CIRCOLO DELLA STAMPA SPORTING

INFORMAZIONI E ATTIVITÀ

PALAZZO CERIANA MAYNERI
C.so Stati Uniti 27, Torino

SPORTING
C.so G. Agnelli 45, Torino

MENSILE - Luogo di pubblicazione: Torino. ~~€1,00~~ Poste Italiane SPA
Spedizione in abbonamentopostale D.L. 353/2003 (conv. in 27/02/2004 n. 46)
Art. 1 comma 1 CNS TORINO N. 10 - 2011

ANNO 11 - NUMERO 04

MAGGIO 2019

WWW.SPORTING.TO.IT Circolo della Stampa Sporting ASD

RACCHETTA E SLAM ALLUNGANO LA VITA

DI MARCO FRANCALANCI

Ai risultati delle ricerche scientifiche si guarda sempre un po' con diffidenza, ma stavolta alla maggior parte dei soci del Circolo della Stampa Sporting la notizia può far solo piacere. Ci sono infatti addirittura tre inchieste a sostenere che alcune delle attività principali svolte sui nostri campi e tavoli sembrano allungare la vita o comunque migliorare l'inevitabile processo di invecchiamento che non risparmia nessuno. Le buone notizie arrivano da tutti gli angoli del mondo: dalla Società americana di Neuroscienze di New Orleans, dall'Università di Sidney e da un'indagine su sport e longevità condotta per alcuni anni a Copenaghen. Incrociando i risultati si ottiene che gli sport con la racchetta rappresentano un vero e proprio salvavita, mentre chi gioca a bridge, essendo obbligato a pianificare le sue mosse e a lavorare di memoria alla ricerca del miglior risultato, quindi lo slam, utilizza una zona ben determinata della corteccia cerebrale: questo fa salire di molto il numero dei globuli bianchi sentinella addetti alla difesa dell'organismo dagli attacchi dei virus.

Si sono affrontati con la racchetta in mano per stabilire un vero e proprio record: quattro tennisti la cui età complessiva raggiunge i 360 anni. Complimenti a Renzo Barberi, Romano Panagin, Vladimir Wataghin e Francesco Paolo Mingrino

Tito Morsero, il nostro Over 75 più titolato a livello internazionale nel circuito ITF: attualmente n. 24 del mondo, best ranking n. 6 nel 2017

Per quanto riguarda gli sport con la racchetta è stata rilevata, tra i praticanti over 30, una riduzione del 47 per cento di rischio di mortalità e addirittura del 56 per cento per cause cardiache. Tra questi il tennis, richiedendo un impegno cognitivo che stimola concentrazione e attenzione, è considerato uno sport completo, che si basa su un intenso lavoro aerobico e una buona coordinazione. A livello fisico sono infatti coinvolti, oltre a gambe e braccia, i muscoli del tronco e dell'addome per fare torsioni. Senza contare poi che in un'ora di tennis si possono bruciare fino a seicento calorie: il fisico si asciuga e si tonifica.

Tra le altre attività, oltre a squash e badminton, sta facendo sempre più proseliti il padel, che favorisce la socializzazione, in quanto si gioca in quattro. Non a caso la struttura allestita a fianco del campo centrale è costantemente frequentata dagli appassionati in chilometriche sfide. Senza dimenticare il tennis tavolo: sembra un'attività minore, ma in una partita di medio livello agonistico della durata di poco più di un'ora si possono bruciare fino a quattrocento calorie perché bisogna mantenere per tutto il tempo una posizione di semi squat, che fa lavorare molto le gambe e rassoda i glutei, mentre gli scatti continui portano a sviluppare i riflessi e la coordinazione.

La conclusione più importante che traggono gli studiosi riguarda un po' tutti gli appassionati che calcano i campi del Circolo della Stampa Sporting: più che il tipo di disciplina sportiva, sono importanti la frequenza e la regolarità con cui lo si pratica: l'attività fisica deve essere distribuita durante la settimana attraverso due o tre sedute, abbinate a un comportamento che preferisca l'uso delle scale a quello dell'ascensore, con la scelta dei piccoli spostamenti a piedi. In definitiva, uno stile di vita sano contribuisce a ritardare l'invecchiamento e a tenere lontano le forme di depressione.

