

terzo tempo sport magazine

Il Settimanale



(Filip Filipovic – photo credits: prosecco.it)

Commentario di fatti e vita sportivi

La coppia dei Campioni

Nel territorio orobico mettono piede migliaia di sportivi. L'occasione è quasi sempre legata ad appuntamenti agonistici. In alcuni casi la venuta ha valore di vero e proprio evento. Così si può definire la grande sorpresa che è stata regalata da una società sportiva tra le più prestigiose, lustro italiano a livello internazionale.

Parliamo della Pro Recco, plurititolata squadra di pallanuoto, che ha deciso di rendere itinerante il suo calendario casalingo delle gare di Champions League, partendo proprio dalla città di Bergamo.

Il centro sportivo Italcementi è stato destinato a ospitare sabato 19 ottobre la partita che vedrà in vasca il settembello libero affrontare gli spagnoli del Terrassa. Un evento reso possibile dalla collaborazione con la Pallanuoto Bergamo - realtà che dall'anno scorso fa parte dell'Academy biancoceleste - e con la società che gestisce l'impianto, Bergamo Infrastrutture.

Nonostante i tempi sono ristretti - riferisce i Arnaldo Deserti, direttore sportivo della Pro Recco - è bastata una telefonata con il presidente della Pallanuoto Bergamo, Lele Foresti, per trovare subito un accordo e avviare la macchina organizzativa.

“Sono certo che a Bergamo vivremo una serata dall'atmosfera speciale, la stessa che abbiamo trovato la scorsa stagione a Bologna, Torino e Firenze. La Champions itinerante porta con sé un indiscutibile valore sportivo ed è un veicolo fondamentale per promuovere la pallanuoto, avvicinando nuovi spettatori e appassionando sempre di più i giovani che praticano questo sport. Ringrazio la Pallanuoto Bergamo per la professionalità dimostrata e il gestore dell'impianto che ha dato immediata disponibilità capendo l'importanza di questo evento per la piscina e per tutta la città”. Un elogio gratificante per l'impegno quotidiano e silenzioso di chi lavora per la promozione dello sport e la tenuta degli impianti. Il palcoscenico della Champions dai campi in erba all'acqua è un omaggio non da poco a Bergamo e al suo territorio. L'altra visita di eccezione è avvenuta in un contesto raccolto, senza riflettori, ma ha significato comunque un riconoscimento alla terra che ha dato i natali a Felice Gimondi e ne conserverà per sempre il ricordo. L'abbraccio in privato di Eddy Merckx alla famiglia del campione di Sedrina va oltre la rivalità, ben sapendo che l'uno senza l'altro non avrebbe scritto alcune tra le pagine più belle e avvincenti del ciclismo.

terzo tempo sport magazine

Contents

Editoriale

Amatrice premia l'Atalanta delle meraviglie

MONDO ATALANTA

Atalanta secondo Luca

B2B con l'A.D.

Buon inizio di Primavera

RETI E CANESTRI

BB14 bella a 3/4

Volley Zanetti vincente a denti stretti

Chorus accademia del volley

VITE DI CORSA

Oldrati l'enduro

La maratona di Rachik

Una Norma Eroica

EDUCATIONAL

Il vivaio Atalanta a BergamoScienza

MONDO PARALIMPICO

Il trionfo di Omero

LO SPORT NEI RICORDI

Le voci della Domenica

MONDO SALUTE

Lo Shiatsu nello sport

MONDO INDOOR

Giorgia Villa fata di bronzo

AEA

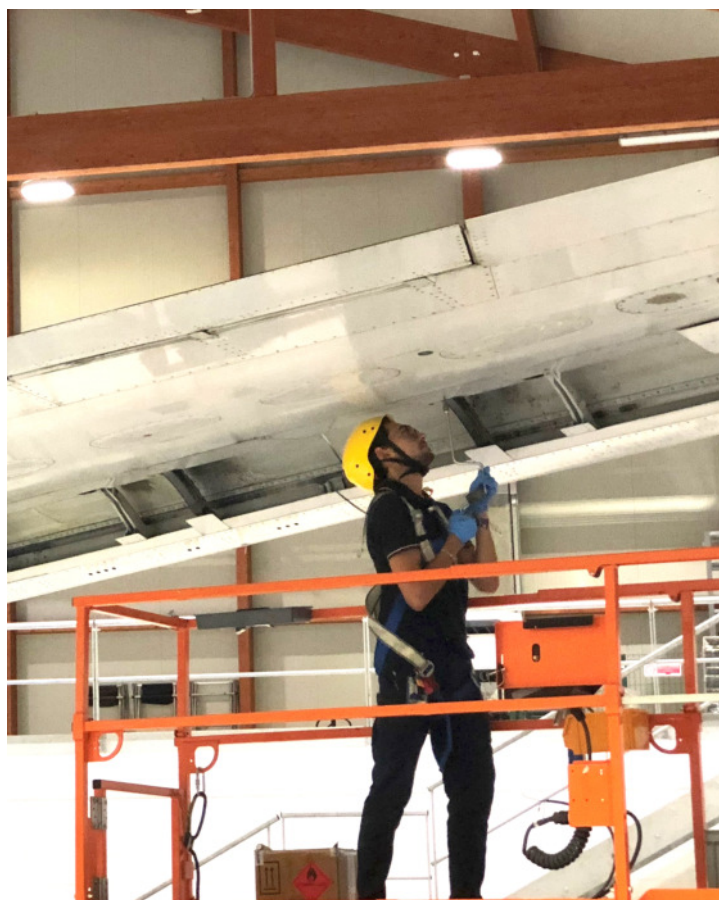
Aircraft Engineering Academy

Prima accademia di alta formazione, certificata ENAC,
per tecnici specializzati in manutenzioni aeronautiche.

Unico percorso di 4 anni, teorico e pratico, con accesso diretto alla
professione presso una delle 14 basi operative italiane di Seas.

Iscrizioni aperte sul portale training-aea.it.

Requisiti d'accesso: diploma e buona conoscenza della lingua inglese.



AIRCRAFT ENGINEERING ACADEMY

B E R G A M O

Supplemento a TERZOTEMPOSPORTMAGAZINE - Testata Giornalistica online iscritta al Registro della Stampa del Tribunale di Bergamo -
n. 10/2019 del 10/07/2019 - Direttore responsabile Eugenio Sorrentino - Indirizzo redazione: via Pizzo Recastello 24 - 24125 Bergamo -
tel. 3391701703 - email: info@terzotempomagazine.it - coordinamento redazionale: Federica Sorrentino - fotografie: Francesco Moro
Edito da Sitointerattivo srls - via Sporca 3 - 24020 Scanzorosciate (BG) - P.iva e C.F. 04353580162
Progetto grafico: Studio Mena & De Netto - design&architettura - Palazzolo s/o (Bs)

Hanno collaborato a questo numero: Paola Cerimbelli, Fabrizio Carcano, Federica Fusco, Luca Lembi, Simone Fornoni.



