



IL MOSAICO DELLA NOSTRA STORIA

DI ALESSANDRO ROSA

L'estate non è il periodo ideale per lanciare un'iniziativa, un'idea. Le vacanze giustamente dirottano l'attenzione. Ci riferiamo alla proposta di festeggiare il 60° anniversario dalla fondazione del Circolo della Stampa con un secondo volume dopo quello realizzato dieci anni fa, con il quale si è raccontato il nostro primo mezzo secolo di storia, attraverso parole e immagini. Allora il volume era centrato sull'istituzione, il progetto del nuovo libro punta a rendere 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 iscrivere, 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 rilanciamo 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. In modo da comporre il mosaico della storia di tutti noi, insieme. Da 60 anni.

IL CALENDARIO DI SERIE A1

- 16 OTTOBRE ORE 10**
T.C. Cagliari
Circolo della Stampa Sporting
- 23 OTTOBRE ORE 10**
Circolo della Stampa Sporting
C.T. Ceriano
- 30 OTTOBRE ORE 10**
T.C. Parioli
Circolo della Stampa Sporting
- 6 NOVEMBRE ORE 10**
Circolo della Stampa Sporting
T.C. Cagliari
- 13 NOVEMBRE ORE 10**
T.C. Ceriano
Circolo della Stampa Sporting
- 20 NOVEMBRE ORE 10**
Circolo della Stampa Sporting
T.C. Parioli



DI BARBARA MASÌ

Autunno si torna in campo. Il Circolo della Stampa-Sporting si schiera nel massimo campionato italiano a squadre, in Serie A1 femminile, per la seconda volta nella sua storia agonistica. Indimenticabile la promozione sul campo ottenuta nella scorsa stagione, in una domenica decisiva e senza fine, terminata in tarda serata al doppio di spareggio contro il Park Tennis Genova: Alice Canepa e Giulia Casoni le protagoniste del match della vittoria con un super tie-break da brivido. Ora, dunque, la Serie A1, dopo quella giocata nel 2011, a cui si aveva avuto accesso come prima squadra di diritto in seguito a un ripescaggio. Questo campionato, invece, è stato letteralmente sudato sul campo fino all'ultimo: solo otto le rappresentative ammesse, suddivise in due gironi di andata e ritorno con successivo play off o play out e finale per lo scudetto in programma l'8 e 9 dicembre. Si debutta a Cagliari, il 16 ottobre. In campo, il team promosso sul campo dopo molti anni di Serie A2, rinfrescato dall'arrivo della ventenne saluzzese Camilla Rosatello, n. 482 del ranking WTA. "La rosa delle giocatrici è composta dalla greca *Despina Papamichail* n. 534 del ranking mondiale, *Stefania Chieppa*, *Michele Alexandra Zmau*, *Giulia Casoni* e *Federica Joe Gardella* - afferma il d.t. Luigi Bertino -, ora affiancate da *Camilla Rosatello*, giocatrice di esperienza internazionale e fra le tre migliori Under nazionali insieme ad Alice Matteucci e Cristiana Ferrando. Dopo l'infortunio che l'ha bloccata a inizio anno, Camilla si è ripresa conquistando recentemente la semifinale di un torneo ITF 25.000 \$ in Germania, dove ha anche vinto il doppio proprio con la Matteucci. Potremo contare su di lei sia per il singolare che per il doppio. In campo, a guidare le ragazze, ci sarà di nuovo *Gianluca Luddi*, anche lui protagonista in panchina della promozione dello scorso anno."



DA SINISTRA
Camilla Rosatello,
nuovo arrivo in
squadra, e la greca
Despina Papamichail

A PALAZZO CERIANA MAYNERI IL CIBO VISTO DALLA FILOSOFIA

DI ANDREA MOSCONI

Virginia Woolf la pensava così: "Uno non può pensare bene, amare bene, dormire bene, se non ha mangiato bene". Ovvero il cibo è vita, quindi filosofia. Un tema appetitoso, viene da dire. Coinvolgente. Così, dopo il successo ottenuto dalle prime due edizioni, al Circolo della Stampa-Sporting si ripropone "Pensare il Cibo 2016", evento nazionale sui temi filosofici legati all'alimentazione. Questa terza edizione, dedicata soprattutto al diritto al cibo, sarà protagonista nei giorni 25, 27, 28 ottobre 2016 dalle ore 18, a Palazzo Ceriana Mayneri. Un appuntamento che punta a diventare un classico dell'offerta culturale torinese, una rassegna di filosofia che parla di cibo, celebrato tutti gli anni in autunno.

Un evento che contribuisce a rappresentare Torino come città della cultura del cibo. Si tratta dell'unico festival italiano dedicato al cibo visto "con" filosofia. E si ripropone nell'anno del cambio di format di Terra Madre-Salone del Gusto, una manifestazione che si è diffusa nelle strade e nei palazzi della città.