I nostri soci Enza Rossano e Antonio Vivaldi (a sinistra) recentissimi vincitori del Torneo Internazionale a squadre Open di Venezia, la più prestigiosa competizione di bridge che si disputi in Italia

ATTIVITA' FISICA E BRIDGE FANNO INVECCHIARE MEGLIO

L'invecchiamento è un processo dinamico evolutivo, caratterizzato dal combinarsi di inevitabili, sebbene altamente variabili, fenomeni involutivi a livello di organi e apparati, maggior predisposizione a malattie età-dipendenti e minori riserve funzionali. In questo quadro, lo "stile di vita" gioca un ruolo fondamentale nel determinare la "qualità", ed in qualche misura anche la "quantità", dell'invecchiamento individuale. Sebbene infatti anche uno stile di vita eccellente non rappresenti una protezione completa dalla possibilità di andare incontro a malattie, è innegabile che, condurre una vita caratterizzata da un'alimentazione sana, regolare attività fisica e, soprattutto, un costante e stimolante impegno intellettivo, si associ ad una maggior aspettativa di vita e, soprattutto, ad una miglior qualità e benessere dell'invecchiamento.

Con tutti i limiti degli studi osservazionali infatti, la letteratura scientifica ci dice chiaramente che proseguire, e perfino iniziare, una regolare attività fisica in età anziana comporta un beneficio in termini di "salute" individuale, non solo fisica ma anche cognitiva. Sebbene i dati non ci consentano di fare classifiche sulle migliori attività sportive, si può affermare che un'attività fisica prevalentemente aerobica, regolare ma non estrema, soprattutto se socializzante, contribuisce ad un minor rischio di mortalità e ad un miglior benessere individuale in età anziana. Analogamente, il mantenimento di un regolare impegno mentale nelle attività di svago contribuisce certamente a rallentare i fenomeni involutivi cerebrali. Da questo punto di vista, il gioco del bridge rappresenta certamente un unicum nel suo genere, richiedendo un insieme di attività cognitive (memoria e pianificazione, ad esempio) che non vengono altrettanto stimolate nella maggior parte delle altre attività.

Movimento e attività fisica, socialità ed impegno mentale nelle ore di svago, nel contesto di uno stile di vita sano, rappresentano quindi un determinante aiuto ad un invecchiamento di successo.

Mario Bo, Direttore ff Geriatria Universitaria, Città della Salute e della Scienza, Molinette, Torino

IN PRIMO PIANO

BRAVA, MARGHE!

Una finale importante per la nostra Margherita Costa che ha raggiunto la finale under 14 nella seconda tappa dello Junior Next Gen al Tennis Club Hanbury di Alassio, dove ha ceduto alla francese Judith Attias, in forza al T.C. Milano Bonacossa.

CAMPIONATO SCUOLA TENNIS 2018/2019

Romeo Tinelli è il trionfatore dell'appuntamento con il Campionato della Scuola Tennis 2018/ 2019 per la categoria Green. Sul secondo gradino *Edoardo Lavagno* e sul terzo *Alberto Bosco.*

UGI, L'UNIONE FA LA FORZA!

E' stata una bella domenica di sport dedicata ai bambini dell'Ospedale Regina Margherita quella che ha coinvolto i nostri allievi della scuola tennis sotto la direzione del Maestro Simone La Pira nella raccolta di fondi a favore dell'UGI. Grazie a loro sono stati raccolti ben 705,00 euro. Grazie, ragazzi!

CIRCUITO DUNLOP, A LE PLEIADI SI PARLA SPORTING

Nella tappa del circuito regionale Dunlop che si è disputata a Le Pleiadi gli allievi della scuola tennis targata Sporting non hanno mancato l'appuntamento con il podio: applausi a *Matilde Lampiano Garbarini* e a *Viola Becchio*, vincitrici rispettivamente del tabellone under 10 e del tabellone under 12 femminile. Congratulazioni anche ad *Adriano Botta*, finalista nell'under 12 maschile, e a *Tommaso Monforte,* sconfitto in semifinale in uno spettacolare derby con Adriano.

Adriano Botta

Tommaso Monforte si è imposto anche nei tornei under 12 al T.C. Syrio e al T.C. Faster.