Amatrice premia l'Atalanta delle meraviglie a cura della Redazione

I calciophili più appassionati, abituati ad attingere all'antologia dello sport più popolare, sanno che nel 1970 il Cagliari di Gigi Riva spezzò l'egemonia delle squadre milanesi e della Juventus vincendo uno storico scudetto. In panchina c'era Manlio Scopigno, allenatore filosofo di nascita reatina, espressione di una provincia genuina e tosta. Mezzo secolo dopo un pool di prestigiose firme del giornalismo sportivo ha deciso di assegnare a figure presenti nello staff dell'Atalanta il 50 per cento dei premi intitolati proprio a quell'allenatore che vinse il Seminatoro d'Oro.

La giuria, presieduta da Fabrizio Formichetti, ha giudicato altamente performanti i ruoli del massimo dirigente e tre tecnici atalantini. Vera e propria incetta di riconoscimenti, consegnati nell'ancora martoriato comune di Amatrice, a cui il mondo nerazzurro è stato vicino con gesti concreti dopo il devastante terremoto dell'agosto 2016.

Uno dei premi è andato a Antonio Percassi (presidente dell'anno), un altro a Gian Piero Gasperini (miglior allenatore), il terzo a Maurizio Costanzi (responsabile settore giovanile) e a completare il poker quello assegnato a Massimo Brambilla (allenatore del Primavera campione d'Italia).

Quattro nomi ai quali si affiancano quelli di Cristiano Ronaldo (miglior giocatore di Serie A) e Fabio Paratici (manager dell'anno), che segnano la presenza costante del

marchio juventino, Fabio Liverani (miglior allenatore di Serie B) alla guida del Lecce recentemente battuto dall'Atalanta, e Riccardo Orsolini (promessa mantenuta) del Bologna, che pure conserva un po' di nerazzurro orobico.

La particolarità del riconoscimento, che premia i risultati della stagione 2018-19 e pertanto il terzo posto in campionato con la storica qualificazione alla Champions League e lo scudetto tricolore sulle maglie della squadra Primavera, è che i giurati hanno individuato figure dell'organico atalantino tuttora e sempre più protagoniste di un ciclo appena iniziato, con la prospettiva di continuare a regalare prestazioni di alto livello e seminare a livello giovanile.

I numeri della prima squadra sono ineccepibili. Nell'anno solare 2019, per nove mesi e mezzo, l'Atalanta sul campo ha fatto meglio della Juventus.

E ai premi Scopigno surclassa il mondo bianconero, condividendo la valorizzazione di una promessa come Orsolini.

La figura del presidente Antonio Percassi rappresenta oggi un modello dirigenziale e uno stile che sono da esempio. Ha creduto e messo in atto un progetto che rendesse l'Atalanta patrimonio di tutti, conservandone la gestione e ponendo le premesse per trasformare il vecchio stadio in un impianto moderno e adeguato, facendone proprietaria la società.



Atalanta secondo Luca

Simone Fornoni

"Per me il 'non perdo, imparo' vale da dirigente consapevole, da neofita, del livello della Champions League, che per noi sembrava irraggiungibile". Parola di Luca Percassi, il Dirigente Serafico dell'Atalanta, l'amministratore delegato dai sogni coi piedi per terra: "L'Europa li solidifica, il Muro Nerazzurro li alimenta. L'umiltà, il profilo basso e l'approccio alle sfide come battaglie da combattere fino in fondo, senza permettersi di sentirsi superiori a nessuno: sono i valori che ci fanno dire che prima viene la salvezza, come rimarca mio padre, e che ci hanno spinto a traguardi impensabili".

Da Antonio a Luca, la cifra della Famiglia Presidenziale è il rapporto viscerale col territorio: *"Da bergamaschi privilegiamo i fatti ai proclami, quindi non diamo peso al terzo posto in campionato dopo sette giornate. Al punto in cui siamo arrivati, c'è una novità ogni settimana. Siamo cresciuti sviluppando questi principi da provinciale. Siamo accompagnati dall'orgoglio di chi lavora con noi e dall'affettuoso sostegno del pubblico".*

Radicamento uguale successo, risultati uguali rapporti oltre il pallone. Basta un'occhiata alla voce partnership: 250 a 12 livelli diversi, tre quarti dalla Bergamasca ma spesso con ramificazioni internazionali come RadiciGroup, Brembo, Italcementi e Gewiss; 35 nuove aziende cooptate

nell'universo nerazzurro, al ritmo del più 20 per cento annuo. Il recente B2B a Villa Acquaroli a Carvico ha ospitato 177 operatori. La forza del progetto è nel tenere il contatto con la dimensione di partenza.

All'insegna delle notti magiche da affrontare con la sete di conoscenza della matricola alle prese con le prime lezioni universitarie: *"Sono le caratteristiche insite in questa Società ad attirarci le simpatie e i complimenti, come nelle cene di gala della vigilia con Dinamo Zagabria e Shakhtar - precisa il Percassi con incombenze gestionali -. È un processo di crescita e di apprendimento, in cui cerchiamo di carpire i segreti alle concorrenti: a noi manca l'esperienza. Dal Borussia Dortmund, ai tempi dell'Europa League, abbiamo imparato come fare per avere uno stadio all'altezza, col pubblico vicino al gioco".* Lo scoglio più duro affiora il 22 ottobre, a Manchester, tra i dubbi e le incertezze da fanalino di coda del Group Stage C: *"Il City è tra le più forti del mondo, sarà una grande serata in un santuario del calcio - la chiosa di Luca Percassi -. Un momento da vivere e onorare credendoci. Da Atalanta, da squadra che incarna lo spirito di un popolo di lavoratori, che non dà nulla per scontato e che gioca le partite sapendo che i sogni bisogna conquistarseli lottando a pelo d'erba. Coi piedi per terra. Gasperini è bravissimo in questo senso".*



B2B con l'A.D.

Atalanta non è solo sinonimo di Cenerentola che ha calzato la scarpetta magica trasformando la zucca della salvezza nella carrozza della Champions.

Ci sono i simboli e la leadership, tecnica ed emozionale. E se chiedi a Luca Percassi di fare un nome, la risposta è scontata: "Col Papu Gomez c'è un legame fortissimo.

