

PER UN MOSAICO FATTO DAI SOCI

DI ALESSANDRO ROSA

Al Circolo della Stampa-Sporting l'anno 2016 ha regalato la soddisfazione di aver ottenuto un importante premio internazionale. Non è stato un regalo, bensì un riconoscimento all'importante lavoro dello staff tecnico della scuola tennis, insieme a quello prezioso di tutto il personale che si adopera a mantenere e migliorare strutture e ambienti del nostro meraviglioso Circolo. Una qualità particolarmente apprezzata dagli ospiti, i quali ne rimangono colpiti, impressionati. Bene, oltre la soddisfazione derivante dal riconoscimento assegnatoci negli Stati Uniti dall'importante organizzazione qual è il PTR, il Consiglio ha ritenuto che l'occasione meritava di essere utilizzata con azioni promozionali. Nascono con questa intenzione e finalità le iniziative con cui si è inteso favorire la conoscenza del Circolo e delle sue indubbe attrattive. Senza nulla togliere ai numerosi soci che fedelmente costituiscono e animano da tempo la nostra comunità. Principalmente ci si è rivolti alle famiglie che già hanno deciso di affidare i propri figli ai maestri della scuola tennis, in un ambiente sicuro. E attraverso il nostro mensile siamo felici di dare il benvenuto agli 83 nuovi amici che sono fra noi tra i campi da tennis, la piscina e i saloni di Palazzo Ceriana-Mayneri. Però un altro anno importante sta giungendo: il 2017 segna il 60° anniversario dalla fondazione del Circolo della Stampa, cui nel 1959 si aggiunse lo Sporting. Dieci anni fa realizzammo l'importante volume con il quale abbiamo raccontato, con parole e immagini, la nostra storia. Ora è tempo di aggiungere il Volume 2. In quale modo? Se prima ad essere centrale era l'istituzione, fra le più importanti della nostra città, nel progetto del nuovo libro devono essere protagoniste le persone che negli anni hanno animato la vita del Circolo della Stampa-Sporting. Il nostro non è solo un circolo, è una comunità che si tramanda l'orgoglio di farne parte, non un luogo dove ci si va ad iscriverne, ma un paesaggio di famiglie che si trasmettono, da una generazione all'altra, un senso profondo dello stare insieme. Nei modi più diversi, ma legati da un comune intento, moderno e antico insieme. Quindi lanciamo l'invito ai soci: in questa seconda parte del 2016, chi ha memorie o racconti legati ai luoghi del Circolo della Stampa-Sporting li fissi con uno scritto; chi nei cassetti di casa conserva fotografie le metta a disposizione, così come oggetti significativi di un momento di sport o altro. Una commissione valuterà il materiale, sceglierà quello adatto a comporre il mosaico della storia di tutti noi, insieme. Da 60 anni.



L'arcivescovo di Torino Monsignor Nosiglia (nella foto insieme ad Alessandro Rosa, Alberto Sinigaglia e Luciano Borghesan) ha scelto Palazzo Ceriana Mayneri per la presentazione della sua "Lettera alla Città".

PALAZZO CERIANA MAYNERI UN AUTUNNO DI GUSTO E CULTURA

DI LUCIANO BORGHESAN

Sta per compiere 130 anni e, con piacere, vediamo che Palazzo Ceriana Mayneri gode di buona salute. Nei suoi ottocenteschi saloni sta rinverdendo una tradizione di dialogo vissuta per molte stagioni istituzionali. Dal 1957 (altro compleanno in vista... 60 anni), quando il Circolo della Stampa lo acquistò, ne fece la sua sede e lo elesse come luogo dove ospitare ogni tipo di confronto con Torino e i cittadini. Ma soprattutto a favore di Torino. Sui nostri siti www.palazzocerianamayneri.it e www.sporting.to.it alla specifica voce si legge: "Da sempre il palazzo ha costituito il cuore culturale del Circolo della Stampa, il cui obiettivo principale era quello di farsi da intermediario fra i giornalisti e la città attraverso l'organizzazione di incontri e dibattiti con il mondo intellettuale e politico. E, come recita lo Statuto, superando limiti di categoria, associazioni, enti e cerchie precostituite". Lo è tuttora?

Alla vigilia delle due importanti ricorrenze (130 anni di esistenza, con 60 di attività dell'attuale proprietario, appunto il Circolo della Stampa - Sporting) possiamo rispondere positivamente, e preannunciare un'ulteriore crescita di proposte e attività rispetto ai programmi realizzati nella prima metà del 2016.

Nell'anno in corso Palazzo Ceriana Mayneri ha ospitato appuntamenti di rilievo, e per tutti citiamo la più ambita festa serale in occasione del Salone del Libro. È totale la nostra disponibilità a essere molto inclusivi e insieme determinati a inserire il Circolo nei circuiti organizzati dagli enti pubblici. Si deve e si vuole contribuire al rilancio culturale, sociale ed economico del territorio. La collaborazione con la nuova gestione delle sale capitanata da Andrea Mosconi - a tutti gli effetti una squadra distaccata del nostro Circolo a Palazzo - l'armonia con l'Ordine dei Giornalisti del Piemonte e l'Associazione Stampa

Subalpina, stanno dando incoraggianti risultati.