IN GIRO PER TENNIS EUROPE

I nostri allievi giramondo non mancano di raccogliere qualche soddisfazione nel circuito giovanile Tennis Europe: è il caso di *Alessia Camerano*, che ha superato il primo turno del main draw nel Torneo Under 16 Grado 2 in Turchia, per poi arrendersi alla numero due del seeding. *Margherita Costa* ha invece superato le qualificazioni e il primo turno del tabellone principale nel torneo Under 14 Grado 1 in Portogallo, per poi arrendersi a causa un dolore alla spalla e tornare in Italia a fare i conti con le prove invalsi.
Promossi dalle qualificazioni anche *Filippo Callerio* e *Andrea Marietti* nel torneo Under 14 Grado 3 di Tirana, in Albania, dove si sono guadagnati entrambi il tabellone principale.

Alessia Camerano

SULLE ALI DEL RITA'S DAY

Il circuito RITA'S DAY si è concluso anche quest'anno con il gran finale del Master sui campi sintetici del Tensotennis di Borgaretto: nessun vincitore fra i nostri pulcini della scuola tennis, ma in quattro sono saliti sul podio. Eccoli, insieme ai protagonisti della tappa precedente il Master, disputata a Le Pleiadi.

LE PLEIADI, 10 MARZO 2019

Under 9 maschile
2° EVANGELISTA EDOARDO

Under 11 femminile
3^ MAESTRI CARLOTTA

Under 11 maschile
1° TINELLI ROMEO
3° ROTONDARO RICCARDO

TENSOTENNIS, MASTER FINALE, 24 MARZO 2019

Under 7
3° TOZZINI GIOVANNI

Under 11 femminile
2^ MAESTRI CARLOTTA

Under 11 maschile
2° BADELLINO RICCARDO
3° ROTONDARO RICCARDO

Romeo Tinelli, under 11

I nostri portacolori Under 9 al Master del Tensotennis

THE STRINGER.IT

A CURA DI ANDREA CANDUSSO

L'ATTREZZATURA DEI RAGAZZI (PARTE 2)

Come scritto nel numero precedente, alcune delle principali criticità che ho riscontrato a livello giovanile sono legate alla scelta delle racchette. A questo riguardo è opportuno fare una piccola premessa: il braccio di un giocatore accelera da velocità 0 a 80-100-120km/h in un tempo di 240-260ms. L'accelerazione è elevatissima: 90–150m/secq in funzione della velocità del colpo, ma in ogni caso è superiore di 12-15 volte rispetto all'accelerazione di una Ferrari. Questi dati dimostrano come la velocità del braccio sia un elemento determinante nell'esecuzione del colpo.
Su questo argomento ho condotto una ricerca per una tesi pubblicata dalla Federazione Italiana Tennis: i test sono stati svolti in campo con varie attrezzature (accelerometri, radar e videocamere) e hanno dimostrato che atleti in fase di perfezionamento (ma anche di specializzazione e quindi agonisti) sono in grado di creare una maggiore velocità di braccio e complessità di palla con attrezzi di tipo più corto. Infatti, con il crescere della lunghezza della racchetta il peso aumenta in modo lineare mentre l'inerzia aumenta esponenzialmente (creando maggiori difficoltà al giocatore). In pratica se una racchetta Junior 26" è lunga 66 cm e ha un'inerzia di 238 kgcmq, una racchetta da adulto è lunga 68,5 cm e, seppur leggera, può raggiungere un'inerzia di 280 kgcmq.

Questa differenza è enorme ed espone i ragazzi a notevoli problemi tecnici nel momento del cambio di attrezzo, oltre ad essere causa di infortuni a carico dell'arto superiore.
Nei circoli o nei tornei vedo ancora tanti bimbi e ragazzi giocare con racchette troppo lunghe e pesanti; questa scelta potrebbe anche avvantaggiarli a breve termine perché l'attrezzo gli permette di ottenere maggiore energia, grazie alla massa e alla leva superiore. Tutto ciò però va a danno della loro crescita e dello sviluppo del gesto tecnico corretto.
Il Racquet Technician può fornire anche in questo caso un utile supporto, interagendo con il giocatore, l'insegnante e la famiglia per indirizzarli verso la scelta migliore.