Ha sposato la causa dal 2014 e insieme a lui siamo cresciuti tutti, società compresa. Pure lui, tatticamente, da ala a trequartista". Il profilo del Capitano eterno: "È la nostra anima. Ricordo la prima volta, un giorno di settembre del 2014, l'ultimo del mercato, nei nostri uffici. Ormai lui e famiglia sono bergamaschi: una bellissima storia, più forte dei rumors e delle lusinghe delle altre squadre". Segno che forse l'assalto laziale, cacciato dalla porta, potrebbe riaffacciarsi alla finestra invernale:

"A gennaio rimaniamo come siamo", la smentita dell'amministratore delegato. Risoluto a coccolarsi i top di gamma: "Non abbiamo mai preso in considerazione offerte per Duvan Zapata. Disputiamo competizioni importanti, non si poteva smantellare la rosa che ci ha portati fin qui - la rassicurazione -. Lui è l'attaccante più forte, se vogliamo il nostro Romelu Lukaku, anche se non ci è costato certo 70 milioni e vale oltre i numeri che gli appiccicano addosso: finalizza il lavoro collettivo".

Si parlava di simboli e il Gewiss Stadium lo è. Della dimensione recente di big aggiunta. E delle prospettive senza voltarsi indietro: "Col Lecce siamo tornati a casa.

Dal campo l'impatto della Curva Nord è impressionante, emozionante e gratificante: è la prima di tre parti di un sogno che si sta realizzando". Qualcosa che sopravviverà al magic moment: "È all'altezza della squadra, avviandosi a essere a norma Uefa, e della città. Dietro la Nord è già sorta una piazza urbana, 30 mila quadrati di intervento sono di proprietà comunale. Il budget è già pianificato per la Tribuna Ubi". Da Bergamo al Centro Sportivo Bortolotti, il passo è meno breve di quanto non dica il navigatore, perché tappe dello stesso cammino: "L'utile di bilancio a dicembre sarà in linea col 2018. Tutte le voci in entrata sono cresciute, come le spese, tra rosa, stadio e sede dell'Accademia Mino Favini per il settore giovanile, da inaugurare alla terza sosta della serie A". Eccolo, il fiore all'occhiello di una giacca di taglio sartoriale, smessi i panni della provinciale priva di ambizioni: "Nel vivaio ci sono italiani forti e tanti potenziali titolari. Lo è anche Kulusevski, mandato a giocare a Parma. Barrow è un patrimonio del club, è giovane e può rilanciarsi. E per il femminile continuiamo con le giovanili: la prima squadra sarà un discorso da affrontare in proprio quando ce ne saranno le basi".



(photo credits: atalanta.it)

Buon Inizio di Primavera

Simone Fornoni

Quindici nel sacco e poker subito in campionato, uguale vetta blindata dal quattro su quattro alle soglie della pausa. Un paio e un tris in Youth League, dove ritmo, pressing e fisicità sono la norma e la tecnica non basta.

Come per l'Atalanta del Gasp e dei Tre Tenori Gomez-Ilicic-Zapata che segna il passo extra confine. Ma la fabbrica del gol della Primavera di Massimo Brambilla, in un certo senso, sta bagnando il naso alla prima squadra.

Perché nella reginetta di coppe a Zagabria il sacrosanto pari è stato sommerso dall'onda di Karrica e del calo, mentre a Zingonia con lo Shakhtar il guizzo di Abdulaiev ha vanificato la doppietta dell'ariete di Sorisole Roberto Piccoli (testa e zampa anche alla prima a Bogliasco), sveltata in torsione accarezzata dal terzino Davide Ghislandi al culmine dello scambio Amad Traore-Manu Gyabuaa e piattone davanti al secondo palo a chiudere il triangolo lungo con Jacopo Da Riva e l'ivoriano per rintuzzare il "rigore a due" Mudryk-Sudakov. A conferma della corallità nelle trame, la recente cinquina sporca al Pescara con cinque giocatori e modi diversi.

In primis la verticale Rodrigo Guth-Piccoli a liberare l'aletta mancina fratello d'arte (a parti invertite contro la Juve, con Gyabuaa e Da Riva marcatori residui) per l'inserimento di Alessandro Cortinovis, 2001 trasformato felicemente in

mezzala che fa riaprire le danze col favore di ritorno dopo la rimonta ospite Pavone-Diambo. Ebrima Colley, cannoniere di regular season (4) capace di segnare da fermo (alla Samp: 3-2 con ritorno Prelec-Bahlouli), di taglio e tap-in nella manita ai bianconeri nonché di tornare all'ala sinistra (part rime da falso nueve e alternativa a Cortinovis) spodestando l'altro fuorigioco Nicolò Cambiaghi: assist al bomber di Sorisole e quinto dito dell'ultimo schiaffone.

La cifra dell'ammiraglia del vivaio è il predominio territoriale, mix della qualità dei secondo anno e del caricatterie dei 2002. Con una simile varietà di interpreti, le superbe prove e testatone di Caleb Okoli, un Palomino destro, due di fila al Sassuolo (da palla inattiva, insieme al compagno Guth, che da buon brasiliano ci ha messo stop e tiro) e per fiocinare il Delfino, e la continuità di un tridente dalle pedine intercambiabili, non stupisce la decina di convocazioni azzurrine. In Under 19 (doppia amichevole portoghese), il brusaportese coi guanti Ludovico Gelmi, Okoli, l'osiense Ghislandi, il telgatese Giorgio Brogni, Gyabuaa, Cortinovis e Piccoli. In Under 18 (premondiale Under 17, il 20 si va in Brasile), il mastino Giorgio Cittadini, lo zognese Matteo Ruggeri (mancino basso in staffetta con Brogni) e il play Simone Panada, più Samuel Giovane della Berretti. proposito, ma i bergamaschi non erano spariti?



BB14 bella a 3/4

Fabrizio Carcano

Un disastroso ultimo periodo condanna il Bergamo Basket alla prima sconfitta in campionato.

Dopo l'incredibile vittoria casalinga per 65-63 contro Scafati, al debutto al PalaAgnelli, con il rocambolesco e fortunato canestro del sorpasso scagliato sulla sirena da Lautier dalla propria metà campo, nella seconda uscita nel campionato di A2 la compagine bergamasca è caduta sul parquet della quotata Bertram Tortona per 84-69.

Va detto che i piemontesi sono una delle squadre favorite del girone, per cui il pronostico fin dalla vigilia pendeva per la squadra di casa, per cui una battuta d'arresto preventivabile per i gialloneri orobici.