Fin dai suoi esordi, "Pensare il Cibo" è stata un'iniziativa dedicata alla filosofia ma aperta alle discipline (come la psicologia, la psicoanalisi, la teologia, l'antropologia, le scienze sociali, la storiografia, l'economia) che nella visione moderna contaminano quella che un tempo era una "materia" esclusiva. La rassegna ha individuato un format preciso per le serate: momenti di musica (classica e contemporanea) attorno al dibattito con relatori di valore (durata ore 1,15); aperitivo conviviale per favorire lo scambio di impressioni sui temi affrontati nel dibattito. L'ingresso a "Pensare il Cibo" è gratuito fino al raggiungimento della capienza di sala.

Il programma è in fase di definizione, i soci lo riceveranno in anteprima, tra gli ospiti attesi: Ermis Segatti (teologo), Yahya Pallavicini (Coreis), Franco Riva (filosofo), Antonella Ramassotto (psicoterapeuta, psicoanalista), Federico Francesco Ferrero (medico, giornalista critico enogastronomico), Marc Augé (antropologo, etnologo), Gianluca Garelli (filosofo).

NOTA BENE

IN SEGRETERIA I PERMESSI PER IL PARCHEGGIO 2016/2017

Si avvisa che, in relazione al campionato di calcio di Serie A, da agosto sono in distribuzione in Segreteria i tagliandi 2016/2017 per parcheggiare in corso Agnelli lungo lo spazio adiacente il muro di cinta dello Sporting da via San Marino fino al passo carraio (numero civico 45). Si ricorda che i permessi, consegnati esclusivamente ai capi famiglia, saranno strettamente personali, numerati e denunciati alle competenti autorità, pertanto in caso di smarrimento non potranno essere sostituiti.



ALESSANDRO COMANDONE



RENZO DE FELICE

01
OTTOBRE

Sporting [Ore 15.00]

A favore dell'Associazione Amici dei Bambini Cardiopatici che ha sede presso l'Ospedale Infantile Regina Margherita di Torino e in memoria della socia Gabriella Dell'Erba Costanzia - a lungo prodigata con generosità per l'associazione - torna il Torneo di Burraco diretto da Angelo Graffone con il contributo di molti sponsor per i ricchi premi destinati alle prime coppie classificate: Agriturismo Locanda La Vecchia, ASI (AutoMotoClub Storico Italiano), Bolaffi, Crevani Golf Shop, De Wan, Durando, Giacomo Medici del Vascello, Idim, Il 2 di Capello, Ilsa, Maria Teresa Lavazza, Palmerio, Press Centre, "Raggiungere" Tour Operator, Sabelt. Per iscrizioni e informazioni, contattare Emanuela al numero 335 5450594 oppure Chiara al numero 335 6047543.

05
OTTOBRE

Sporting [Ore 19.00]

Inizia alle ore 19, con una light dinner e una lotteria, il 3° Torneo di Burraco per la raccolta di fondi a favore di Madian Orizzonti Onlus. Le iscrizioni vanno inoltrate entro il 2 ottobre a: marinatoselli@hotmail.it (339 8953234) o ad anna.giordanino@gmail.com (3337472000).

12
OTTOBRE

Sporting [Ore 21.15]

Prima lezione per i Corsi di Bridge - Stagione 2016/2017 tenuti da Antonio Vivaldi ed Enza Rossano. Al 5 ottobre è fissato l'inizio del 1° Corso "Gioco e controgioco", all'11 gennaio il 2° Corso "Cue bid e gazzilli" e al 5 aprile il 3° Corso "Compressione (Squeeze) e finali di gioco". Per informazioni e iscrizioni: enza.rossano@alice.it

Palazzo Ceriana Mayneri [Ore 21.00]

Ottavo appuntamento per il ciclo di incontri sulla promozione della salute a cura del Centro Pannunzio: il prof. Alessandro Comandone, presidente dell'Accademia di Medicina, tratterà la prevenzione primaria in oncologia, evidenziando l'importanza dei fattori di rischio modificabili al fine di prevenire la patologia tumorale.

21
OTTOBRE

Palazzo Ceriana Mayneri [Ore 18.00]

A cura del Centro Pannunzio diretto da Pier Franco Quaglieni, gli storici Gianenrico Rusconi e Francesco Perfetti ricorderanno, a vent'anni dalla morte, Renzo De Felice, considerato da molti il maggiore studioso del fascismo: la sua opera monumentale, a cui si dedicò dal 1960 al 1996, è stata oggetto di aspre discussioni e vivaci polemiche. Scopo dell'incontro, verificare attraverso un confronto a distanza di vent'anni le tesi defeliciane con il necessario distacco critico.

25
OTTOBRE

Palazzo Ceriana Mayneri

Riparte da Torino e da Palazzo Ceriana Mayneri la terza edizione dell'appuntamento nazionale "Pensare il cibo", l'evento che tratta il rapporto tra il cibo e il sentire profondo dell'individuo. Tre gli appuntamenti previsti nella location di corso Stati Uniti 27: martedì 25, giovedì 27 e venerdì 28 ottobre.

PALESTRA SPORTING ACADEMY

IT'S DANCE TIME!