Gli esempi sono diversi, scegliamo di soffermarci su alcuni per il significato che rappresentano: in anticipo su tutti il Circolo ha promosso le conferenze stampa dei principali candidati sindaco e, nel salone di Palazzo Ceriana Mayneri, si sono confrontati sui programmi Piero Fassino e Chiara Appendino.

L'inizio dell'estate, poi, è stato ben augurante con la scelta dell'arcivescovo di Torino di presentare in corso Stati

Uniti 27 la sua «Lettera alla città» del 2016, che si intitola «Mio fratello abita qui». Per rivolgersi a tutti i torinesi, monsignor Cesare Nosiglia ha voluto un luogo istituzionale, laico, non religioso, e lo ha indicato nel Circolo della Stampa. Un gran bel riconoscimento: grazie.

Tra le novità autunnali a Palazzo Ceriana Mayneri c'è il miglioramento dei servizi di ristorazione e di banqueting per renderli ancora più continuativi con la possibilità di pranzi di lavoro e di cene, a prezzi ridotti per i soci. Per

le iniziative culturali il Circolo della Stampa si troverà a essere il luogo di riferimento con le manifestazioni più importanti in Città: come il "Salone del Gusto" a settembre e il festival di filosofia "Pensare il cibo" a ottobre; a novembre giornalisti e giallisti sono attesi per "Crime - festival della Criminologia"; si parlerà di libertà di stampa con "Voci Scomode 2016" insieme al Caffè dei Giornalisti e alla Maison des Journalistes di Parigi; a dicembre, spazio alle famiglie con una collaborazione con "Sottodiciotto" film festival dei ragazzi e "Natale con i fiocchi" a Palazzo Ceriana Mayneri con uno speciale sull'arte del Pop Up. Ogni settimana, inoltre, verranno proposti uno o più appuntamenti legati al dibattito e ai temi dell'informazione, in linea con il carattere giornalistico che rappresenta il cuore delle attività culturali. Tutti i soci verranno informati per tempo del calendario degli incontri con un "diario" settimanale, servizio già inaugurato a fine giugno.



Fra le iniziative autunnali, "Natale coi fiocchi" dedicato alle famiglie con uno speciale sull'arte del Pop Up, i libri pieghevoli animati.



La nuova collaborazione con il Caffè dei Giornalisti (nella foto, la firma fra Andrea Mosconi e Rosita Ferrato) porterà nuove proposte culturali tra cui "Voci Scomode 2016"

TORNANO I TORNEI DI CARTE

Non perde tempo l'attività delle carte organizzata allo Sporting, che già **giovedì 1 e venerdì 2 settembre** riparte con i tornei di Burraco serali coordinati da Rodolfo Villani. Quello del martedì sera, invece, riprende addirittura il 30 agosto.

Per quanto riguarda il Bridge, invece, si inizia **lunedì 5 settembre** con il torneo didattico e **martedì 6** con quello federale a cura di Angelo Graffone.

Mercoledì 7 settembre, invece, il via al corso di bridge non federale organizzato da Giampiero Lombardo. Per il torneo pomeridiano di bridge del venerdì organizzato da Patrizia Triulzi bisognerà invece attendere fino al 7 ottobre.

10-11 SETTEMBRE

Sporting [Ore 9.00]

A favore della raccolta di fondi per la ricerca contro il tumore al seno, tornei di tennis e di padel per una due giorni di gare di beneficenza promossa dalla Breast Unit dell'Ospedale Sant'Anna di Torino. Iscrizioni entro il 31 agosto a p.bonaiti@sporting.to.it.

10 SETTEMBRE

Sporting [Ore 9.00]

E' riservato alle donne il torneo di tennis con classifica lim. 4.1 che si concluderà domenica 25 settembre. Iscrizioni esclusivamente via mail all'indirizzo v.bau@email.it entro giovedì 8 settembre ore 12.

24-25 SETTEMBRE

Sporting [Ore 9.00]

Il 1° Circuito Sabauda per giocatori Over 45, Over 55 e Ladies 40 lim. 4.1 si chiude con il Master finale che proclama i campioni 2016.

28 SETTEMBRE

Palazzo Ceriana Maugneri [Ore 21.00]

Per il ciclo di incontri sulla promozione della salute organizzato dal Centro Pannunzio, il tema della serata è incentrato sulla prevenzione dell'ictus cerebrale. Relatore, il *prof. Paolo Cerrato*, direttore della Stroke Unit della Città della Scienza e della Salute di Torino, che illustrerà quanto gli interventi di prevenzione e l'adozione di condizioni di vita salutari siano fondamentali per ridurre l'incidenza di questa severa patologia per mortalità.