Che tornano dal PalaVoghera con qualche nota positiva e alcuni interrogativi da risolvere.

Intanto in quel di Voghera il BB14 ha giocato una partita positiva, alla pari con la Bertram, per tre quarti, cedendo qualcosa nella prima frazione (20-12) per poi ricucire gradualmente (42-35 all'intervallo) fino alla terza frazione chiusa sul 58-56 a soli due punti dai padroni di casa.

Che nell'ultimo quarto hanno asfaltato i bergamaschi con un parziale di 24-5 in sette minuti, fino a volare su un 82-61 eccessivo per quello che si era visto in campo, prima di un parziale recupero bergamasco sul conclusivo meno quindici. Quando Tortona ha alzato il livello difensivo e il livello fisico l'attacco giallonero si è inceppato, lo stesso problema

evidenziato nelle fasi cruciali del match contro Scafati.

Altra nota dolente la difesa: coach Calvani ripete ai suoi che prendendo venti punti a quarto vincere diventa difficile.

A Tortona il BB14 ha preso 20 punti nel primo periodo e 22 nel secondo, limitando a 16 l'attacco piemontese solo nel terzo.

Ma ci sono anche le note liete. A cominciare dal 18enne play varesino Parravicini esploso con 15 punti e 5/6 al tiro, in una serata in cui in regia è cresciuto anche il titolare Zugno con 10 punti.

Meglio della prima uscita anche Carroll, che ha chiuso con 17 punti, mentre Lautier Ogunleye si è confermato con 15 punti anche se le percentuali per i due stranieri sono basse.

Bene anche il 19enne Costi, autore di nove punti.

Va ricordato che il BB14 ha rotazioni limitate non avendo a disposizione l'ala Dieng, giocatore che dovrebbe dare un contributo atletico importante. Giornata positiva per il Blu Basket Treviglio che dopo l'esordio negativo a Trapani si è rifatto battendo al PalaAgnelli l'ostica Rieti per 66-52 sfoggiando una grande prestazione difensiva, con i reatini tenuti vicino alla soglia dei cinquanta punti.

Bene il capitano Reati con 13 punti e i due stranieri, lo statunitense Pacher con 15 e il bulgaro Ivanon con 13, anche se in attacco è mancato il contributo dei giovani della panchina.

Reti e Canestri



Volley Zanetti vincente a denti stretti a cura della Redazione

Un successo rotondo, ottenuto a denti stretti, saluta l'esordio del Volley Zanetti Bergamo, e non è un caso che Marcello Abbondanza al termine di un'avvincente battaglia con le anconetane di Filottrano, conclusasi con i parziali di 25-23, 25-22, 27-25, stringa attorno a sé le atlete rossoblu per un omaggio che sa di incoraggiamento.

Il Volley Zanetti Bergamo riparte così per una nuova avventura nel campionato di A1, conquistato per la prima volta 24 anni fa, primo di otto titoli tricolori conditi da sette Champions League, una coppa Cev, sei SuperCoppe italiane e altrettante Coppe Italia, ultimo dei trofei in bacheca datato 2016. Sette nuove giocatrici, cinque confermate con l'obiettivo di aprire un ciclo di risultati all'altezza della tradizione della plurititolata società rossoblu.

Ancora assente la canadese Van Ryk, in procinto di aggregarsi al gruppo, il coach Marcello Abbondanza avvia le danze, nel match di apertura al PalaAgnelli schierando nel ruolo di schiacciattrice le nuove arrivate Samara e Mitchem, le centrali Melandri e Olivotto, Smarkez opposto, Mirkovic palleggiatrice e Sirressi libero.

Al di là di un numero troppo alto di errori in battuta condiviso con le avversarie nel primo set, esse le rossoblu hanno espresso un efficace gioco a muro e buona reattività in ricezione. Sugli scudi Smarzek che si è fatta sentire in tutta la sua determinazione anche da seconda linea,

meritando il player of the match. Nella prima frazione, che doveva testare la risposta di un gruppo all'esordio in una partita ufficiale, dal massimo vantaggio 16-12 si è arrivati alle fasi decisive sul 23 pari, quando Rossella Olivotto ha guadagnato un punto pesante a muro, cui ha fatto seguito una palla diagonale vincente di Smarzek.

Le luci hanno soverchiato le ombre, e non solo per il set vinto, ma soprattutto perché non sono mancate la determinazione e la concentrazione. Armi che servono quando, come nel secondo set, si lotta punto a punto e occorre acquisire fiducia. Si è capito quanto pesi l'apporto di Marcello Abbondanza, prodigo di puntuali indicazioni a ogni errore o indecisione.

L'impiego di Olivotto e Loda nella seconda frazione risponde alla chiara volontà di operare rotazioni che diano continuità e freschezza, pretendendo che tutte si facciano trovare pronte. Secondo set deciso ancora nelle battute finali, partendo dal 22 pari.

Un avvio disastroso condiziona l'andamento del terzo set, con Bergamo capace di risalire dall'8-15 al 20 pari, guadagnare due match-point consecutivi subito annullati e timbrare quello decisivo con Mirkovic che fa punto con un secondo tocco. L'attacco fuori di Filottrano regala il successo. Il 3-0 a Bergamo mancava da tempo immemore. Un buon viatico, certamente.



Chorus accademia del volley

Luca Lembi

Otto società sportive del territorio bergamasco, impegnate nel settore della pallavolo, unite per rafforzare una rete tra atlete, famiglie, società sportive e strutture e per favorire la crescita delle giovani sia a livello scolastico che sportivo superando le singole realtà per formare ed allenare atlete da portare a raggiungere alti livelli.

E' l'innovativo progetto denominato "Chorus Volley – Bergamo academy", che coinvolge 52 giovani atlete che disputeranno il campionato 2019/2020 in diverse categorie.

Un progetto ambizioso che nasce dalla volontà di incentivare la crescita dei talenti del nostro territorio promuovendo questo sport nel settore giovanile con trasparenza, competenza e professionalità e che si fonda sulla collaborazione tra Lemen Volley, Brembo Volley Team, Martinengo Volley, Scanzorosciate Pallavolo, Usf Virtus Ponti Sull'isola, Volley Excelsior Bergamo, Seriana Volley Albino e Polisportiva Brembate Sopra, unite per favorire la crescita delle giovani sia a livello scolastico che sportivo con il proposito di raggiungere alti livelli, anche sul panorama nazionale.