L'estate sta finendo, DANCE TIME sta tornando. O meglio, è già tornato il 12 settembre. Tutti i lunedì alle 19.30 e i giovedì alle 19.00 vieni a divertirti in palestra: Anna ti aspetta per ballare semplici coreografie da imparare in allegria. Provalo, è gratis fino al 30 settembre. Per informazioni rivolgiti ad Anna - tel. 339 1291201.

L'esperto ti spiega la finanza

Che cos'è la finanza comportamentale

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

La finanza comportamentale studia il comportamento degli individui nelle scelte economiche e finanziarie. Nella finanza "classica" si presuppone che le persone agiscano in modo razionale; in quella comportamentale si riconosce che molto spesso agiamo spinti dalle emozioni. Per esempio, istintivamente si tende a comprare quando il mercato cresce, e a vendere quando scende. Ma in realtà la buona strategia di investimento fa l'esatto contrario.

Comportamenti irrazionali comuni

Istinto gregario: è la tendenza a seguire la massa e adattare il proprio pensiero all'opinione prevalente. Un avvenimento viene amplificato dall'accodarsi di sempre più persone alla tendenza (che di solito è in acquisto): la bolla dei titoli Internet del 1999-2000 è un esempio evidente.

Distorsione da auto-attribuzione: la tendenza ad attribuirsi il merito di un evento favorevole, anche se non dipende da noi. Fenomeno pericoloso soprattutto per i neofiti: se una operazione va a buon fine si crede di essere maghi della finanza, mentre probabilmente si è trattato di fortuna.

Distorsione della rappresentazione: la tendenza a immaginare parallelismi fra eventi che appaiono simili. Documentarsi su eventi passati per cercare di prevedere il futuro è corretto, ma solo

tenendo conto che difficilmente due eventi tendono a ripetersi esattamente allo stesso modo.

Dissonanza cognitiva: il disagio che proviamo quando le informazioni smentiscono la nostra visione del mondo, e quindi la tendenza ad ignorarle. Se si crede che il mercato crescerà, i segnali negativi tenderanno a venire sminuiti o ignorati.

Errori in ambito finanziario

Avversione alle perdite: la repulsione all'idea di chiudere una posizione in perdita. P.es. si preferisce mantenere in portafoglio titoli con prospettive future negative invece di liquidarli. Il prezzo di acquisto diventa la discriminante delle decisioni future, mentre solo i costi futuri sono rilevanti.

Ancoraggio: la tendenza a fare scelte basandosi su un punto di riferimento arbitrario (suggerito dall'esperienza), invece che oggettivo. Può essere il prezzo di acquisto di un titolo; oppure si prende l'andamento passato di un'azione come riferimento per le proprie decisioni.

Il modo migliore di evitare queste "trappole" è imparare ad arginare gli impulsi emotivi e adottare invece strategie razionali. Il consulente finanziario viene formato proprio a questo scopo, per eliminare le ansie, i dubbi e i potenziali errori dell'investitore neofita.



Scudetto piemontese Over 50 per Massimo Reviglio (a destra) su Roberto Devalle

CAMPIONATI REGIONALI VETERANI REVIGLIO, GUERRIERO E MANTINEO: CLASSE DI FERRO "OVER"

DI BARBARA MASI

Classe di ferro, quella dei Veterani. Dagli Over 45 agli Over 70, senza dimenticare le Ladies e i loro "secondi quarant'anni". Inossidabile in alcuni casi, dopo tutta una gioventù già trascorsa sui campi, fresca come una rinascita per quelli in cui il tennis si

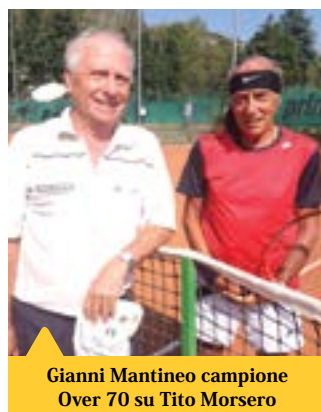
è rivelato nell'età adulta. A tutti loro erano dedicati i campionati regionali individuali Veterani, che in Piemonte mancavano ormai da diversi anni. La Federazione Italiana Tennis ha scelto il Circolo della Stampa Sporting per il ripristino di questa tradizione che si è disputata dal 3 al 18 settembre con il "1° Trofeo Adamantis", gare Open di singolare riservate alle categorie Over 45, 50, 55, 60, 65 e 70 maschili e Ladies 40 e 45 femminile. Tutti coinvolti, dunque, dagli NC alla 2ª categoria, per l'assegnazione del titolo piemontese. Centoquarantacinque iscritti, trentaquattro del Circolo della Stampa Sporting, che di questa classe di ferro è degna rappresentante anche a livello nazionale: tre titoli regionali li hanno conquistati in casa i suoi portacolori, due dei quali nel derby

