci sono spese per abilitare la loro modalità di pagamento sul sito.
Interessante e fruttuoso anche il caso di Satispay, L'applicazione, attiva dal 2015, consente agli utenti di effettuare pagamenti senza necessità di avere una carta di credito o debito. Sarà sufficiente stabilire un budget settimanale di spesa e abbinare al conto Satispay un proprio conto corrente bancario. Ogni domenica sera dopo le 23:59 verrà disposta la ricarica, consistente in un bonifico da o verso il proprio conto corrente, al fine di ripristinare la disponibilità dell'account Satispay. Per tale operazione, alcuni istituti bancari fanno pagare delle commissioni. Con Satispay è possibile pagare online e negli esercizi commerciali convenzionati; l'app permette inoltre di scambiare denaro con amici e conoscenti, effettuare donazioni e ricariche telefoniche e pagare i bollettini della pubblica amministrazione.
E sul mondo della logistica legata all'ecommerce, non si può non citare l'esempio di Amazon Hub, la rete mondiale di punti di ritiro sicuri per i tuoi pacchi Amazon. Quando effettui l'ordine, invece di farti consegnare a casa la spedizione, puoi scegliere ulteriori opzioni: Locker è un servizio self-service dove puoi ritirare i tuoi pacchi Amazon in sicurezza e comodità, i locker si trovano in tutta Italia, in numerose città; Counter è il servizio di ritiro assistito per i tuoi pacchi Amazon con il quale ritiri in tutta comodità in punti vicino a te, come edicole, bar e negozi del tuo quartiere. Una gestione pertanto che permette di gestire il ritiro con grande flessibilità di orario e sicurezza, pratica per chi non ha un portiere e non sempre è a casa per poter ricevere gli ordini, con punti di ritiro accessibili anche 24h.
Il futuro è digitale e l'innovazione corre a passi da gigante. L'era dell'e-commerce è appena cominciata.

COS'È LA SINDROME METABOLICA?

La sindrome metabolica è una condizione clinica meritevole di particolari attenzioni per via della sua gravità e diffusione.



Con questo termine non si indica una singola patologia ma un insieme di fattori di rischio che aumentano la probabilità di sviluppare malattie cardiache, diabete e ictus. I cinque fattori di rischio sono:

- aumento della pressione sanguigna (maggiore di 130/85 mmHg)
- elevati livelli di zucchero nel sangue (resistenza all'insulina)
- eccesso di grasso addominale
- elevati livelli di trigliceridi
- bassi livelli di colesterolo buono o HDL

Avere uno di questi fattori di rischio non significa avere la sindrome metabolica. Tuttavia, averne uno aumenterà le possibilità di sviluppare malattie cardiovascolari. Avere tre o più di questi fattori risulterà in una diagnosi di sindrome metabolica e aumenterà il rischio di complicazioni per la salute.

QUALI SONO LE COMPLICAZIONI DELLA SINDROME METABOLICA?

Le complicanze che possono derivare dalla sindrome metabolica sono spesso gravi e di lunga durata (croniche). Loro includono:

- aterosclerosi
- diabete
- cardiopatie
- nefropatie
- ictus
- steatosi epatica

COME VIENE TRATTATA LA SINDROME METABOLICA?

- Se viene diagnosticata la sindrome metabolica, l'obiettivo del trattamento sarà ridurre il rischio di sviluppare ulteriori complicazioni di salute. Il medico consiglierà cambiamenti nello stile di vita che possono includere la perdita tra il 7 e il 10 percento del peso attuale e l'esercizio di almeno 30 minuti da moderato a intenso da cinque a sette giorni alla settimana. Potrebbero anche suggerirti di smettere di fumare.
- Il medico può prescrivere farmaci per ridurre la pressione sanguigna, il colesterolo e / o lo zucchero nel sangue. Possono anche prescrivere aspirina a basso dosaggio per ridurre il rischio di ictus e infarto.

QUALI SONO LE PROSPETTIVE PER I PAZIENTI CON SINDROME METABOLICA?