"Obiettivo primario è aiutare le atlete a coltivare - in campo e fuori - valori etici, sportivi, sociali e culturali grazie ad un progetto tecnico/educativo agonistico che cammini pari passo con l'ambito scolastico in un network di contatti e servizi a disposizione di ragazze e famiglie" –

afferma Gianpaolo Sana, Presidente Chorus Volley – Bergamo academy.

Una rete che ha portato nei mesi estivi alla selezione di 52 atlete dai 13 ai 17 anni provenienti dalle 8 società fondatrici per formare le squadre che giocheranno il campionato FIPAV in quattro categorie di altissimo livello: 15 atlete per la Serie B2 Under18, 12 in Serie C Under 16, 10 pallavoliste per la 1° Divisione Under 16 e la 2° Divisione Under 14 che conta 15 ragazze.

A seguire la preparazione atletica delle singole atlete, con a capo della direzione sportiva Danilo Finazzi, uno staff tecnico accuratamente selezionato e competente composto dalle coppie:

Atanas Malinov e Kamelia Arsenova (Serie B2 Under18 in collaborazione con Lemen Volley), Matteo Dall'Angelo e Marta Peruta (Serie C Under 16), Luca Sciarra e Luca Innocenti (1° Divisione Under 16) e Matteo Dall'Angelo e Luigi Riboli (2° Divisione Under 14).

"Non sarà facile imporsi sulle avversarie. – afferma Matteo Dall'Angelo, Direttore Tecnico ed allenatore di Chorus Volley – Bergamo academy - Le atlete sono molto più giovani rispetto alle pallavoliste che giocano in queste categorie, ma con il programma di allenamento pianificato e la passione delle nostre ragazze scenderemo in campo con tutta la determinazione per fare il massimo."



Oldrati l'enduro

Eugenio Sorrentino

Il successo ha sempre un sapore speciale, che però in pochi possono gustare a pieno.

Questo fine settimana Honda-RedMoto World Enduro Team ha potuto assaporarlo senza riserve, al termine di due giornate di gara al cardiopalmo insieme ad uno strepitoso Thomas Oldrati.

Questo il bellissimo finale della sesta e ultima prova dei Campionati Assoluti d'Italia, andata in scena nel weekend a Gaggio Montano, nel bolognese.

Arrivato a questo appuntamento finale in qualità di leader della classe 250 4T e reduce della bellissima seconda posizione nella classe E1 del Mondiale Enduro con la Honda-RedMoto CRF 250RX Enduro, a Oldrati sono bastate una terza posizione il sabato e la seconda domenica per conquistare il titolo tricolore.

Un successo straordinario, che testimonia l'alto livello agonistico sia del pilota delle Fiamme Oro, che della squadra, che duramente ha lavorato per arrivare a questo bellissimo traguardo.

Su un totale di nove giornate di gara Oldrati ne ha vinte 4, concludendo le altre 4 volte secondo e una terza. Un dominio preponderante, che l'ha portato con il vantaggio di un solo ma preziosissimo punto a conquistare il titolo italiano: si tratta del decimo per Oldrati dopo quelli conquistati nel 2005 50cc., 2006-2007-2008 125 2T, 2010-2011 250 4T, 2013-2014 E1, 2017 E3.

Thomas Oldrati è pienamente soddisfatto per i risultati conseguiti nella stagione caratterizzata dal cambio di cilindrata. *“Titolo italiano e secondo posto al campionato mondiale. Confesso che a inizio stagione avrei firmato per il raggiungimento di questi traguardi, ammettendo che chi ha conquistato il titolo iridato aveva qualcosa in più.*

La soddisfazione più grande è stata la vittoria della tappa italiana del mondiale enduro, la Valli Bergamasche disputata a Rovetta. Il successo a casa propria riveste un valore particolare”.

“È stato un finale di stagione abbastanza difficile – aggiunge Oldrati – Nella ultima due giorni non sono riuscito a brillare per il problema alla caviglia e mi sono così accontentato dei piazzamenti che mi hanno però garantito il titolo. Sono molto contento: è stata una stagione lunga e voglio ringraziare le Fiamme Oro e tutta la squadra che ha lavorato a lungo insieme a me per portare a casa questo bellissimo risultato”.

Il trentenne pilota enduro di Petosino, a cui la sezione Ponteranica del Moto Club Bergamo ha dedicato l'Oldrati Day, è atteso ora dall'ultimo appuntamento stagionale, la Sei Giorni di Portimao in Portogallo, il mondiale a squadra in programma dall'11 al 16 novembre, che vede favoriti i britannici, con il campione mondiale Brad Freeman. Con lui, nel quartetto azzurro, un altro bergamasco, lo stezzanese Rudy Moroni.



(photo credits: fidal.it)

La maratona di Rachik

Federica Sorrentino

Calura asfissante e tasso di umidità alle stelle. Insomma, condizioni proibitive a Doha dove le gare di resistenza hanno falciato gli atleti. Alla luce della situazione ambientale non certo favorevole, la prestazione di Yassine Rachik, giunto dodicesimo alla maratona iridata, va giudicata di grande valore. Il 25enne di origini marocchine, arrivato in Italia nel 2004 e residente a Castelli Calepio con i genitori e i tre fratelli, ha onorato la maglia azzurra affrontando per la prima volta la distanza di 42,195 km in una kermesse mondiale. Rachik, classificatosi quarto tra gli atleti europei, ha corso sempre all'inseguimento del gruppo principale prima di perdere qualche posizione nell'ultimo tratto.

“Ho cercato di correre in progressione, stavo molto bene come ho dimostrato – ha dichiarato al termine della competizione l’atleta calepino che si è fregiato del bronzo europeo - Ho avuto un problema all’anca dal 34esimo km, non riuscivo più a spingere e ho pensato che non sarei riuscito a finire la gara, ma ho tirato fuori la grinta per la maglia azzurra ed essendo il mio primo Mondiale non potevo far altro che onorarlo. Dopo aver visto la gara femminile e la marcia avevo paura di saltare da un momento all’altro, quindi ho corso con un po’ di timore ma sono riuscito a ottenere una posizione che mi soddisfa”.