finale con un compagno di squadra. Il primo titolo, in ordine cronologico, appartiene a *Giovanni Mantineo*, che si è cucito sulla maglia lo scudetto piemontese Over 70 ai danni del compagno di squadra *Tito Morsero*. Una soddisfazione che segue la convocazione in nazionale per i campionati mondiali ITF a squadre Over 70 attualmente in corso a Umago, insieme a Gino Cerri, Antonio Claudi (finalisti ai campionati italiani individuali) e Giancarlo Ranghi. A scendere, per età, l'Over 65 è stato appannaggio di Franco Dolza sul nostro *Paolo Conte* (6/1 7/5), l'Over 60 del monvisino Gianni Napione nel derby casalingo con Bruno Inglese (6/0 6/2). L'Over 55 ha finito per accaparrarselo l'altro monvisino Valter Nicotti,

che l'ha spuntata in tre set prima su *Alessandro Busca* e poi in finale su *Gianni Paladino* (3/6 6/3 6/3). L'Over 50 non poteva che finire nelle mani del maratoneta *Massimo Reviglio*, 6/4 3/6 6/3 sul 3.1 Roberto Devalle, il match più lungo del campionato e una perla in più targata Sporting, così come l'Over 45, con il derby fra *Marco Guerriero* e *Stefano Motta* nettamente a favore del primo per 6/2 6/1. Fra le donne, lo Sporting dovrà ancora aspettare per la sua Lady piemontese: ad andare più avanti è stata *Emilia Bertola*, semifinalista nelle Ladies 40 caduta di fronte alla vincitrice del titolo, la 3.3 Elisabetta Marino, mentre nelle Ladies 45 il titolo è andato a alla 3.5 Maria Valente su *Carola Scialpi* (6/4 6/4).



Marco Guerriero, a destra, vincitore Over 45 su Stefano Motta



Gianni Mantineo campione Over 70 su Tito Morsero



Paolo Conte finalista Over 65 contro Franco Dolza



Gianni Paladino e Valter Nicotti, finalista e vincitore Over 55

A SHEFFERS E KRUGER IL 14° TROFEO DELLA MOLE

L'olandese *Michael Sheffers* e la tedesca *Katharina Kruger* sono i vincitori della 14ª edizione del Trofeo della Mole, il Torneo Internazionale di tennis in carrozzina ITF 20.000 \$ che si è disputato al Circolo della Stampa Sporting nella prima settimana di agosto. Michael Sheffers, favorito assoluto del seeding e n. 9 del mondo, si è imposto per 6/2 6/4 sul giapponese *Takuya Miki*, già finalista lo scorso anno che

anche questa volta si è visto sfumare il titolo torinese. Un successo che premia la fedeltà di Sheffers al torneo torinese: "Ho preso parte a cinque edizioni, di cui ne ho vinte quattro compresa quest'ultima." Nel femminile la Kruger si è aggiudicata in netta superiorità la prima frazione per 6/2, per poi appropriarsi anche del secondo set per 7/6 al tie - break. Nel Second Draw maschile, il torinese *Luca Paiardi*, atleta di punta della Sport Happenings, ha invece centrato il suo secondo titolo nel torneo torinese, dopo quello nel 2014, battendo *Francesco Zola* per 6/3 6/3. Nei doppi, infine, bis della Kruger che in coppia con l'olandese *Michaela Spanstra* si è imposta su *Montjane Morch* per 6/3 6/3, mentre il duo spagnolo *Caverzaschi/De La Puente* ha messo a segno la vittoria su *Gerard/Denayer* per 4/6 7/6 10/5.



Il giapponese Takuya Miki e l'olandese Michael Sheffers

LA CARICA DEI 101 A SOSTEGNO DI BREAST UNIT

La carica dei 101. E' il numero dei partecipanti al 2° Trofeo Breast Unit, il week-end di tennis e padel a sostegno della raccolta di fondi per l'Unità di Senologia dell'Ospedale Sant'Anna dedicata alla diagnosi e alla cura del tumore al seno. Un bel contributo di partecipazione, che ha dato luogo a una lunga e divertente due giorni di sport che ha raccolto 3.510 euro per l'acquisto di nuove attrezzature per il reparto diretto da *Corrado De Sanctis*. Quattro le gare in programma: nel tennis, *Stefano Fiore* e *Gianni Paladino* si sono aggiudicati il doppio maschile lim. 3.3 sul duo *Giacomo Ramello/Massimiliano Turati*, mentre *Cristina Dolce* e *Massima Canavera* su *Umberto Durando* e *Michelina Valente*; nel padel, successo nel doppio maschile di *Marcello Motta* e *Fulvio Raspino* sul duo *Fabrizio Petrosino/Silvio Bianchi*; Fabrizio Petrosino si è poi imposto nel misto in coppia con *Benedetta Sobrero* su *Sandro Bianchi* e *Barbara Cravero*.



Cristina Dolce e Massima Canavera vincitori del doppio misto di tennis su Umberto Durando e Michelina Valente



Gianni Paladino e Stefano Fiore, primi nel doppio maschile di tennis sul duo Turati/Ramello



Marco Francalanci (A sinistra) Tito Morsero (A destra)

CONGRATULAZIONI A...