- Le prospettive per le persone con sindrome metabolica possono essere abbastanza buone se i sintomi vengono gestiti. Le persone che seguono il consiglio del medico, mangiano bene, fanno esercizio fisico, smettono di fumare e perdono peso ridurranno le loro possibilità di sviluppare gravi problemi di salute come un infarto o un ictus.
- Sebbene la gestione dei sintomi riduca le complicazioni di salute, la maggior parte delle persone con questa condizione ha un rischio a lungo termine di malattie cardiovascolari. Se sviluppi questa condizione, dovrai essere monitorato dal tuo medico per aiutare a prevenire gravi problemi di salute come infarto e ictus.

COME SI PUÒ PREVENIRE LA SINDROME METABOLICA?

- La prevenzione della sindrome metabolica è certamente possibile. Mantenere una circonferenza della vita sana, la pressione sanguigna e i livelli di colesterolo riducono il rischio di sindrome metabolica. L'esercizio fisico e la perdita di peso possono aiutare in questi sforzi e diminuire la resistenza all'insulina.
- In particolare, segui una dieta sana che includa frutta, verdura e cereali integrali. L'esercizio fisico è importante anche quando si tratta di prevenire questa condizione. Un'attività fisica regolare ridurrà i livelli di pressione sanguigna, zucchero nel sangue e colesterolo. La chiave è cercare di mantenere un peso sano. Parla con il tuo medico prima di iniziare un programma di esercizi o cambiare radicalmente la tua dieta.
- La prevenzione della sindrome metabolica richiederà anche di sottoporsi a regolari esami fisici. Il medico può misurare la pressione sanguigna e completare le analisi del sangue che possono indicare lo sviluppo precoce della sindrome metabolica. La diagnosi precoce della condizione e il trattamento ridurranno le complicazioni di salute a lungo termine.

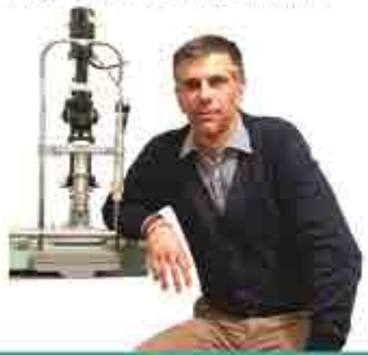
STUDIO DR. UGO MIRAGLIA
VIA BARLETTA 29
T 0694326290
u.miraglia@gmail.com
www.drugomiraglia.it

Fonte Be Different

RETINOPATIA DIABETICA: PARLA IL DOTTOR DE GAETANO

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

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



DA SAPERE

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

CURIOSITÀ

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

PERCHÉ SCEGLIERE IL DOTTOR CRISTIANO DE GAETANO

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

Dr. Cristiano De Gaetano
Cell: 334 14 16 917
Mail: cristianodegaetano@libero.it

DREAM ON GREEN

SCUOLA E SPORT PER L'INCLU SIONE SOCIALE

Sport e scuola di nuovo insieme. Due mondi complementari che hanno partorito un importante progetto a favore degli studenti. "Dream on Green-Dai buca all'esclusione" è il progetto realizzato dal Liceo Artistico Ripetta insieme al MSP Roma, Ente di Promozione Sportiva riconosciuto dal CONI, che ha avuto come scopo quello di promuovere tra i giovani, fortemente colpiti dalla pandemia, lo sviluppo di corrette relazioni sociali e il miglioramento delle condizioni fisiche e psichiche attraverso la pratica di attività sportive all'aria aperta.