Ha prevalso l’atteggiamento giudizioso di Rachik, sceso quest’anno a 2h08:05 alla maratona di Londra, che ha chiuso l’esperienza di Doha con il tempo di 2h12’41”, a 2’01” dal vincitore, l’etiope Lelisa Desisa. Nella corsa notturna, che non ha concesso sconti in termini di temperature e umidità, Rachik ha pure provato a rientrare nel gruppo di testa intorno al il trentesimo chilometro, ma nel finale la fatica si è fatta sentire suggerendo di tenere l’andatura per portare a termine la gara in una posizione più che dignitosa. Un buon viatico per gli appuntamenti futuri e per i Giochi Olimpici di Tokio 2020. Cittadino italiano dal giugno 2015, Rachik dopo neppure un mese ha conquistato il bronzo sui 10.000 metri agli Europei under 23. Dal 2017 si è dedicato soprattutto all’attività su strada e ha debuttato in maratona a Milano. L’anno successivo, agli Europei di Berlino 2018, è salito sul terzo gradino del podio nei 42,195 km, vincendo l’oro a squadre. Nel 2019 si è migliorato di oltre quattro minuti alla maratona di Londra, diventando il quarto italiano di sempre sulla distanza. Se si guarda all’esito della maratona mondiale di Doha, Rachik si è messo alle spalle Geoffrey Kirui, campione del mondo a Londra 2017.

L’Italia può dire di avere certamente la sua gazzella e l’atletica leggera orobica la punta di diamante da cui essere degnamente rappresentata nei grandi appuntamenti su strada.



Una Norma Eroica

Federica Sorrentino

L'Eroica, manifestazione ciclostorica non competitiva che passa per diverse strade bianche, ha avuto tra i protagonisti Norma Gimondi.

L'Eroica, come la GimondiBike corsa a Iseo, ha voluto ricordare il grande Felice, dedicandogli uno dei quattro percorsi. Abbiamo chiesto a Norma Gimondi quali sensazioni ha vissuto pedalando su quelle strade in sella a una bici che ha segnato un'epoca di trionfi?

Partecipo all'Eroica dal 2005, per due volte con il mio papà, la seconda delle quali, due anni fa, ha poi visto la sua caduta nell'ultima discesa a pochi chilometri dall'arrivo. Sono strade che ben conosco.

Lui quest'anno voleva partecipare perché dopo il 2017 ha sempre ripetuto "Ho un conto aperto con l'Eroica", perché in quell'anno si è rotto la spalla e voleva ritornare per portare a termine il percorso.

Quello che gli hanno dedicato di 106 km è stato molto impegnativo e il dislivello totale era di oltre 1700 metri, da qui si può capire la sua durezza.

Non nascondo che in certi momenti, soprattutto quando la strada saliva, ho dovuto stringere i denti, ma ho pensato anche a mio padre e alla fatica che ha fatto. Sono percorsi che mettono a dura prova la tenuta, la gamba e il fiato. In qualche momento ho detto anche "Papà, qua cosa faccio? Mi dai una mano tu?". Sono contenta perché ho tenuto duro e sono arrivata in fondo, questo grazie anche ai compagni.

Mi ha fatto pensare a quello che provava quando era capitano e vedeva i suoi uomini tirare per portarlo al traguardo. Oltre a essere stato emozionante per me, lo è stato anche per gli altri ragazzi che hanno indossato la maglia Salvarani di papà. È stato da pelle d'oca vedere le persone con quella maglia tirare per me.

Quando spinge sui pedali sente trasfusa dentro di sé quella forza che ha permesso a Felice di collocarsi nell'Olimpo dei campioni?

Il "Non mollare mai" è la frase di mio papà; il che significa "in cima ci devo arrivare, devo spingere". Più spingo, prima arrivo in fondo e prima finisce la fatica; perché arrivare in cima alla salita vuol dire andare oltre quelli che sono i tuoi limiti. In certi momenti mi sono chiesta cosa mi avrebbe detto mio padre; probabilmente quando la salita era più lunga mi avrebbe detto di salire regolare, se invece fosse stato uno breve scatto, mi avrebbe detto "Dai che è finita, manca poco".

Qual è la frase più bella tra quelle che i partecipanti all'Eroica le hanno rivolto?

È stato bello sentirsi dire, anche dal pubblico, "Forza Norma, non mollare", l'incitamento che rivolgevano a mio padre. Mi hanno anche detto "Norma sei grande". Molte persone sono poi venute a salutarmi e a ricordare mio padre, come campione e come uomo, dicendo "Ci mancherà", perciò non ha lasciato un segno solo come atleta, ma anche come uomo.



Il vivaio Atalanta a BergamoScienza a cura della Redazione

“Safe(ty) Driver” è il nome del Laboratorio organizzato da BergamoScienza che ha coinvolto una nutrita rappresentanza di giocatori delle giovanili nerazzurre presso l'ex Chiesa della Maddalena in via Sant'Alessandro. Presenti anche il Coordinatore dell'Attività Agonistica Giancarlo Finardi, gli allenatori Gianpaolo Bellini, Alessio Gambirasio, Stefano Lorenzi, Marco Petresini, Marco Zanchi, il Responsabile sanitario dottor Paolo Amaddeo, la psicopedagogista di Atalanta Lucia Castelli, e il Direttore della Casa del Giovane Don Fausto Resimini e gli educatori Luca Pala e Adrian Cavaleru.

Un'iniziativa educativa molto interessante e istruttiva rivolta ai più giovani, ma non solo. Il progetto si propone infatti di informare e sensibilizzare i giovani sugli effetti alla guida derivanti dal consumo di alcol e droghe. Grazie a un'adeguata strumentazione tecnica, sono state simulate situazioni di pericolo. Indossando maschere di tipo alcol visual e droga visual, i partecipanti hanno potuto constatare gli effetti causati dal consumo di alcol e droghe su orientamento, equilibrio, percezione della distanza mentre si è alla guida di auto, moto o bici. Un'esperienza coinvolgente e soprattutto stimolante, che ha permesso ai ragazzi di capire gli effettivi rischi che si possono correre mettendosi al volante in condizioni di salute e lucidità precarie.

Il progetto è organizzato e ideato da un'ampia rete di enti, associazioni e volontari: Polizia Stradale di Bergamo, Ministero dell'Interno, Polizia Locale del Comune di Bergamo, Automobile Club Bergamo, ATS Bergamo, ASST Papa Giovanni XXIII, Associazione Genitori Atena, Rotary Club Dalmine Centenario, Progetto Safe Driver, Croce Rossa Italiana, Ford Italia, Associazione Nazionale Polizia di Stato e I.I.S. Cesare Pesenti.

Simulare gli effetti di alcol e droga alla guida è un progetto che parte da lontano e si propone di informare e sensibilizzare in particolare i giovani sugli effetti dello stato di alterazione alla guida di un automezzo, anche attraverso l'utilizzo di strumentazione tecnica di simulazione. Contestualmente si può provare l'alcolemia utilizzando programmi di simulazione per PC o App per Smart Phone o le tute Drink Suit, Drug Suit e Hangover Suit (Ford). Le edizioni 2017 e 2018 sono state oggetto di una ricerca valutativa sull'efficacia del progetto nei confronti degli studenti che hanno partecipato al laboratorio. Gli esiti si sono rivelati decisamente incoraggianti: gli studenti partecipanti hanno aumentato mediamente del 10% la correttezza delle informazioni possedute. Miglioramenti anche sul fronte della percezione del pericolo e della sicurezza personale. Nove studenti su dieci hanno valutato molto positivamente il progetto.