MARCO FRANCALANCI E TITO MORSERO
I nostri due Over 70 si sono laureati campioni italiani nelle rispettive categorie professionali: *Francalanci* ha conquistato a Jesi il tricolore di doppio Over 70 AGIT (Giornalisti Italiani Tennisti), *Morsero*, a Palermo, lo scudetto nel singolare Over 70 AIAT (Avvocati Italiani Tennisti).

FEDERICO MOINE E VITTORIO SANSONETTI
Dopo la disputa dell'ultima tappa ai Ronchiverdi, *Moine* e *Sansonetti* hanno conquistato il Master del Circuito Sabauda Over e Ladies in programma al Circolo della Stampa Sporting il 24 e 25 settembre. Moine ha chiuso la classifica Over 50 al primo posto, Sansonetti quella Over 55 al quarto posto.

A Fabrizio Petrosino e Benedetta Sobrero il misto di padel su Barbara Cravero e Sandro Bianchi



Marcello Motta e Fulvio Raspino dominatori del doppio maschile di padel

CALCIO, L'INCUBO DEL MARTEDÌ

DI ANDREA PELLISSIER

Una virtù dello Sporting è la convivenza pacifica di tennis e calcio, per cui ogni giorno si può scegliere fra palline e pallone. E mentre il tennis è ascesi e silenzio, eleganza e nevrosi, con partite raffinatissime che nessuno vede, il calcio del circolo è spesso orrendo, ma festoso e ben visibile perché il campo, così centrale, ha dignità di piazza medievale.

La superiore vocazione democratica del calcio risiede poi nel fatto che un 2.6 non inviterà mai un 4.2 a palleggiare, mentre nel calcio c'è bisogno di tutti e chiunque diventa prezioso per giungere a formare le due squadre-incubo del martedì in cui nessuno porta la stessa maglia. Notoriamente, il torneo propone un calcio arido, rigorosamente senza spettatori, il che limita le invasioni di campo.

Si corre poco, in verità: non ci sono azioni, ma situazioni, come nei quadri di Hopper.

E' certo che il calcio del martedì produce sport slowfood a km 0, per provenienza e velocità media dei giocatori, e che l'alcolica premiazione prevalga per importanza e qualità sulle partite. Per il teorema Simili, chi fa le squadre - misteriosamente - tende a vincere. Le partite durano o 35 o 65 minuti, a seconda del punteggio e dell'umore di Ravazzani. Rianalizziamo ora alcuni protagonisti del 2016, scelti dopo discutibile sorteggio.

Lo facciamo perché le pagelle del 2015, a parte le nove querele ricevute, sono assai piaciute, pur nello sconcertante silenzio della giuria Pulitzer.

› **ANTONIO CHIARI** detto "Sheva": atleta generosissimo, iscrizioni rupestri preistoriche lo rappresentano nel raro atto di centrare la porta.

› **MARCELLO MOTTA**: aspramente conteso da Arsenal e Siviglia, ha scelto di restare allo Sporting perché qui ha l'armadietto più vicino alle docce.

› **ENRICO BALDINI**: la fantasia al potere, visione di gioco inquietante.

› **FEDERICO SERRAO**: infaticabile,

raggiunge, da solo, un possesso palla del 78% a partita.

› **AGAZIO GALATI**: fortissimo di testa, indecente nelle proiezioni.

› **ROBERTO GOLÈ**: eclettismo e personalità straripanti, incedere bradipesco.

› **MAX AGERLI**: sa interdire, sa proporre, fa "gobbamente" tutto.

› **BEPE RUVOLO**: razionale nel sostegno all'attacco, narcolettico nelle coperture.

› **PAOLO VENTURINO**: autoritario dannunzianesimo calcistico.

› **ALBERTO DI TANNO**: gioca con abilità un calcio tortuoso e torturante per il compagno che attende un passaggio. Ma non si parli bene di tutto e di tutti, a tutti i costi. Ci sono troppe imprecisioni, si è giocato con palloni osceni e impostazioni tattiche scatalogiche. L'educazione scompare, pochi tacciano e i compagni sono bersaglio di critiche ossessive, così che in campo risultano ostili ed insopportabili i compagni stessi, più degli avversari. L'organizzazione è eterea ma costante, e il buon Pasini ci ha convocato e fatto giocare via mail anche quand'era a Ushuaia.

Una sola certezza: tutti si divertono, tutti hanno gridato (o pensato) almeno una volta "basta, è una gabbia di matti, non vengo più", e tutti sono ritornati il martedì dopo, per abitudine, per allegria.

"Stat football dum volvitur orbis". Il calcio resiste, mentre tutto intorno si muove.



Giorgio Peirolo



Agazio Galati



Antonio Chiari



Beppe Ruvolo



Enrico Baldini



Roberto Golè



Alberto Di Tanno



Andrea Pellissier



Renato Ravazzani



Patrizio Simili



Paolo Tonello



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 Rabrosa 29/B
12089 Villanova Mondovì (CN)
N. Roc 25222 del 13/01/2015
N. R.G. 9210/2015 9/10/2015



WWW.GRUPPOCDC.IT

TEMA DEL MESE: LA RIEDUCAZIONE DELLA SPALLA



La Rieducazione della Spalla - Shoulder School - offre al Paziente con patologie della spalla un percorso riabilitativo individualizzato e mirato, che tiene conto della complessità e della natura eterogenea dei sintomi.