di Luca Parmigiani

Tutti gli studenti dell'Istituto sono stati impegnati, dal 5 aprile all'11 maggio presso gli impianti sportivi "La Mirage Sporting Club" e "Tevere Golf", nella pratica gratuita di Golf, Calcio a 5, Beach volley e Padel seguiti da istruttori professionisti, assistenti alla comunicazione e all'autonomia per i ragazzi con BES. "Dream on Green" rientra nell'ambito dell'iniziativa Social Sport MSP Italia del Dipartimento Sport della Presidenza del Consiglio dei Ministri, è patrocinato dell'Assessorato allo Sport, Turismo e Grandi Eventi del Comune di Roma e sponsorizzato da Decathlon. Un progetto che è stato possibile realizzare grazie all'instancabile impegno delle Docenti del Liceo, che negli ultimi mesi hanno coordinato le classi dell'Istituto affinchè tutti fossero coinvolti in questa attività sportiva. I ragazzi, dal primo al quinto anno, hanno risposto con entusiasmo al progetto, sia scoprendo nuove discipline sportive che praticando quelle già conosciute. "Dream on Green" testimonia quanto il rapporto tra scuola e sport debba sempre di più consolidarsi e rafforzarsi, perché proprio dalla scuola può partire un messaggio di rilancio e di condivisione dei valori connessi allo sport, come salute, benessere, integrazione, educazione e aggregazione.
"Dopo due anni di pandemia è stato di fondamentale importanza riattivare le alleanze educative, non solo tra scuola e famiglia, ma anche con le altre agenzie del territorio, come associazioni ed Enti, che, direttamente o indirettamente, possono dare il loro contributo allo sviluppo integrale della persona. – le parole della Dirigente scolastica Anna De Santis - Lo sport, infatti, come riconosciuto dal Consiglio d'Europa e dalla ricerca pedagogica, è un importante strumento di promozione dell'inclusione per tutti gli studenti, in particolare per i ragazzi con BES, incentivando corrette relazioni sociali incentrate sul rispetto del sé e degli altri". "Ringrazio la preside Anna De Santis, il Liceo Artistico Ripetta nelle persone di Francesca Civale, Mirella Onorato, Diego Pirozzolo, Massimiliano Ferragina, Davide Stasino e Sonia Mungiello che hanno lavorato in modo profuso a questo progetto e gli impianti sportivi che hanno aderito fin dal primo istante", le parole del Vice Presidente MSP Roma, Luigi Ciaralli, "Lavorare con il mondo della scuola è estremamente importante per un Ente di Promozione Sportiva perché gli studenti rappresentano il futuro della nostra società. Da sempre perseguiamo i valori dell'inclusione e della socialità e questo progetto vuole essere un percorso di inizio e di rilancio perché siamo fermamente convinti che lavorando in sinergia, insieme alle istituzioni e ai centri sportivi, si possono raggiungere bellissimi traguardi che abbiano

una forte ricaduta sociale a favore dei nostri ragazzi". "Siamo onorati di far parte di questo progetto", le parole di Cristina e Silvia Liberatore, gestori dei Circoli Tevere Golf e La Mirage che hanno accolto più di 1000 studenti, "perché crediamo che l'inclusione sia un valore imprescindibile della nostra società. È un progetto molto stimolante e ambizioso, con l'obiettivo di promuovere l'attività motoria e tutti i valori che solo lo sport può dare". "Siamo fieri di rispondere alla nostra mission: rendere lo sport possibile, facilitarne la diffusione e supportare i promotori. Noi sportivi e sportive di Decathlon crediamo fermamente che lo sport renda più forti e ci spinga a prenderci cura gli uni verso gli altri. Per questo lo promuoviamo attraverso partnership fruttuose sul territorio", il commento di Davide La Mattina (Store Leader Decathlon Bufalotta) e Gloria Meraglia (Referente Club Decathlon Bufalotta). "Con il progetto Social Sport abbiamo promosso tante iniziative in tutta Italia a favore di giovani, anziani e persone fragili. Un successo enorme, che condivido con tutti i Comitati che hanno messo cuore e passione in questo progetto nazionale", conclude Alessandra Caligaris, Segretario Nazionale MSP Italia.

INTERVISTA AL MINISTRO PER LE POLITICHE GIOVANILI

NEET WORKING TOUR

Fabiana Dadone, classe '84, laurea in giurisprudenza, due figli. Nel 2013, a 29 anni, viene eletta alla Camera dei Deputati, figurando tra le più giovani parlamentari del M5S. Già Ministro per la Pubblica amministrazione nel Governo Conte II, dal 13 febbraio 2021 è Ministro per le politiche giovanili del Governo Draghi, con deleghe anche in materia di servizio civile, di dipendenze e di anniversari nazionali. Ama lo sport, la musica metal ed ha un passato nel volontariato.