ALLO SPORTING I CAMPIONATI REGIONALI INDIVIDUALI OVER E LADIES

Dopo tanti anni di assenza tornano i campionati regionali individuali Over e Ladies che assegnano il titolo piemontese. La Federazione Italiana Tennis ha scelto il Circolo della Stampa Sporting per il ripristino di questa tradizione: **dal 3 al 18 settembre**, quindi, il Circolo ospiterà il "1° Trofeo Adamantis" con le gare Open di singolare riservati alle categorie Over 45, 50, 55, 60, 65 e 70 maschile e Ladies 40 e 50 femminile. Tutti coinvolti, dunque, dagli NC alla 2^ categoria, con assegnazione del titolo per ciascuna categoria di classifica. Ogni giocatore potrà iscriversi a una sola gara di singolare, ovviamente corrispondente alla propria età. Le iscrizioni vanno inviate esclusivamente via mail all'indirizzo m.bonaiti@sporting.to.it entro **giovedì 1 settembre** ore 12.

L'esperto ti spiega la finanza

I prodotti finanziari al servizio delle imprese

Elio Aime

Consulente Finanziario e Previdenziale



Esperto in

- Investimenti
- Previdenza integrativa
- Assicurazioni vita
- Risparmio personalizzato per i giovani

Gruppo Deutsche Bank
Finanza & Futuro



Cell. 335.653 73 22
elio.aime@finanzaefuturo.it

Le imprese in Italia

Secondo i dati Istat le piccole e medie imprese (PMI) con meno di 100 addetti rappresentano il 99,7% del totale: producono il 61% del valore aggiunto del sistema produttivo italiano e danno lavoro al 60% degli occupati. La dimensione media dell'impresa italiana è di circa 8 dipendenti, a fronte di 13 in Francia e in Germania e di 15 nel Regno Unito.

Il difficile rapporto tra banca e imprese

La crisi rende ancora più difficile il **rapporto banca-impresa**: il 19% delle richieste di credito viene respinto, il 18% viene concesso solo in parte. Vengono accolte più frequentemente le richieste di finanziamento delle aziende a vocazione internazionale, mentre chi opera sul mercato locale si vede negare il credito con frequenza sopra la media (20,5%). Il 63% del campione ha spesso usato i soldi non tanto per gli **investimenti**, quanto per affrontare le **esigenze di liquidità**. Queste ultime sono l'emergenza numero uno anche per le aziende che, malgrado la crisi, hanno ancora fatturato e margini in crescita. Infine, particolarmente difficile il rapporto fra **banche e start up**: il 31% delle imprese nate dopo il 2005 non utilizza credito bancario. Per la maggior parte delle PMI è quindi fondamentale l'appoggio di un istituto finanziario disponibile a offrire una vasta gamma di servizi.

QUALI SONO I SERVIZI FINANZIARI A SUPPORTO DELLE IMPRESE?

- Gestione liquidità
- Piani di accumulo per la creazione di un «tesoretto» per future esigenze (liquidazione dipendenti; investimenti; estinzione finanziamenti...)
- Polizze assicurative vita previdenziali e di investimento (non pignorabili, insequestrabili e fuori dall'asse ereditario)
- Investimenti
- Conti correnti bancari personalizzati
- Polizze key-man: a tutela dell'azienda nel caso l'uomo chiave venga a mancare
- Finanziamenti
- Mutui
- Affidamenti aziendali
- Gestioni patrimoniali
- Servizi per amministratori (Trattamento fine mandato, Analisi gratuita del portafoglio personale...)
- Servizi per dipendenti (Accantonamento TFR, Piani di accumulo personalizzati...)



Dopo la vittoria in campo nazionale prima al T.C. Bari e poi in casa sul T.C. Eur, la formazione Over 70 (*Gianni Mantineo, Luciano Bidoggia, Tito Morsero, Manlio Accornero, Marco Francalanci, Livio Lombardi, Daniele Sorba*) ha conquistato la final four per il titolo che si è disputata alla Canottieri Roma, insieme a Ulivi Sporting Club, Canottieri Roma e Fossadalbero Country Club. La tre giorni tennistica si è conclusa con il terzo posto alle spalle nell'ordine dei padroni di casa della Canottieri Roma e Fossadalbero Country Club. Orfana di Manlio Accornero, Marco Francalanci e Tito Morsero per motivi legati a infortuni e campionati individuali concomitanti, a disputare la fase finale romana sono stati Gianni Mantineo, Luciano Bidoggia e Daniele Sorba, che dopo la sconfitta per 3 a 0 contro la Canottieri Roma e per 2 a 1 contro Fossadalbero Country Club, si sono poi aggiudicati al doppio di spareggio la finalina per il terzo e quarto posto. Dietro di loro, ad andare più avanti sono stati gli Over 55 (*Vittorio Sansonetti, Carlo*

Bigatto, Roberto Maschio ed Ernesto Chioatero), che si sono fermati al secondo turno del tabellone nazionale davanti alla Canottieri Tevere Remo per 2 a 1 al doppio decisivo, e gli Over 65 (*Venanzio Bau, Paolo Conte, Francesco Colombrina, Alessandro Rallo*), stoppati dall'A.T Garden.