La Rieducazione della Spalla è effettuata da Terapisti che hanno frequentato corsi di approfondimento scientifico specifici in terapia manuale e in rieducazione delle disfunzioni del movimento e del sistema senso-motorio, sviluppando un programma basato sull'evidenza scientifica.

La spalla è l'articolazione più mobile del corpo umano, ma al tempo stesso è quella che ha la minima stabilità intrinseca dovuta alla configurazione anatomica dei suoi componenti osteo-articolari.

I principali problemi della spalla sono principalmente legati alle patologie della cuffia dei rotatori (conflitto) e del cercine glenoideo (inserzione del capo lungo del bicipite).

La stabilità della spalla è dovuta a un delicato equilibrio di forze muscolari e movimenti articolari, di cui occorre tenere conto in sede di riabilitazione, per evitare quegli squilibri che provocano una maggior usura e/o degenerazione tendinea e articolare.

IL PROGRAMMA RIABILITATIVO ha durata variabile a seconda dei seguenti fattori:

- › Età del Paziente
- › Area della lesione
- › Forza e grado di motilità della spalla
- › Richieste funzionali del Paziente
- › Eventuale tipo di tecnica chirurgica.

La finalità del trattamento è quella di recuperare flessibilità, forza, resistenza, propriocettività, funzionalità dell'arto alterato a causa di un trauma o di una patologia.



LA RIEDUCAZIONE DELLE PATOLOGIE DELLA SPALLA È eseguita presso la Sede C.D.C. dedicata all'Attività di Recupero e Rieducazione Funzionale situata in Via Montecuccoli 5/f a Torino.

FKT@GRUPPOCDC.IT - WWW.GRUPPOCDC.IT

TENNIS AL FEMMINILE

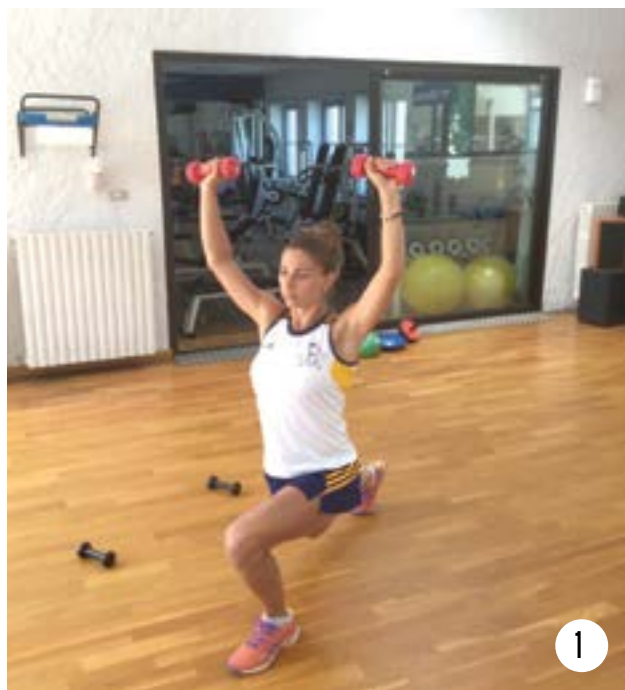
DI LUIGI CASALE

Mai come in questi ultimi anni il tennis femminile rivaleggia con il gioco dei maschi in termini di energia pura e dinamicità. Le migliori giocatrici si allenano costantemente per migliorare l'aggressività del proprio stile di gioco e riescono a colpire la palla con potenza impen-sata rispetto al passato. Non si deve però dimenticare, d'altro canto, che le tenniste sono diverse dai maschi a

livello fisico, fisiologico, psicologico ed emotivo. Secondo studi pubblicati dalla ITF (International Tennis Federation) le donne sono mediamente più basse di 13 cm., 15 Kg. più leggere ed hanno una massa grassa maggiore di 3-6 kg. rispetto a maschi di età adulta. Questi dati non devono però demoralizzare l'"altra metà della luna" in quanto, per contro, le giocatrici posseggono 10-

20% in più di Vo2 max. (capacità di resistenza) dei colleghi maschi e lo sviluppo delle capacità coordinative segue un andamento più costante rispetto a quello dei tennisti. Le considerazioni indicate devono spingere le appassionate di tennis del Circolo della Stampa Sporting ad allenarsi di più e meglio per continuare a competere ed ottenere sempre maggiori soddisfazioni.

Ecco un esempio di esercizi utili per il miglioramento della forza e della velocità e indicati particolarmente per le tenniste. Si consiglia di ripetere questa struttura di allenamento fisico almeno due volte/ settimana, dopo aver svolto l'attivazione neuromuscolare (riscaldamento) con 5 - 10' di corsa lenta sul *Trademill* (tapis roulant) e altrettanti minuti di stretching per gambe, spalle e dorso.