Il trionfo di Omero Federica Sorrentino

Lo Stadio Giannattasio di Ostia ha proclamato Omero Bergamo club campione d'Italia 2019. Tutti e quattro i titoli paralimpici assoluti e promozionali maschili e femminili di società sono andati al sodalizio orobico. Omero Bergamo si conferma al primo posto tra gli uomini per il secondo anno consecutivo nella classifica assoluta, con 31.770 punti davanti al Sempione 82 (23.402) e Handy Sport Ragusa (10.478). Tra le donne Bergamo scende dal gradino più alto del podio il Veneto Special Sport con il punteggio di 15.319. Terza la società ragusana con 8870 punti. Il settore promozionale consacra Bergamo con 43.214 punti nella categoria maschile e 15.319 nella categoria femminile. La finale dei campionati di società Fispes si è svolta il 5 e 6 ottobre.

L'Omero Bergamo aveva partecipato alla prima fase ad aprile a Gravellona e alla seconda a Chiuro in agosto. Il risultato eclatante della finale è dovuto non solo alle ottime prestazioni degli atleti in pista ma anche ai punteggi ottenuti durante le fasi di qualificazione, dal momento che per i societari Fispes si accede alla finale con la media dei punteggi ottenuti in fase di qualificazione.

Per la classifica assoluta fanno fede solo i primi due migliori punteggi per specialità anche nella medesima classe funzionale. Per la classifica promozionale fanno punteggio i risultati di tutti gli atleti.

Alla prima fase hanno partecipato un totale di 12 atleti in quanto molti dei tesserati di Omero Bergamo erano occupati in altre attività sportive.

Alla seconda fase la partecipazione è stata decisamente più massiccia con 21 atleti totali partecipanti. Per la finale sono stati selezionati 12 atleti totali con l'intento di coprire quasi tutte le specialità calcolando di impiegare su ognuna di esse (quando possibile) 2 atleti e una riserva, in modo che il punteggio della classifica assoluta non fosse penalizzato in caso di qualsiasi inconveniente ad un atleta (infortunio, squalifica...).

La trasferta è stata organizzata prevedendo più guide per garantire agli atleti di gareggiare.

Volutamente Omero ha voluto premiare con la trasferta gli atleti più giovani, non solo perchè portatori di un punteggio bonus legato alla loro età ma anche come stimolo e valenza sociale dell'esperienza. I giovani convocati sono stati Filippo Pezzotta classe 2002, Daniel Runco classe 2003, Margherita Paciolla (già facente parte della nazionale paralimpica giovanile) classe 2003, Benedetta Belotti classe 2005. Per accompagnarli in questa esperienza è stato scelto con attenzione anche il tecnico accompagnatore Grazia Sala, già tecnico di Margherita Paciolla.

Nella spedizione volti già noti nel mondo dell'atletica paralimpica, un nome sopra tutti Oney Tapia.

COSA SONO LE
BARRIERE ARCHITETTONICHE ?

MONUMENTI ALLA
STUPIDITA' UMANA



Bruno Bozzetto



ANCHE IL MITICO SIG. ROSSI HA LE IDEE CHIARE SULLE BARRIERE ARCHITETTONICHE E SENZA PELI SULLA LINGUA HA DETTO LA SUA. DUE SOLE PAROLE, MA AFFILATE. DI QUESTO SIAMO GRATI ALLA PENNA DEL SUO AUTORE BRUNO BOZZETTO CHE RINGRAZIAMO PER AVERCI PERMESSO LA PUBBLICAZIONE DELLA VIGNETTA.

Lo Sport nei Ricordi



Le voci della Domenica

a cura della Redazione

Quando da una torretta dell'ippodromo di San Siro, il 19 giugno 1927, Alfredo Gianoli si avvicinò titubante al microfono per raccontare il Gran Premio di Milano di galoppo, le radiocronache sportive erano in Italia ancora un esperimento.

Ma da allora la storia dello sport alla radio è continuata per più di novant'anni: sono cambiate le voci e si è evoluto lo stile del racconto, ma non si è mai spezzato quel filo che lega milioni di italiani all'appassionato ascolto delle radiocronache.

Ripercorrendo e talvolta scoprendo per la prima volta decine e decine di storie, imprese, drammi sportivi e attraverso la voce di personaggi entrati nella memoria collettiva, Roberto Pelucchi, giornalista della Gazzetta dello Sport, racconta con coinvolgente passo narrativo quasi un secolo di sport alla radio e i suoi cantori.

Da Nicolò Carosio, Vittorio Veltroni e Mario Ferretti, all'epoca d'oro di Tutto il calcio minuto per minuto, vero classico della radiofonia sportiva; da Roberto Bortoluzzi, Enrico Ameri, Sandro Ciotti, Ezio Luzzi fino ai protagonisti degli anni più recenti, Massimo De Luca, Bruno Gentili, Riccardo Cucchi, Filippo Corsini, Francesco Repice.

Sarà la forza dell'immaginazione, ma a più di novant'anni di distanza dalla prima radiocronaca sportiva l'attesa, l'emozione, il batticuore, sembrano gli stessi di allora.

Nella prefazione al libro "Le voci della domenica-Storia romantica di 90 anni di sport alla radio", scritto da Roberto Pelucchi, Massimo De Luca ricorda come "l'epica radiofonica - da Nicolò Carosio a Mario Ferretti, da Nando Martellini a Enrico Ameri a Sandro Ciotti - sia stata protagonista per decenni del racconto sportivo, grazie anche a quel meraviglioso "doping" rappresentato dall'invenzione, nel 1960, di Tutto il calcio minuto per minuto", di cui proprio nella stagione attuale ricorrono i sessant'anni ininterrotti di attività.