Fuori al primo turno, invece, le Ladies 45 (*Paola Dellepiane, Paola Misiano, Patrizia Serasso*) opposte al T.C. Ministero Affari Esteri, e gli Over 45 (*Francesco Franchini, Pietro Garibaldi, Stefano Motta, Massimo Nannini*) battuti dal Coopesarotennis, mentre gli Over 50 (*nella foto da sinistra, Alessandro Busca, Giuseppe Del Sorbo, Mario Sorrentino, Gianni Paladino, Massimo Reviglio, Andrea Ghiglia*) dopo la vittoria in nazionale sull'A.T. Verona si sono arresi nei quarti all'ASD Oasi di Pace di Roma per 2 a 0.



Daniele Sorba è stato l'uomo squadra di questo campionato Over 70 che, a due giorni dalla partenza per Roma, è stato reclutato per salvare il team ridotto alla presenza dei soli Mantineo e Bidoggia, numero insufficiente da regolamento federale a disputare l'incontro. Grazie a Daniele, che in poche ore si è reso disponibile anche a sostenerne l' "impegno" (visita medica agonistica, tessera FIT, trasferta), lo Sporting ha innanzitutto potuto disputare la fase finale, aldilà del risultato ottenuto.



LA NUOVA COPPIA



Maurizio Bonaiti e Venanzio Bau, il binomio vincente a bordo campo. Sono loro i Giudici Arbitri, coordinatori competenti e puntuali, di ogni torneo federale organizzato dal Circolo. Maurizio Bonaiti, cresciuto sui campi dello Sporting insieme al fratello Mino, non necessita di presentazioni: vanta nel suo curriculum agonistico il personale di n. 7 d'Italia negli anni di Adriano Panatta & C. e in quello professionale 34 anni di dirigenza al T.C. Monviso (prima direttore tecnico e poi vicedirettore, dall'80 al 2014). Bau ha invece una lunga esperienza di appassionato tennista di livello regionale: alzi la mano chi non è mai incappato nella sua estenuante "regolarità" da fondo campo. A loro, ora, l'impeccabile regia dei nostri tornei.



Il Torneo UGI in parte resta in casa: la nostra *Mimi Bertola*, organizzatrice insieme alla mamma Silvana della 26ª edizione dell'evento dedicato alla raccolta di fondi per Casa UGI, in coppia con *Silvia Ferrera* (già vincitrice della scorsa edizione) si è imposta sul duo Rovetto/Bonivardo nel doppio femminile; nel maschile, successo del tandem Casasco/Cericola (T.C. Master) su Capra/Kuharich (Ronchiverdi).

GUERRIERO FIRMA IL 2° TROFEO 3.1



Dopo la finale dello scorso anno, quest'anno *Marco Guerriero* non si è lasciato sfuggire l'occasione di mettere le mani sul 2° Trofeo Circolo della Stampa Sporting di 3ª categoria. Nel derby targato Sporting contro *Massimo Reviglio*, Guerriero si è imposto per 6/1 6/0. Terzo e quarto posto per Danilo Botta e Filiberto Capello. Fra i portacolori del Circolo, quarti di finale per *Stefano Motta, Francesco Franchini e Riccardo Sala*.

CAMPIONI PIEMONTESI!



Il Circolo della Stampa Sporting ha tre nuovi campioni individuali piemontesi: si tratta di *Harriet Hamilton, Martina Becchio e Francesco Cilento*, tutti e tre giovani prodotti ed esponenti della scuola tennis del Circolo. *Harriet Hamilton* ha conquistato lo scudetto di 2ª categoria battendo in finale la compagna di circolo *Federica Joe Gardella*, anche lei da sempre punta di diamante del settore agonistico dello Sporting: 6/7 7/5 6/2 lo score finale a favore di Harriet alla fine di un match molto combattuto, penalizzato da alcuni problemi fisici di Federica. *Martina Becchio e Francesco Cilento* hanno invece conquistato il titolo di 3ª categoria imponendosi rispettivamente su *Giorgia Lo Bianco* (Chivasso Sporting Club) per 6/2 6/2 e su *Tommaso Bagon* (T.C. Cassine) per 6/0 6/3.

PADEL



BONAITI/LUDDI FINALISTI IN CASA

Alfredo Iezza e Claudio Spagnotto sono i vincitori del 1° Torneo Open di padel organizzato dal Circolo della Stampa Sporting: finalisti i nostri *Paolo Bonaiti e Gianluca Luddi*, battuti 6/4 6/3.

A UN PASSO DALLA B



Dopo tre anni di assenza, la formazione di Serie C del Circolo della Stampa Sporting è tornata a guadagnarsi il tabellone nazionale, dove quest'anno è addirittura giunta a un solo passo dalla promozione in Serie B: capitanati da *Fabio Pulega, Luca Nicoletti, Filippo Anselmi, Haris Eminefendic* e i fratelli *Nikolaus e Cristopher Caldo* si sono imposti sul Tennis Levico Terme conquistando la sfida decisiva per la promozione: nettamente superiori, purtroppo, gli avversari del T.C. Este, che si sono imposti per 4 a 0.