CIAK, ALLO SPORTING SI GIRA

DI BARBARA MASI

Il cast del film "Se mi vuoi bene" di Fausto Brizzi insieme a Paolo Damilano, presidente di Film Commission Torino Piemonte, a Giuseppe Lavazza e al produttore Luca Barbareschi

Ancora una volta il Circolo della Stampa Sporting si trasforma in set cinematografico. E' stato "un vero e proprio colpo di fulmine", come ha dichiarato lui stesso, quello tra il regista Fausto Brizzi e lo storico campo stadio: quale location migliore per girare la rinnovata sfida tra un ex campione di tennis (alias Memo Remigi) che sul quel campo vinse gli Internazionali e il suo antico avversario? Il film in questione s'intitola "Se mi vuoi bene", tratto dall'omonimo best – seller scritto dal regista, il protagonista è Claudio Bisio: "Un personaggio bellissimo, che fa ridere e riflettere – racconta l'attore -, per il quale mi sono proposto a Fausto dopo aver letto il libro." La storia narra di un uomo che cerca di aiutare tutte le persone che gli stanno attorno e che invece, suo malgrado, finisce per devastare le loro vite. Nel cast, anche Sergio Rubini e Gianmarco Tognazzi (che hanno girato alcune scene al circolo), Maria Amelia Monti, Flavio Insinna, Lucia Ocone tanto per citarne alcuni.

Fausto Brizzi è tornato a Torino dopo dieci anni dal fortunatissimo "Maschi contro femmine": "Ho trovato la città migliorata, molto bella e ideale per questa storia dal sapore molto francese. Il tradimento più grande è che in realtà questa storia è ambientata a Roma, ma a Torino il libro ha trovato nuova vita". Le riprese, che sono terminate il 18 aprile, hanno coinvolto molti luoghi ed edifici torinesi: oltre al Circolo della Stampa Sporting, le OGR, il Polo del '900, il Circolo Eridano, il ristorante Soul Kitchen. Il film è stato realizzato con il sostegno di Film Commission Torino Piemonte presieduto dal nostro socio ed ex vicepresidente *Paolo Damilano*: "Siamo molto soddisfatti di accogliere un cast tecnico e artistico di grande bravura e notorietà: un progetto che siamo sicuri possa promuovere al meglio, oltre al libro, anche le tante location cittadine utilizzate". Il film uscirà nelle sale a ottobre.

LO SAPEVATE CHE...

Il Circolo della Stampa Sporting in passato è stato location di un altro set cinematografico, quello de *Preferisco il rumore del mare*, di Mimmo Calopresti, girato nel 2000, con Silvio Orlando, protagonista, e Andrea Occhipinti, entrambi presenti nelle scene girate allo Sporting.

Successivamente ha prestato ancora il campo stadio e la piscina al rapper torinese Shade, nel 2016, per il video ufficiale della canzone *Odio le hit estive*. La piscina e il trampolino in clima da sogno invernale sono stati ancora protagonisti del divertente videoclip dei Fratelli di Soledad "Il tuffatore", dove oltre ai Fratelli di Soledad e a Bunna compare anche il noto cestita della PMS Torino Daniele Sandri.

Andate a cercare su youtube...

CIRCOLO DELLA STAMPA SPORTING

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
Marco Francalanci

Comitato di Direzione
Luciano Borghesan, Pietro Garibaldi, Stefano Motta, Andrea Pellissier, Vittorio Sansonetti, Ernesto Chioatero

Redazione
Barbara Masi

Editore
Subito Business s.r.l.
C.so Raffaello 20 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

06 MAGGIO

Sporting

Si scende in campo per il titolo del Torneo Sociale 2019 di tennis, che quest'anno si presenta con una formula rinnovata: ogni dettaglio più avanti, nelle pagine dedicate al tennis. Iscrizioni attraverso il modulo reperibile in Portineria o sul sito www.sporting.to.it entro e non oltre venerdì 26 aprile. I primi tabelloni con gli orari verranno esposti in bacheca da lunedì 29 aprile.

Federico Moine (classifica 3.4, a destra nella foto) ha inaugurato la stagione 2019 raggiungendo la finale Over 55 lim. 3.3 nella tappa del Circuito Subalpino Senior Tour all'ASD Roma Cambiano.