La data d'esordio ufficiale fu domenica 10 gennaio 1960, ma la nota trasmissione partì in via sperimentale già nel 1959, su idea di Guglielmo Moretti (all'epoca capo della redazione sportiva della Rai), Roberto Bortoluzzi (che ne fu il conduttore fino al 1987) e Sergio Zavoli (all'epoca capo della redazione radiocronache). Tra le particolarità da segnalare, c'è quella che fino alla stagione 1990-91 il programma trasmetteva solo i secondi tempi delle partite, per poi essere esteso all'intera copertura dei match. Superati gli anni in cui si ascoltavano le partite con le radioline nelle passeggiate della domenica pomeriggio, ancora oggi "Tutto il calcio minuto per minuto" resta un punto di riferimento importante di Rai Radio, diffuso su tutte le piattaforme (analogiche e digitali) e ricevibile in radio, in tv, su smartphone e tablet, computer e smart speaker.



Lo Shiatsu nello sport

a cura di Paola Cerimbelli – Operatore Professionista Shiatsu

SHIATSU è una parola giapponese che significa **premere con le dita**. È l'antica arte orientale che, tramite pressioni esercitate principalmente con i pollici, i palmi ed i gomiti dell'operatore, stimola le risorse vitali dell'individuo, ristabilendo o mantenendo l'armonia del flusso dell'energia vitale (Qi).

Anche nello **sport** l'impiego dei trattamenti Shiatsu si è dimostrato molto utile, andando ad armonizzare il corpo, la mente e lo spirito, permettendo di agire sulla prestazione sportiva, migliorando lo stato di salute e l'efficienza dell'organismo.

L'attenzione dell'operatore verso il ricevente, la durata del trattamento, la comunicazione non verbale, l'ascolto della risposta alla pressione, la ritmicità del trattamento, rappresentano particolarità uniche che rendono lo Shiatsu un metodo innovativo di pensare al benessere degli atleti.

Lo studio effettuato su un gruppo di atleti professionisti in diverse specialità sportive che hanno fruito di trattamenti Shiatsu, ha evidenziato risultati positivi in termini di maggior velocità di recupero dopo gli allenamenti e le gare, rilassamento profondo durante il trattamento, diminuzione dei livelli di ansia pre-gara e maggior razionalità nello studiare la situazione tattica durante lo sforzo agonistico.

Una maggior elasticità con conseguente diminuzione di tendiniti, contratture ed infortuni muscolo-articolari oltre ad una migliore prestazione di gruppo.

Nella fase post gara, lo studio ha evidenziato un recupero fisico più veloce ed una diminuzione di stati depressivi conseguenti ad un insuccesso, oltre a quelli di sproporzionata euforia in caso di vittoria.

La pressione Shiatsu penetrando in profondità, permette di sciogliere la rigidità muscolare, stimolando la circolazione linfatica, dei liquidi e del sangue, migliorando l'apporto di ossigeno.

Tramite l'utilizzo da parte dell'operatore di appropriate tecniche di mobilizzazione articolare (stiramento e pressione) e lo stretching dei meridiani, le tensioni si sciolgono, il muscolo si rilassa ed il corpo ritrova la sua morbidezza ed elasticità.

Lo sportivo grazie allo Shiatsu, potrà quindi recuperare le proprie forze, imparando a gestire meglio il movimento che, unito alla potenza muscolare farà di lui un atleta più completo, più veloce e reattivo, se non anche più calmo e lucido, pronto a reagire efficacemente quando sarà il momento di dare il massimo per poi rilassarsi di nuovo recuperando le forze per una futura prestazione.



(a sinistra Giorgia Villa – photo credits: Simone Ferraro/FGI)

Giorgia Villa fata di bronzo

Federica Sorrentino

La squadra italiana di ginnastica artistica femminile si è messa al collo una straordinaria medaglia di bronzo.

A Stoccarda, alla 49^a edizione dei Campionati del Mondo, qualificanti per le Olimpiadi di Tokyo, Giorgia Villa, insieme a Elisa Iorio, Asia ed Alice D'Amato (Brixia Brescia) Desiree Carofiglio (Fanfulla 1874), con la riserva Martina Maggio (Robur et Virtus), ha riscritto la storia della specialità, scalzando dal podio niente meno che la Cina. L'oro è andato agli Stati Uniti con la straordinaria Simone Biles. A meno di due punti l'Italia del DTN Enrico Casella. Nell'anno del 150° di fondazione della Federazione Ginnastica d'Italia, decana delle Federazioni Sportive Italiane, arriva dunque la nona medaglia mondiale della storia dell'Artistica femminile.

La seconda di squadra. Un podio di gruppo, tra le donne, mancava da 69 anni, ovvero dal bronzo di Basilea 1950.

Gli esercizi sono stati aperti proprio da Giorgia Villa, reginetta degli YOG di Buenos Aires e campionessa europea giovanile, lo scorso anno, a Glasgow, con un corpo libero perfettamente montato sulle note di un mash up di "Funiculi Funicola" e il "Barbiere di Siviglia". Ottimi gli Yurchenko con doppio avvitamento al volteggio e alla seconda rotazione il quintetto azzurro era addirittura secondo.

Poi una parallela asimmetrica pulita con arrivi stoppati e le

travi perfette di Giorgia Villa e di Asia D'Amato sono sufficienti per afferrare il gradino più basso del podio.

“Queste ragazze sono delle combattenti – ha dichiarato il Direttore Tecnico Nazionale Enrico Casella - semplicemente fantastiche. Abbiamo lottato dalla prima all'ultima rotazione. Avevo detto loro, nel riscaldamento, che questo risultato sarebbe stato possibile. Le ragazze non ci credevano. Quando ho visto che sugli spalti c'erano tante bandiere rosse bianche e blu dei tifosi degli Stati Uniti d'America, ho commentato che forse c'era troppo blu. Serviva il verde e il verde è arrivato. È stato emozionante salire sul podio e vedere sventolare il tricolore. Avrei voluto che una persona fosse presente qui, oggi, il presidente Bruno Grandi, scomparso solo qualche settimana fa. Una sua fotografia è diventato il nostro portafortuna.”

Un pensiero speciale poi è andato, tra gli altri, alla bergamasca Monica Bergamelli, che proprio a Stoccarda nell'edizione del 2007 ottenne un allora storico quarto posto di squadra insieme a Vanessa Ferrari. Giorgia Villa, capitana del magico quintetto, ha iniziato ad allenarsi nella palestra di Treviolo da bambina, guidata dall'ex ginnasta Irene Castelli (azzurra a Sidney 2000).

Dall'età di 10 anni trascorre la propria settimana fra scuola e allenamenti sotto l'occhio vigile di Enrico Casella.

Streaming e dirette web la forza della connessione

sitointerattivo.it



Sitointerattivo S.r.l.s - 348 5555 348 - info@sitointerattivo.it



SPECIALISTI IN MANUTENZIONE AERONAUTICA AL PIU' ALTO LIVELLO DI CERTIFICAZIONE