Adamantis è una società con sede a Milano, specializzata nella consulenza sull'acquisto di Diamanti da investimento, ricordando che il parametro fondamentale nell'acquisto, è quello di conoscere il valore reale della Pietra. Il nostro obiettivo è quello di consigliare il Cliente come soddisfare le proprie necessità, siano esse legate alla sicurezza economica, svincoli patrimoniali, garanzie collaterali o altro, tramite un acquisto adeguato e personalizzato. Una New Co nata dalla necessità di fornire consulenza con esperti nel settore e fare chiarezza nel delicato e poliedrico mercato dei Diamanti

www.aps-diamanti.com

CALCIO

NOTA BENE



DI GIORGIO PASINI

Per giorni l'hanno visto aggirarsi in piscina con una maglietta giallo-oro. Dicono che stia pure pensando di cambiare nome all'anagrafe, optando per un semplice ma significativo Pattiño. Pare però che abbia deciso di rinviare l'operazione al prossimo trionfo, quando sollevando per la terza volta la Coppa Calcio allo Sporting se la porterà a casa definitivamente. Manco Pelè o Rivelino con la Rimet. Malignità a parte, *Patrizio Simili* conquista per la seconda volta il trofeo che da due anni e mezzo ha rivalizzato il popolo dei pedatori allo Sporting. Dopo aver vinto la prima edizione, eccolo trionfare nella Coppa Primavera 2016 al termine di una finale da cardiopalmo. La sua squadra, coadiuvata da un *Mario Rolfo* d'antan, rimonta un passivo di 0-3 e con

un golden gol di *Ezio Baiardo* dopo lo scadere ottiene il 4-3 che vale a Pattiño (ops, Simili) il bis, celebrato con cena e premiazione al ristorante del Circolo. Completano il podio *Massimo Agerli*, staccato di 2 punti al termine delle 15 giornate in programma, e l'highlander *Giorgio Peirola*, che poche ore dopo ha compiuto gli anni. A vederlo in campo pochissimi, a leggere la carta d'identità (chi ne ha il permesso) "qualcuno" di più. Beffato invece *Massimo Bossotti*. Era in testa all'ultima giornata, chiude quarto. Quasi desaparecido *Andrea Pellissier*, che dopo aver coronato in inverno un lungo inseguimento alla Coppa, è precipitato al 13°



Massimo Agerli, Giorgio Peirola, Patrizio Simili e Massimo Bossotti.

posto. Fuori dalla top ten anche gli altri due del podio precedente: *Alessandro Baretto* (16°) ed *Enrico Baldini* (11°). In ogni caso un altro successo del rinato calcio allo Sporting, con 43 giocatori in classifica. La tradizione della partita all'ora di pranzo del martedì continua, con l'incentivo di una classifica a punti. Le squadre vengono sempre mischiate e ogni partecipante colleziona quelli maturati in campo (3 per la vittoria, 1 per il pareggio, 0 per la sconfitta) più 1 per la presenza. Per partecipare alla prossima Coppa, al via a settembre, basta mandare una mail a calcioallosporting@gmail.com.

IL PARCHEGGIO INTERNO

Se l'esperienza deve servire per migliorare, cerchiamo di metterla a frutto anche per l'utilizzo funzionale e corretto del nostro parcheggio interno con accesso da via San Marino. Ci sono periodi "caldi" - in occasione delle partite di calcio nel vicino Stadio Olimpico e nei weekend con la piscina aperta - durante i quali un "servizio ai soci" non viene utilizzato con normale senso civico. Non ci dovrebbe essere bisogno di un regolamento visto che siamo tutti automobilisti esperti di codici e norme, ma per pochi - i quali però creano disagi agli altri - ricordiamo che:

- ▶ le auto vanno posteggiate all'interno delle strisce gialle che delimitano i 55 posti disponibili;
- ▶ va rispettato il percorso indicato dai dissuasori;
- ▶ quando i posti sono tutti occupati bisogna trovare una sistemazione esterna al Circolo (e, attenzione, non su passaggi pedonali o vietati). Troppo spesso si verificano abusi e irregolarità e, purtroppo, atti di vandalismo. L'ultimo, a giugno, nei confronti di una vettura di una giovane socia. Se sarà accertato il responsabile, ovviamente non basteranno le scuse.

UN "GIOVEDÌ DA LEONI" PER BREAST UNIT



È stato un vero e proprio successo il Pool Party benefico "Un giovedì da leoni" dedicato alla raccolta di fondi per la Breast Unit dell'Ospedale Sant'Anna diretta da *Corrado De Sanctis*. oltre 400 gli ospiti che hanno partecipato all'apericena a bordo piscina e hanno ballato sotto le stelle fino a notte fonda sulle note della musica dal vivo dei Bad Holes guidati dall'altro nostro socio *Alberto Taraglio*. Incasso della serata, 10.855 euro devoluti alla Breast Unit per l'acquisto di apparecchiature diagnostiche.