11 MAGGIO

Sporting [Ore 9.00]

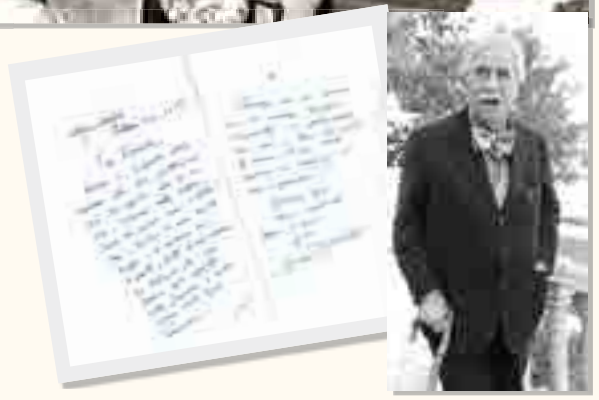
Fa tappa allo Sporting il Subalpino Senior Tour, l'ex Circuito Sabaudo Tennis Veterani che per tre anni è stato il punto di riferimento per tutte le giocatrici e i giocatori Senior del Piemonte. Si scende in campo nei tornei per Over 55 lim. 3.3, Over 45 libero e Ladies 40. Iscrizioni sul sito www.subalpinoseniortour.it .

29 MAGGIO

Palazzo Ceriana Mayneri [Ore 18.00]

Pier Franco Quaglieni presenta il suo ultimo libro "Mario Soldati. La gioia di vivere" (Golem Edizioni): un ampio saggio sull'amico personale e cofondatore insieme allo scrittore e ad Arrigo Olivetti del Centro Pannunzio – di cui Soldati fu presidente per quasi vent'anni dal 1980 al 1997. Insieme a Quaglieni, intervengono il presidente del Circolo della Stampa Sporting Luciano Borghesan, il giornalista Gianni Romeo, Bruna Bertolo e Elisabetta Cocito.

29 MAGGIO PALAZZO CERIANA MAYNERI OMAGGIO A MARIO SOLDATI



Nell'anno del ventennale dalla scomparsa, lo scrittore Mario Soldati viene ricordato attraverso il libro di Pier Franco Quaglieni, storico direttore del Centro Pannunzio, intitolato "Mario Soldati. La gioia di vivere", presentato in anteprima torinese al Circolo della Stampa e in uscita nelle librerie il 1° giugno.

Mario Soldati (Torino, 17 novembre 1906- Tellaro 19 giugno 1999), amico personale di Quaglieni e insieme a lui e ad Arrigo Olivetti fondatore del Centro Pannunzio (di cui fu anche presidente dal 1980 al 1997), fu una delle figure più ricche ed emblematiche della cultura italiana del Novecento: scrittore, ma anche regista cinematografico e televisivo entrato nella storia, è vissuto a Torino, Milano, Roma e Tellaro. Tra i suoi libri più famosi America primo amore (1935), Lettere da Capri (1953), Le due città (1964), I racconti del maresciallo (1967), L'attore (1970), La sposa americana (1978). Tra i suoi film vanno citati Piccolo mondo antico (1941), Le miserie del signor Travet (1947), La provinciale (1953). L'opera di Quaglieni è ricca di saggi di autorevoli critici e studiosi, di relazioni a convegni, di semplici ricordi e testimonianze di amici, noti e meno noti: è scritta seguendo diversi registri di scrittura ed è volta a ricostruire la poliedrica figura dello scrittore e regista torinese in modo fruibile da un ampio pubblico. Il libro si chiude con una pagina di Chiara Soldati che descrive il lessico familiare soldatiano.

Mario Soldati fu anche insignito del Premio Circolo della Stampa nel 1981, riconoscimento che gli venne conferito come da tradizione proprio a Palazzo Ceriana Mayneri dall'allora presidente Alfredo Toniolo. Quell'anno insieme a lui, nella giornata del 14 maggio, furono premiati anche Rita Levi Montalcini e Alberto Sartoris (nella foto).