di Ludovica Urbani

Ministro, in queste settimane è molto impegnata nel "NEET Working Tour". Di cosa si tratta esattamente?
Il NEET Working Tour è una grande iniziativa partita lo scorso 11 aprile che il Ministero sta realizzando con il supporto dell'Agenzia Nazionale per i Giovani, l'Agenzia Nazionale per le Politiche attive del lavoro e Carta Giovani Nazionale. Si tratta di una campagna informativa itinerante rivolta ai giovani inattivi di età compresa tra i 14 e i 35 anni che non studiano, non lavorano e non fanno formazione, i cosiddetti NEET che sta per "Not in Education, Employment or Training. E' legato al Piano strategico di emersione e orientamento dei giovani inattivi, adottato per la prima volta in Italia lo scorso gennaio, per aprire bene questo 2022 proclamato Anno Europeo dei Giovani. Un piano che ho promosso d'intesa col Ministro del lavoro e delle politiche sociali. Il tour attraversa, in questa prima fase, 12 città italiane, ma intendo proseguire dopo l'estate per coprire tutte le regioni. Lo scopo è raggiungere i giovani nelle loro "comfort zone", ingaggiandoli e coinvolgendoli in modo semplice, diretto, informale con attività ed eventi attraverso cui metterli a conoscenza di opportunità e progetti pensati per loro. Vogliamo raccontare loro che l'Italia è un Paese

per giovani che offre ad ognuno la possibilità di realizzarsi.
Il 4 e 5 maggio il tour ha fatto tappa ad Ostia, presso lo skate park. Che realtà ha visto?
Conoscevo questa dimensione perché già lo scorso anno ho avuto modo di essere sul posto proprio pochi giorni dopo la sua inaugurazione. È uno splendido esempio di come una realtà che ha subito anni di abbandono e degrado, si sia trasformata in un luogo di ripresa sociale e di aggregazione per i giovani e per la cittadinanza. Lo sport è un potente strumento di sana aggregazione sociale, specie giovanile. Ho visto centinaia di ragazze e ragazzi, tra cui anche disabili, vivere la loro città e il loro quartiere con una rinnovata linfa e con un sentimento di passione vera, pulita, autentica. Questa è la prova tangibile che la politica - e nello specifico l'Amministrazione all'epoca quella guidata da Virginia Raggi – può stare concretamente vicino ai territori e alle comunità, specie quelle disagiate, non solo a parole ma nei fatti.
Lo sport è certamente un modo forte per stimolare i giovani e non solo. Quanto è importante nella quotidianità e nello sviluppo umano e personale dei giovani?
Lo sport deve accompagnare i giovani nella loro crescita psico-fisica. Ne era convinto già Aristotele. Nel periodo di crisi sanitaria che abbiamo vissuto, questo stimolo è mancato e ne hanno risentito milioni di ragazze e ragazzi che praticavano sport a vario titolo, amatoriale e professionale. Specie nel 2020, sono stati tempi difficili per molte realtà associative e devo dire che il Governo Conte II ha gestito al meglio la fase più acuta dell'emergenza e l'allora Ministro per lo Sport Vincenzo Spadafora si è speso tantissimo. E' fuori dubbio che fare sport sia fondamentale per ogni individuo, così come intraprendere uno stile di vita alimentare sano, fondamentale anche come stimolo psicologico e relazionale. Lo sport ti fa porre degli obiettivi, ti stimola a superarli e ti integra in un contesto che può essere competitivo e non.
Torniamo al Tour. Come fa un giovane a non diventare NEET?
Sentendosi coinvolto, informato. L'obiettivo del tour è avvicinare i giovani inattivi al mondo del lavoro e della formazione, utilizzando un linguaggio

adeguato, privo di quella retorica e di quelle frasi fatte che troppo spesso popolano i discorsi istituzionali. Senza dimenticare quei canali social che i ragazzi ben conoscono e frequentano, raccogliendo così la loro fiducia. Lo stiamo facendo attraverso 12 tappe grazie alla collaborazione di numerosi partner che hanno deciso di sostenere la nostra iniziativa. Siamo partiti da Torino per poi spostarci nelle piazze di Alessandria, Genova, Brescia, Lucca, Chieti, Roma, allo skate park di Ostia, Napoli, Matera, Brindisi, Cosenza e Palermo. Un vero e proprio viaggio all'interno del nostro Paese, da nord a sud, a cui seguirà in autunno la seconda fase di cui dicevo poco fa.

Ministro, giovani e futuro: quanto spazio c'è per loro, per i loro sogni e le aspettative?