Circolo della Stampa - Sporting a.s.d.
C.so G. Agnelli 45 10134 Torino
Tel. 011 3245411 / fax 011 3245444
www.sporting.to.it
Direttore Responsabile Gianni Romeo
Comitato di Direzione Alessandro Rosa, Luciano Borghesan, Paolo Damilano, Vittorio Sansonetti, Paolo Volpato, Ernesto Chioatero
Redazione Barbara Masi
Editore Più Torino A. s.r.l. C.so Raffaello 20/D 10126 Torino
Stampa Alma Tipografica Via Frabosa 29/B 12089 Villanova Mondovì (CN)
N. Roc 25222 del 13/01/2015
N. R.G. 9210/2015 9/10/2015



TEMA DEL MESE: PSORIASI

La Psoriasi è una dermatite cronica che causa un'inflammatione della pelle non infettiva né contagiosa, solitamente di carattere recidivante. Si sviluppa con maggiore frequenza tra i 15 e i 35 anni, ma i sintomi possono insorgere a qualsiasi età, compresa l'infanzia.

Grazie a recenti studi, la Psoriasi non è più intesa come patologia ad esclusivo interessamento cutaneo, ma è considerata una malattia sistemica per l'ampio ventaglio di patologie alle quali può essere associata, come ad esempio le malattie infiammatorie croniche intestinali, le patologie oculari, le malattie metaboliche, i disturbi psicologici ed in particolare un aumento del rischio di malattie cardiovascolari, con incremento dei tradizionali fattori di rischio cardiovascolare quali obesità, diabete, sindrome metabolica, iperlipidemia

Fortunatamente le cure a disposizione sono diverse ed efficaci, ma ad essere molto importante per i pazienti è anche lo stile di vita. L'evoluzione di questa malattia è infatti spesso imprevedibile e può procedere attraverso riacutizzazioni, miglioramenti e talvolta anche persistenti remissioni. In pratica, in molti casi le lesioni cutanee vanno e vengono: in alcuni periodi tendono a ingrandirsi, talvolta invece si attenuano o scompaiono del tutto, per poi ritornare a settimane o mesi di distanza.

Prenota una visita all'Ambulatorio per la Psoriasi presso la Sede C.D.C. di via Fabro 12 a Torino, dove potrai essere seguito durante l'intero percorso, dalla diagnosi alle eventuali terapie, sia con farmaci topici, per i casi più lievi e circoscritti, che con farmaci sistemici, riservati alle forme particolarmente estese.



WWW.GRUPPOCDC.IT

PREPARAZIONE FISICA... IN CAMPO!

DI LUIGI CASALE

Sempre più esercitazioni di preparazione fisica oggi sono svolte direttamente sul **campo da tennis**, anche se il lavoro in palestra continua comunque ad essere insostituibile: il miglioramento di alcune espressioni di **forza**, ad esempio, si possono ottenere solo grazie a specifiche esercitazioni con i sovraccarichi e il controllo dei complessi movimenti eseguiti con manubri o bilancieri si trasferisce positivamente nell'azione motoria specifica della singola disciplina. Nel caso in cui non si voglia utilizza-

re una **palestra** attrezzata per l'allenamento della forza, o per il piacere di esercitarsi fisicamente all'aperto, è possibile eseguire utili esercizi per il miglioramento della condizione fisica direttamente sul campo da tennis. In questo numero di *Qui Sporting* viene proposta una metodica di lavoro muscolare denominata **Circuit Training** nella quale si eseguono alcuni esercizi in successione, con una breve pausa tra l'uno e l'altro. Questo tipo di lavoro è stato ideato e sperimentato in Gran Bretagna molti anni fa

ed è utilizzato ancora oggi in tutto il mondo per migliorare contemporaneamente la forza fondamentale, quella resistente e la potenza.

Nel **Circuit Training** l'atleta si sposta rapidamente da una "stazione" all'altra del programma: ogni esercitazione viene eseguita per un tempo o un numero di ripetizioni prefissati, e il circuito termina alla fine dell'ultima prova prevista.

Il numero di esercizi, le ripetizioni eseguite in ogni "stazione", il sovraccarico applicato e il tempo di recupero per

passare da un esercizio e il successivo determinano l'impegno e l'efficacia che si vogliono raggiungere.

La peculiarità di allenamento fisico in circuito qui presentato tende a sviluppare la forza di alcuni muscoli stabilizzatori delle spalle e della colonna vertebrale, oltre a richiamare la capacità di spostamenti rapidi durante il gioco. Ripetete almeno **due allenamenti alla settimana** in circuito sul campo da tennis e vi accorgete, infatti, che il vostro gioco diverrà più efficace.



PRIMA STAZIONE: SALTI CON LA CORDA.

In piedi, con le gambe leggermente divaricate, impugnare una corda di lunghezza adeguata e farla girare rapidamente effettuando dei salti con energica spinta delle caviglie. (foto 1). Ripetere i salti per 20 - 30 secondi, sempre velocemente, variando la tipologia di salto: gambe divaricate, piedi uniti, passo alternato, un appoggio per volta, ecc... Attenzione a non incurvare la schiena e a non muovere eccessivamente le braccia, azione che porterebbe all'interruzione del salto della corda. Questa tipologia di salti contribuisce al miglioramento della capacità di spinta dei piedi a terra, con relativo rafforzamento delle caviglie.