Circolo della Stampa Sporting

CONVOCAZIONE ASSEMBLEA ORDINARIA

I Soci sono convocati in assemblea ordinaria per il giorno 24 aprile 2019 alle ore 23.45 in Torino, corso Giovanni Agnelli 45 in prima convocazione e occorrendo in seconda convocazione per il giorno **6 maggio** stesso luogo alle ore 12.00 per discutere e deliberare sul seguente

ORDINE DEL GIORNO

1. Relazioni del Consiglio Direttivo e del Collegio dei Revisori;
2. Presentazione del bilancio al 31/12/2018 e deliberazioni relative.
3. Dimissioni del consigliere Oreglia e conseguente nuova nomina.
4. Deliberazioni inerenti l'Organo di Controllo.

Il bilancio e il conto consuntivo al 31 dicembre 2018 unitamente alle relazioni sono depositati presso la sede amministrativa in Torino, corso Giovanni Agnelli n. 45 a far data dal 10 aprile 2019.

Il Presidente
del Consiglio Direttivo
Luciano Borghesan

ZMAU, ROSATELLO E CHIEPPA STACCANO IL BIGLIETTO PER ROMA

DI BARBARA MASI

Si è chiusa nella sostanza con tanto Sporting sugli scudi, la tappa piemontese del Torneo Open femminile valido per le Prequalificazioni Internazionali BNL d'Italia che si è disputata al Circolo della Stampa Sporting. Fra le oltre centocinquanta iscritte provenienti da molto nord Italia, hanno finito per prevalere giocatrici "di casa", che siano state portacolori del Circolo della Stampa Sporting nei campionati d'eccellenza fino ancora allo scorso anno, che lo siano fedelmente tuttora, che siano in seno alla scuola come agoniste o come staff tecnico. Insomma, ce n'è per tutti i ruoli. Ad accaparrarsi la corona di regina è stata Michele Alexandra Zmau, che fino al 2018 ha difeso come una leonessa i colori a squadre dello Sporting e che ora è passata a quelli del Tennis Beinasco. In finale si è imposta per 6/2 6/3 in una finale a senso unico sulla saluzzese Camilla Rosatello, anche lei atleta di punta della formazione di A1 fino allo scorso inverno e ora nelle file del T.C. Parioli. Semifinali per le lombarde Martina Spigarelli e Federica Prati. Nel doppio la Rosatello si è presa la rivincita aggiudicandosi il titolo insieme a *Stefania Chieppa*, che festeggia con successo il rientro alle gare dopo mesi di inattività, battendo per 6/3 6/3 *Federica Joe Gardella* e *Sara Guglielminotti*, "allieve" del settore agonistico che fa capo alla scuola diretta da *Gianluca Luddi*. A Roma, al torneo di Prequalificazione Internazionali BNL d'Italia ci andranno quindi vincitrice e finalista del singolare più le vincitrici del doppio: quindi Zmau, Rosatello e Chieppa, tutte e tre più volte già qualificate in passato per l'ambito torneo del Foro Italico.

Delle giovani rampanti di casa Sporting, è da evidenziare la bella prova di *Andrea Elisa Camerano*, che nel singolare ha raggiunto i quarti di finale lasciandosi alle spalle giocatrici come Annalisa Bona (2.3) e Giuliana Bestetti (2.4), per poi arrendersi alla vincitrice.
Una curiosità: quest'anno il Torneo Open BNL ha registrato un grande incremento di partecipazione rispetto al 2018, con 163 iscritte nel singolo contro 125 e 70 coppie nel doppio contro 26.

Da sinistra, Sara Guglielminotti, Federica Joe Gardella, Camilla Rosatello e Stefania Chieppa. Nella foto in alto, il direttore Ernesto Chioatero, Camilla Rosatello, Michele Alexandra Zmau, il vicepresidente FIT Roberto Angeletta e il G.A. Venanzio Baù

SERIE B, DEBUTTO COL BOTTO!