Lo spazio c'è ma deve essercene sempre di più e i giovani devono essere pronti, se necessario, a rivendicarlo. E' importante per la politica impegnarsi ai fini della loro partecipazione nella vita pubblica e democratica. Non dobbiamo insegnare e basta, dicendo si fa così. Dobbiamo ascoltare e chiedere, far sentire i giovani protagonisti di quel cambiamento di cui loro stessi saranno i beneficiari. Questo vale in Italia e in Europa. Con il Ministro degli Esteri Luigi Di Maio, nel novembre scorso, si è parlato di questo nel corso di un Forum rivolto proprio al tema dell'allargamento dell'Unione Europea visto dai ragazzi e dalle ragazze dell'area balcanica, specie l'Albania. In Italia abbiamo inoltre adottato specifiche iniziative importanti per sostenere i giovani nel loro percorso di emancipazione economica e sociale. Penso per i giovani che comprano casa o al bonus affitti. Con questa ultima misura, per la prima volta in Italia, i ragazzi e le ragazze usufruiscono di detrazioni fino a 2 mila euro sul costo della locazione degli appartamenti che decidono di affittare per motivi di studio, lavoro etc.

Ministro Dadone, quali gli obiettivi nell'immediato futuro?

Quelli con cui ho iniziato questo mandato di Governo. Abbiamo il dovere di occuparci dei giovani, del loro futuro ma anche del loro presente, guardando al mondo coi loro occhi. La fase storica che stiamo vivendo rende evidente di non dare per scontato quello che fine a ieri sembrava "normale". Penso ad esempio alla socialità e alla pace, tutti concetti che davamo per assunti e che abbiamo imparato ad apprezzare come mai fino ad ora. Le statistiche, ormai in maniera costante, restituiscono un quadro del mercato del lavoro in cui molte posizioni restano vacanti perché il sistema della formazione non riesce a soddisfare l'offerta di lavoro. Fino a qualche anno fa, nessuno pensava che il programmatore o il mondo del coding potessero essere dei lavori così ricercati e molto ben retribuiti. Le aziende italiane, da quelle a più alto contenuto tecnologico a quelle più "tradizionali", cercano molto spesso tecnici specializzati ma non trovano le figure idonee sul mercato perché il mondo dell'istruzione e della formazione in genere, non riescono a colmare il gap tra i profili della domanda e quelli dell'offerta. Le opportunità sono molte, basta guardare al digitale, al mercato del lavoro connesso all'innovazione tecnologica e

agli effetti in termini sociali, organizzativi e produttivi. Sono temi centrali nel nostro PNRR e non possiamo mancare questa occasione di ammodernamento, di crescita e sviluppo del nostro Paese. Senza dimenticare che il PNRR nasce come "Next Generation": i giovani e l'impatto generazionale delle politiche pubbliche devono essere al centro.

Cosa c'è esattamente nel PNRR per i giovani? Che interventi sono previsti?

Sono moltissimi i progetti e le progettualità in campo. Il PNRR per i giovani interviene in maniera trasversale, a partire dalla digitalizzazione del nostro Paese, il potenziamento degli ITS, della scuola, della formazione e dei servizi connessi, come asili nido e strutture. Il piano è articolato in missioni e prevede molte fasi. Nel complesso, gli interventi mirati ai giovani rappresentano circa l'11,5% vale a dire 21,9 miliardi di euro circa. L'insieme delle misure adottate in termini di riforme e investimenti produrrà un netto incremento dell'occupazione giovanile, stimato al + 3,2% di scostamento dallo scenario base di partenza come sopra definito. Il Ministero ha sinora raggiunto tutti i risultati attesi e sono molto orgogliosa di questo: i numeri sono importanti e restituiscono il senso degli sforzi che stiamo compiendo. Le misure che direttamente seguiamo riguardano il servizio civile universale e quello digitale dove abbiamo registrato "rendimenti" intermedi da record. Andremo avanti così, consapevoli di dover coinvolgere tutti, NEET compresi, per intervenire al meglio nel settore che più di ogni altro rende ad un Paese: il capitale umano di domani.

OTTICA VASARI

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

VASARI iGreen GREENVISION

ICS ISTITUTO PER IL CREDITO SPORTIVO

MUTUO LIGHT 2.0 FSN-DSA

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

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

#NOISIAMOPER

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

creditosportivo.it