SECONDA STAZIONE: SALTI-PIEGATE CON TORSIONI DEL BUSTO.

In piedi con le gambe divaricate lungo il piano sagittale, impugnare e mantenere ferma davanti al petto la racchetta; con energica spinta delle gambe, effettuare una serie di salti-piegare sul posto. Durante la fase di volo eseguire una torsione del busto dalla parte dell'appoggio anteriore in modo che, all'atterraggio, ci si possa trovare con le gambe divaricate senza spostare la racchetta. (foto 2a, 2b, 2c). Ripetere 10/15 salti-piegare evitando di effettuare la torsione dal lato opposto, in quanto tale azione produrrebbe uno sbilanciamento del busto e la perdita dell'equilibrio. Questo esercizio rinforza elasticamente gli arti inferiori e migliora la tonicità dei muscoli obliqui del busto, così intensamente impegnati nel gioco del tennis.



TERZA STAZIONE: TRAZIONI CON ELASTICO.

In piedi di fronte alla rete - alla quale è stato fissato un elastico - impugnare le estremità con le braccia in fuori e i gomiti leggermente flessi. Effettuare delle trazioni indietro dei capi dell'elastico, bloccando la posizione delle spalle (foto 3a, 3b). Compiere 20 - 30 trazioni veloci ponendo attenzione a non chiudere le braccia, a non flettere ulteriormente gli avambracci sulle braccia e a non reclinare il busto. Il miglioramento ottenuto grazie a questa esercitazione è a carico della cuffia dei rotatori, un gruppo di delicati ma fondamentali muscoli che stabilizzano le spalle (così fortemente impegnate nel gioco del tennis e, in particolare, nell'esecuzione di tutti i colpi dall'alto).

QUARTA STAZIONE: "SIDE SHUFFLE" (CORSA LATERALE).

In piedi sul T point (punto centrale della linea di fondocampo) con le gambe divaricate e le ginocchia leggermente piegate, effettuare rapidi spostamenti verso destra o verso sinistra fino a raggiungere con un piede le palline disposte lungo la linea di fondo e ritorno, per poi ripetere nuovamente. (foto 4a, 4b) per un tempo totale di 25 - 30 secondi, avendo cura di mantenere le ginocchia leggermente piegate, le gambe molto divaricate, il baricentro basso e la spinta delle caviglie sempre efficace. Questo tipo di corsa laterale è una tipologia di spostamento specifica del giocatore di tennis che deve affrontare, sia in allenamento che in gara, repentini cambi di direzione, accelerazioni e brusche frenate. E' possibile concludere l'esercitazione proposta inserendo uno sprint in avanti al termine dei secondi di spostamenti laterali (foto 4c).



QUANTE FIRME SUL TROFEO TENNIS KINDER + SPORT!

Impossibile menzionarli tutti. Sono tante le giovani racchette targate Sporting che tra primavera ed estate hanno imperversato sui podi delle tappe del circuito Trofeo Tennis Kinder+Sport, compresa quella che si è conclusa a inizio luglio allo Sporting. Eccone alcuni.

PROTAGONISTI ALLO SPORTING



Filippo Pecorini
vincitore Under 9



Viola Becchio
finalista Under 9



Adelina Garstea
vincitrice Under 11



Tommaso Reviglio
vincitore Under 11

IN PRIMO PIANO

ALESSIA BELLOTTI
CAMPIONESSA REGIONALE
UNDER 14

Il Circolo della Stampa Sporting ha un'altra reginetta piemontese: si tratta di *Alessia Bellotti*, che a Lagnasco ha conquistato il titolo piemontese Under 14 in finale su Annalisa Gassino per 6/1 7/5.



Marta Manzi e Federica Rosetti
vincitrice e Finalista Under 12



Riccardo Baldi
finalista Under 12



Tommaso Bonaiti
vincitore Under 16

E ANCORA...



Marta Manzi
vincitrice Under 11 al Match Ball



Filippo Callerio
vincitore Under 12 al Brallo



Costa Margherita
finalista Under 11 al Brallo

PRONTI PER LA SCUOLA TENNIS 2016/2017?

Lunedì 19 settembre ripartono i corsi della scuola tennis per la stagione 2016/2017, che si concluderà il **9 giugno**. Le richieste di iscrizione vanno inoltrate a partire dal 16 agosto esclusivamente attraverso il modulo di iscrizione scaricabile dal sito www.sporting.to.it o reperibile in Segreteria, dove vi potranno essere fornite informazioni e costi.