E' toccato alle ragazze, fresche di promozione dalla Serie C nel 2018, dare il via al campionato italiano a squadre di Serie B. E lo hanno fatto nel modo migliore, battendo nell'esordio casalingo lo storico e pluri titolato T.C. Genova 1893 per 3 a 1: sono andate a segno Federica Sema su Giorgia Assereto, Ginevra Peiretti su Giorgia Ravera e il duo Chieppa/Gardella su Bona/Assereto. Che sia di buon auspicio. Per i ragazzi, rinviato l'incontro con il T.C Barletta, il debutto è in casa contro il Country Time Palermo eccezionalmente giovedì 25 aprile. Ecco il calendario degli incontri, da seguire e sostenere a bordo campo almeno nelle sfide casalinghe in programma la domenica alle ore 10:

La rosa al completo: Peiretti, Gardella, Sema, Costa, Becchio e Chieppa

SERIE B FEMMINILE
14 aprile: STAMPA SPORTING – T.C. GENOVA 1893
25 aprile: T.C. TRENTO MEDIOLANUM – STAMPA SPORTING
28 aprile: STAMPA SPORTING – T.C. CESANO
19 maggio: T.C. LIVORNO – STAMPA SPORTING
26 maggio : STAMPA SPORTING – AT VERONA
2 giugno: SPORTING CLUB SASSUOLO – STAMPA SPORTING
SERIE B MASCHILE
14 aprile: T.C. BARLETTA – STAMPA SPORTING (rinviata a data da definire)
25 aprile: STAMPA SPORTING – COUNTRY TIME PALERMO
19 maggio: STAMPA SPORTING – ACQUA PLOSE PARABIAGO
2 giugno: STAMPA SPORTING – SSD FERRATELLA
9 giugno: TENNIS MODENA – STAMPA SPORTING

A cura di
FISIO & LAB
C.so G. Agnelli 109/E
(interno cortile),
10134 Torino.
Tel 011 0864444
info@fisioelab.it
www.fisioelab.it

fisio&lab

L'ARTROSI

L'artrosi è oggi molto diffusa e può essere considerata una normale conseguenza dell'invecchiamento, a parte i casi precoci o più gravi. E' una patologia cronico-degenerativa, causa un deterioramento inizialmente a carico della cartilagine condrale e subcondrale e poi dell'osso (formazione di osteofiti), con secondaria modificazione delle superfici articolari e progressiva degenerazione dell'articolazione colpita. L'effetto sarà una limitazione crescente della motilità articolare e della biomeccanica fisiologica.
Contrariamente a quanto si pensi, l'artrosi non è una malattia infiammatoria, rappresentando quest'ultimo solo un aspetto secondario, che può o meno verificarsi.
L'eziologia è multifattoriale ed include età, sesso, professione, infortuni, obesità, ereditarietà di malattie endocrine e stile di vita. Il dolore profondo e localizzato è, con la limitazione funzionale, il principale sintomo dell'artrosi. E' causato dagli osteofiti e dalla compressione dei piccoli vasi sanguigni dell'osso, oppure ancora da microfratture spontanee. Il dolore può essere dovuto all'infiammazione dell'articolazione, qualora associata.

Cosa fare quindi? E' importante rivolgersi al fisiatra e all'ortopedico specialista. Questi valuteranno la prescrizione di farmaci, l'indicazione fisioterapica conservativa e, nei casi più gravi, quella chirurgica. La riabilitazione e la kinesiterapia hanno un ruolo molto importante per combattere l'artrosi; questa purtroppo non regredirà ma, se trattata correttamente, potrà rallentare la progressione ed evitare di divenire fortemente invalidante.

Elemento fondamentale della terapia dell'artrosi è il movimento. Questo dovrà essere condotto e controllato da professionisti sanitari, con programmi mirati di riabilitazione, idrokinesiterapia e/o ginnastica medica assistita a seconda dell'articolazione colpita. Al contrario, un'attività motoria non specifica potrebbe addirittura essere controproducente. Lo stile di vita ed il controllo ponderale sono altresì importanti per il corretto funzionamento delle articolazioni, anche in chiave di prevenzione.

Dott. Roberto Biasci *Specialista in Fisiatria*

CENTRO ACUSTICO

LARIOFON TORINO

...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)

Non sei soddisfatto del tuo vecchio apparecchio?
Noi lo supervalutiamo. Vieni a scoprire la super offerta

ti aspettiamo!

- apparecchi acustici tra i più piccoli al mondo e delle migliori marche.
- Assistenza a domicilio su richiesta.
- Riparazione Pulizia e Controllo.
- Auricolari su misura.
- Tappi antirumore su misura.
- Tappi acquastop su misura. (per piscina, doccia o mare).
- Possibilità di pratiche mutuabili.
- Cuffie amplificate, senza fili per tv.
- Fornitura di batterie per tutte le marche.
- Apparecchi acustici resistenti all'acqua.
- Fornitura a carico di ASL e INAIL.