1

PIEGATE AVANTI CON SPINTA MANUBRI IN ALTO

In piedi, gambe unite, impugnare due manubri da 2-3 kg. tenuti davanti al petto con le braccia flesse; effettuare una piegata della gamba avanti distendendo contemporaneamente le braccia in alto, portando i manubri sopra la testa (foto 1). Con energica spinta delle gambe tornare in posizione di partenza, con le stesse unite e i manubri davanti alle spalle. Eseguire 3 - 4 serie di 10 piegate-distensioni, alternando gli appoggi avanti. *Questo esercizio migliora la dinamicità e l'efficacia degli spostamenti in campo.*



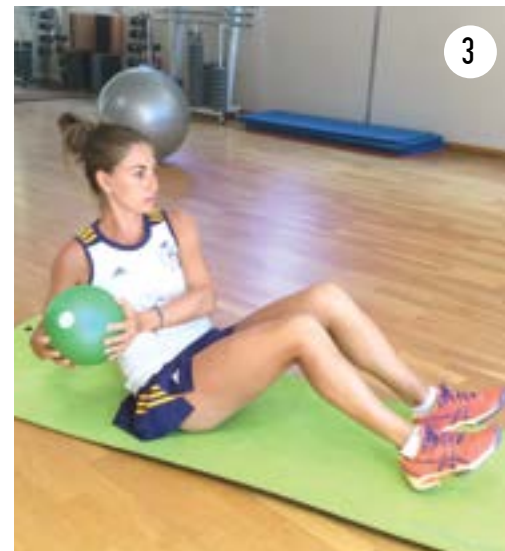
2

TORSIONE CORPO PROTESO DIETRO

Distesi a terra in appoggio sulle mani con braccia ritte e corpo proteso dietro. Flettere una gamba avanti, ruotare il busto e slanciare il braccio dello stesso lato in alto. (foto 2). Portare il piede della gamba flessa in appoggio alla stessa altezza della mano rimasta a terra. Mantenere la posizione per 10" e ripetere dal lato opposto. Eseguire 3 serie da 4 - 8 ripetizioni per lato. *Eseguendo costantemente questa esercitazione viene migliorata l'elasticità e si prevengono numerosi infortuni.*

TORSIONI DA SEDUTA CON FLUID-BALL

Seduti a terra, impugnare una palla zavorrata leggera (meglio una Fluid-ball da 2 kg., a disposizione nella nostra palestra) e, sollevando leggermente dal suolo le gambe flesse, effettuare 10 torsioni del busto portando la palla a destra e sinistra (foto 3). Attenzione a controllare la rettilineità della schiena e a mantenere l'equilibrio dell'appoggio a terra. Eseguire 3 - 4 serie da 10 torsioni. *L'esercizio proposto stabilizza e rinforza i muscoli del busto, soprattutto gli obliqui, impegnati intensamente nel gioco del tennis.*



3

SCATTI AVANTI CON SALTELLI E FRENATA

In piedi nel campo da tennis effettuare 10 saltelli laterali oltre un cono disposto a terra (foto 4). Atterrati dall'ultimo saltello, scattare avanti verso la rete (foto 5), prima della quale deve essere eseguita una decisa frenata (foto 6). Ripetere 3 - 5 volte la successione completa di saltelli, scatto e frenata. *Questa esercitazione è particolarmente indicata per le giocatrici che rispetto ai tennisti maschi si spostano meglio lateralmente nel campo da tennis, ma che spesso si trovano in difficoltà negli scatti avanti per raggiungere, ad esempio, le palle corte.*



4



5



6

IN PRIMO PIANO



FILIPPO CALLERIO
FEDERICO GARBERO

FILIPPO FRA I PRIMI QUATTRO UNDER 11 D'ITALIA

Filippo Callerio ha conquistato la semifinale dei campionati italiani individuali under 11 entrando così a far parte della rosa dei primi quattro giocatori a livello nazionale. Risultato che gli è valsa la qualificazione ai campionati italiani Under 12, ossia lo storico Trofeo Porro Lambertenghi in programma al T.C. Bonacossa di Milano. Filippo ha invece perso nei quarti nel doppio in coppia con Federico Garbero, arresosi negli ottavi del singolare



Da sinistra, il capitano Ramon Rodriguez, Harriet Hamilton, Iole Sibona, Lucrezia Papale e il preparatore fisico Luigi Casale.

LE NOSTRE UNDER 16 IN CORSA PER IL TRICOLORE A SQUADRE

Con la schiacciante vittoria nella Fase di MacroArea Nord-Ovest disputata allo Sporting Borgaro contro T.C. Genova 1893, T.C. Finale, T.C. Città dei Mille e lo stesso Borgaro, le nostre Harriet Hamilton, Iole Sibona e Lucrezia Papale si sono conquistate la finalissima per il tricolore a squadre Under 16 in programma a Roma, presso I Due Ponti, dal 23 al 25 settembre: la final eight coinvolge, oltre allo Sporting, Green Garden, T.C. Genova 1893, Team Senigaglia, Circolo del Castellazzo, T.C. Parioli, T.C. Cagliari e T.C. Andria. Si sono invece arenate nella Fase di MacroArea Nord Ovest disputata a fine luglio ad Alassio la rappresentativa Under 14 maschile (Luca Fe' D'Ostiani, Giorgio Gallizio ed Edoardo Giurlanda) e, a Salò, quella Under 12 femminile (Letizia Beraudo e Marta Manzi).