SUL PODIO DEL MONVISO

Riccardo Baldi
vincitore Under 12
Alessandro Motta
finalista Under 12
Marta Manzi
finalista Under 11



TENNISTI ALLO SPECCHIO

SERVIZIO: IL MASSIMO CARICAMENTO NELLA PARTE INFERIORE

CON LA VIDEOANALISI A CURA DI DANILÒ PIZZORNO E RICCARDO PIATTI

Per analizzare il servizio nel punto di massimo caricamento, è importante osservare nella parte inferiore del movimento alcuni punti chiave importanti:

01. Equilibrio: peso del corpo bilanciato e testa in asse con lo sguardo rivolto verso la palla.
02. Il piede anteriore fermo e parallelo alla linea di fondo campo

03. Per il piede posteriore tre possibilità:

- › **stance foot back**: si mantiene fermo e parallelo alla riga di fondo campo e leggermente più indietro rispetto al piede anteriore (esempio Federer nella prima foto)
- › **stance foot up**: si sposta in linea col piede anteriore e si posiziona parallelo alla riga di fondo campo (esempio Berdych nella seconda foto)
- › **stance neutral**: si mantiene fermo, vicino e parallelo al piede anteriore (esempio Monfils nella terza foto)



Scegli la qualità dei corsi By Format



Alberghiero

Cuoco 

 Pasticciere

 Pizzaiolo

Barman 

Bartender
barman acrobatico

Creativo

Arredatore
Interior Design 

Visual Merchandising
Esperto comunicazione immagine

Floral Design

Bellezza & Benessere

 Acconciature

Ricostruzione Unghie

Estetista 

Massaggiatore
sportivo

Personal Trainer

Body security

Operatore di sicurezza

Moda

Wanna be a model
Fotomodelle/Indossatrici

Informatica

Base e Office
Patente Europea del Computer

Programmatore
C/C++, Java, Android

Sistemista
Windows, Linux

Web Designer

Webmaster

Computer grafica
Photoshop

Socio-assistenziale

Assistente familiare

 Assistente infanzia
e laboratori

Assistente alla poltrona
per Studio dentistico

**PAGAMENTO CORSI CON
PICCOLE QUOTE MENSILI!**



**SERIE
OPPORTUNITÀ
LAVORATIVE**

Per informazioni
telefona al numero

011 - 4338109

WWW.BYFORMAT.COM

BY FORMAT s.r.l. Via Claudio Beaumont, 14 - Torino





AZIENDA AGRICOLA

Veglio Michelino & figlio

VALLE TALLORIA, DIANO D'ALBA (CN)

L'azienda

Una storia centenaria. La Cantina *Veglio Michelino & figlio* ha creato durante gli anni una forte identità con il territorio di **Langa**. Si è sempre prodotto vino, valorizzando una terra votata alla **coltura della vite**. Proprietaria di appezzamenti che si estendono in tre comuni a *Diano d'Alba, Serralunga d'Alba e Montelupo Albese*, fin dagli ultimi anni dell'Ottocento, la famiglia Veglio ha creduto nella **vite**, producendo sempre da terreni di proprietà. Le pagine della storia della Cantina *Veglio* testimoniano la crescita graduale dell'azienda che, dopo il paziente lavoro del nonno Carlo, punta decisamente la rotta sulla **coltura della vigna**. Negli anni '70, grazie alle intuizioni di Michelino Veglio, vengono acquistati nuovi vigneti, e si guarda anche su un altro prodotto tipico delle Langhe: **la nocciola**.

Negli anni '80 il vino viene **imbottigliato e venduto nel Nord Italia**: la Cantina *Veglio* è attenta alle esigenze di mercato. Osvaldo Veglio, figlio di Michelino, e attuale titolare, porta la sua esperienza di enologo dagli anni '90, e la crescita, anche grazie all'aiuto del cognato Marco, che entra in azienda ad inizio 2000, è esponenziale. Ben presto si raggiungono le **150 mila bottiglie prodotte**, la presenza alle fiere e alle manifestazioni più importanti del settore è costante, e i risultati non mancano. Le esportazioni di vino firmato Cantina Veglio Michelino si radicano in molti paesi dove viene apprezzata l'alta qualità, proposta ad un **prezzo competitivo**. Il paziente lavoro di Osvaldo e Marco viene premiato: **la produzione viene venduta per il 90% all'estero**, soprattutto in Canada, Stati Uniti, Danimarca, Francia, Belgio, Svizzera, Irlanda, Polonia, Albania, e in Estremo Oriente dove Giappone, Cina, Corea del Sud e Hong Kong sono le nazioni di punta, anche grazie a Sebastiano Ramello (consulente internazionale di vini) e a Simone Monforte.

E la tradizione del "*vino facile da bere*" ha già un erede: il giovane Simone, figlio di Osvaldo, che ha appena terminato gli studi alla scuola Enologica di Alba



I nostri vini



ROSSO BARIC
BARBERA D'ALBA
BARBERA D'ALBA SUPERIORE
BARBARESCO
DOLCETTO DI DIANO D'ALBA
DOLCETTO D'ALBA
BAROLO
BAROLO VIGINA
LANGHE DOLCETTO
ROSSO SINFONIA
LANGHE CHARDONNAY
LANGHE CHARDONNAY VIVACE
LANGHE NEBBIOLO
NEBBIOLO D'ALBA
MOSCATO D'ASTI
ASTI SPUMANTE



AZIENDA AGRICOLA VEGLIO MICHELINO & FIGLIO | PARTITA IVA 02538320041

TEL. **0173231766** FAX **0173230970**

VEGLIO@VEGLIOMICHELINOEFILIO.COM