PRESENTANDO QUESTO COUPON
AVRETE UNO SCONTO
DEL 35%

Corso Orbassano, 290/B - 10137 Torino Tel. 011.31.18.049 - Fax 011.55.34.338
Corso Fratelli Bandiera, 7/B - 12051 Alba - Tel. 0173.36.11.82

info@lariofontorino.it - www.lariofontorino.it

TORNEO SOCIALE 2019, SI CAMBIA

Il Torneo Sociale 2019 è alle porte con un'edizione rivoluzionaria volta a rinfrescarne la formula e a dare nuova linfa. Intanto le date: si inizia con le fasi eliminatorie il 6 maggio, si concluderà con l'assegnazione dei titoli in una giornata unica, domenica 14 luglio, dedicata alla disputa di tutte le finali e, magari, a convogliare pubblico sugli spalti.
Le gare saranno suddivise secondo parametri di classifica/valore stilati dai direttori tecnici del torneo, i maestri Paolo e Stefano Bonaiti:

FRA I PROTAGONISTI DEL TORNEO SOCIALE 2018:

ROBERTO GALLO, new entry e finalista nel singolare 4.1

Il giovanissimo ALESSANDRO GIULIANO, semifinalista nel singolare 4.1

TOMMASO EMANUELLI, semifinalista insieme a Luca Varisco nel doppio maschile

MASSIMO e TOMMASO REVIGLIO, padre e figlio vincitori del doppio

MASCHILE

categoria A: giocatori con classifica/valore 2.8 – 3.1 – 3.2.
categoria B: giocatori con classifica/valore 3.3 – 3.4 – 3.5
categoria C: giocatori con classifica/valore 4.1 – 4.2 – 4.3
categoria D: giocatori con classifica/valore 4.4 – 4.5 – 4.6 – 4NC
over 50 libero
over 65 libero

FEMMINILE

categoria A: giocatrici con classifica/valore 4.4 e oltre
categoria B: giocatrici con classifica/ valore 4.5 – 4.6 – 4NC

Si partirà dunque con una fase eliminatoria (da lunedì 6 maggio) con formula a girone e incontri al meglio dell'ora di gioco, che si dovrà concludere entro domenica 7 luglio. Il 14, poi, la fase finale per i 4/8 qualificati per ogni categoria, che si sfideranno in un'unica giornata. A chiudere, cena e premiazione a bordo piscina.

Le iscrizioni vanno effettuate come sempre attraverso il modulo reperibile in Portineria o sul sito **www.sporting.to.it** entro e non oltre venerdì 26 aprile. I primi tabelloni con gli orari verranno esposti in bacheca da lunedì 29 aprile. Direttore di gara, Maurizio Bonaiti.

IL SUBALPINO SI DÀ AL PADEL E APPRODA ALLO SPORTING

Ad Alberto Pastorella - fondatore del fortunatissimo Circuito Sabaudo Veterani da quest'anno ribattezzato sotto il nome di Circuito Subalpino Senior Tour, che negli ultimi anni ha rilanciato con successo l'attività Over in Piemonte – il tennis evidentemente non bastava più. Tant'è che quest'anno ha deciso di provarci anche con il padel: il circuito regionale dedicato ad

agonisti e non agonisti è stato inaugurato il 5 aprile con la tappa al Robilant Padel Torino, attualmente circolo di punta della disciplina.
Allo Sporting approderà dal **6 all'8 settembre** con la gara di doppio maschile Over 35 lim.3.1. Il calendario prevede in tutto tredici tappe, tra doppio maschile e doppio misto, entrambi riservati agli Over 35 lim. 3.1. Il Master finale, per entrambe le gare, si disputerà dal 4 al 6 ottobre in sede ancora da definire.
Le iscrizioni, come anche la locandina con tutti gli appuntamenti, vanno effettuate sul sito del TPRA padel (http://www.tpratennis.it/ITA/Home.fit).
Per partecipare occorre essere in regola con il tesseramento FIT Padel 2019.

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@VEGLIOMICHELINOEFIGLIO.COM