LORENZO SEMIFINALISTA IN DOPPIO ALLA LAMBERTENGGHI

Dopo l'eliminazione negli ottavi del singolare per mano del marchigiano Peter Buldorini, poi vincitore del titolo italiano Under 12, Lorenzo Ferri ha guadagnato la semifinale del doppio alla Coppa Porro Lambertenghi, valida appunto per il tricolore di categoria, insieme al bergamasco Federico Scotuzzi.



AL VIA LA TOP SCHOOL DELLO SPORTING

Il 19 settembre sono ripresi i Corsi di Tennis Invernali della Stagione 2016/2017 della Top School del Circolo della Stampa Sporting: si chiuderanno il 9 giugno per i settori dell'Addestramento, della Pre Agonistica e della Specializzazione per quanto riguarda l'Agonistica, mentre il Pro Team (Agonistica), ripreso il 29 agosto, si protrarrà fino al 30 luglio. La supervisione tecnica della scuola è come sempre affidata al coach internazionale Riccardo Piatti, la direzione al tecnico Luigi Bertino. Il 2 novembre partirà anche un corso Agonistico serale, dopo le 19.30, che propone un pacchetto di 90 minuti di tennis due volte alla settimana. Per ogni informazione su costi e iscrizioni, rivolgersi in Segreteria.

ENTRO IL 15 DICEMBRE LA VISITA MEDICO - AGONISTICA

NOTA BENE

La visita medico - agonistica serve a rilasciare il certificato di idoneità necessario per svolgere l'attività agonistica federale. "La visita medica agonistica prevede una visita clinica, l'esame delle urine, la spirometria, il controllo del visus, l'elettrocardiogramma (a riposo, sotto sforzo e dopo sforzo) e la valutazione conclusiva dello specialista - spiega il dottor Piero Astegiano, direttore dell'Istituto di Medicina dello Sport di Torino con cui il Circolo della Stampa Sporting è convenzionato da tanti anni -; si tratta di un vero e proprio check-up completo consigliabile anche a chi pratica sport a livello amatoriale". Ogni attività sportiva di tipo agonistico richiede per legge il certificato di idoneità agonistica al fine del rilascio delle tessere federali per svolgere le gare. L'età agonistica è stabilita da ogni singola federazione sportiva: per il tennis parte dall'età di "8 anni e un giorno". Anche quest'anno gli allievi iscritti alla Scuola Tennis 2016/2017, in occasione del pagamento della prima rata del corso, riceveranno il ticket per effettuare la visita medica agonistica gratuita presso l'Istituto di Medicina dello Sport di Torino (via Filadelfia 88 c/o Stadio Olimpico, da prenotare telefonicamente allo 011 325701 ed effettuare entro il 15 dicembre).

TENNISTI ALLO SPECCHIO

Analizzando i giocatori con riprese in slow motion durante la fase d'impatto del servizio, possiamo osservare un particolare che a occhio sfugge: nel servizio moderno, dopo aver dato massima importanza alla posizione dei piedi (stancie) e al peso del corpo sulla gamba posteriore, il giocatore è pronto per ottenere un movimento fluido e dinamico della spinta in verticale in fase di attacco alla palla. Analizzando la fase d'impatto con riprese in slow motion, possiamo notare che molti ace-man, dopo aver colpito la palla, continuano a salire fino alla fase finale del colpo questo movimento facilita l'azione di flessione chiusura del polso/avambraccio ed è molto simile alla schiacciata della pallavolo.

L'IMPATTO NEL SERVIZIO

CON LA VIDEOANALISI A CURA DI DANILLO PIZZORNO E RICCARDO PIATTI



L[®]
LARIOFON

PRESENTANDO QUESTO COUPON AVRAI
UNO SCONTO DEL 40%



CENTRO ACUSTICO

LARIOFON TORINO

Dal 1980... il benessere del tuo udito!

APPARECCHI ACUSTICI 

Problemi di
UDITO?!

Noi abbiamo
la soluzione
su misura
per **te!!**



Si effettuano **PROVE AUDIOMETRICHE**
completamente **GRATUITE** a scopo di prevenzione.
(su richiesta anche presso il vostro domicilio)

Cosa stai Aspettando?

prenota subito il tuo controllo **GRATUITO!**

Sede di TORINO:

Corso Orbassano, 290/B
Tel.: 011.31.18.049

Sede di ALBA:

Corso Fratelli Bandiera, 7/B
Tel.: 0173.36.11.82

info@lariofontorino.it - www.lariofontorino.it



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