

QUI SPORTING

Informazioni e attività del Circolo della Stampa-Sporting a.s.d.



anno 8 numero 7

Settembre 2015

www.sporting.to.it

MENSILE - Luogo di pubblicazione: Torino. € 4,00 Poste Italiane SPA Spedizione in abbonamento postale D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n. 46) art. 1 comma 1 CNS TORINO N. 10 - 2011

Punto di partenza

Onore alle ragazze che riportano il Circolo della Stampa-Sporting in A1. Un mix di esperienza e forze nuove per un'impresa da applausi, vissuta con coraggio e stile. Ricorderemo per molto tempo la giornata in cui, in un'alternanza di emozioni, il gruppo guidato da Gigi Bertino ha superato il Park Genova nel doppio finale di spareggio. Oltre ad essere stata trionfale, la giornata ha anche evidenziato la bella atmosfera di gruppo instauratasi all'interno della rinnovata Scuola Tennis. Molti ragazzi e ragazze, non solo della sezione agonistica, hanno assistito agli incontri, scatenando insieme ai soci un tifo allegro e trascinante. E' stata anche una bella pagina di sport quella vissuta domenica 28 giugno, dove ha regnato lo sport vissuto con correttezza dentro e fuori dal campo. Ora aspettiamo la crescita di tutte quelle altre promesse dello sport dei "gesti bianchi" che il brillante staff maestri sta guidando, competizione dopo competizione, a vivere con passione e intensità positiva.

ALESSANDRO ROSA

È A1!

Finalmente A1. Dopo sedici anni consecutivi di Serie A2, le ragazze del Circolo della Stampa - Sporting conquistano sul campo il massimo campionato italiano a squadre. L'unica parentesi in A1 era stata nel 2011, ma per ripescaggio. Pertanto la promozione conquistata dopo un girone da imbattute, un play off da teste di serie e un doppio di spareggio in tre set al termine di undici ore di gioco nell'ultima giornata casalinga contro il Park Tennis Genova, ha un sapore diverso. E gustosissimo. Un campionato partito senza grandi aspettative, che tra vittorie e pareggi ha portato il team direttamente all'ultimo turno di play off contro le avversarie liguri, con un ennesimo pareggio nell'andata a Genova e la vittoria definitiva per 3 a 2 nel ritorno, in casa. E' una Serie A1 che sa di tante prime volte, nella sua conquista: quella dell'esordio della nostra giovane Federica Joe Gardella (che da campionessa a squadre Under 12 nel 2009 prosegue la sua ascesa con i colori del Circolo) e del nuovo acquisto Michele Alexandra Zmau, che dal prossimo anno avrà il vantaggio di essere schierata con passaporto italiano, di Luigi Bertino in veste di capitano della squadra e di Gianluca Luddi collaboratore tecni-

co sul campo. Ed è anche la prima A1 sul campo per Stefania Chieppa, Alice Canepa e Giulia Casoni, da anni tra le file del Circolo e negli anni più volte a un passo dal conquistarla, e per la greca Despina Papamichail, giunta tre anni fa a rinfrescare il gruppo. "La nostra forza è stata l'interscambiabilità delle giocatrici che ci ha fatto chiudere il girone da imbattute anche contro avversarie più quotate sulla carta: fra gli incontri c'è stato anche il pareggio col Beinasco, l'altro neo promosso in A1." Un'interscambiabilità valida anche in panchina: "Come capitano ho potuto contare sull'esperienza di un tecnico come Gianluca Luddi, alla guida proprio del doppio della vittoria." Eccole, le nostre protagoniste, nelle parole del loro capitano Luigi Bertino.

BARBARA MASI



ALICE CANEPA



Nata a Finale Ligure il 30 aprile 1978. Best ranking WTA, n. 158 in singolo e n. 93 in doppio nel 2000. Collezione 24 titoli in carriera (5 in singolo e 19 in doppio). Nel 1994 a Palermo, proprio insieme a Giulia Casoni, arrivò in finale, dove le due si arresero al duo Dragomir/Garrone. Si è ritirata dalle gare internazionali nel 2007, divenendo col tempo mamma di tre bimbi. "E' stata determinante nella fase a gironi, ma soprattutto nella giornata finale contro il Park Genova dove, in coppia con Giulia Casoni ha portato il punto decisivo nel doppio di spareggio. Preziosissimi i suoi suggerimenti durante l'intera durata della manifestazione e la sua carica agonistica".

GIULIA CASONI



Nata a Ferrara il 19 aprile 1978. Best ranking, n. 83 nel 2001, con 4 titoli ITF in singolo e 3 WTA in doppio in carriera e numerose partecipazioni ai tornei del Grande Slam, dove è arrivata al terzo turno di Roland Garros e U.S. Open nel 2000. Mamma di due bimbi, proprio quest'anno Giulia è giunta all'ottavo anno consecutivo con i colori del circolo. "Ha giocato tutti i doppi del campionato e due singolari, confermando di essere una giocatrice di grande esperienza e di forte personalità. Eroica oserei dire nella giornata conclusiva, dove oltre a giocare per oltre 8 ore, ha saputo dosare le energie fisiche e mentali presentandosi ancora fresca per il doppio di spareggio".

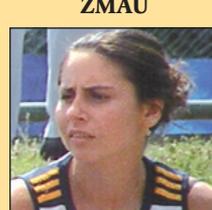
DESPINA PAPAMICHAIL



Nata il 9 febbraio 1993 ad Atene. Attuale ranking WTA, n. 378 in singolo, n. 201 in doppio. Si allena a Jesi con il coach Massimiliano Albarella. In carriera ha vinto 3 titoli ITF 10.000 \$ in singolo e 4 in doppio. Difende i colori del Circolo della Stampa Sporting dal 2013. "Despina è una ragazza molto simpatica, che ha fatto dei buonissimi progressi nell'ultimo anno. In singolare non ha mai perso un incontro per tutta la durata del campionato e ha confermato di essere la nostra giocatrice numero uno nonostante un infortunio incorso a inizio anno."



MICHELE ALEXANDRA ZMAU



Nata il 22 maggio 1996 a Iasi, in Romania. All'attività nei tornei ITF da 10.000 \$ affianca quella nei tornei Open, di cui collezione tot titoli solo quest'anno. "Ha ottenuto di recente il suo primo punto della classifica mondiale WTA nel torneo 10.000\$ di Iasi in Romania; giocatrice completa tecnicamente e di grande personalità e grinta, ha vinto tutti i singolari e i doppi da lei giocati, alternandosi degnamente alla Papamichail come giocatrice straniera."

FEDERICA JOE GARDELLA



Nata il 21 febbraio 1997 a Torino. Intensa attività internazionale Juniores, accanto al titolo italiano a squadre Under 12 e a quello di doppio individuale Under 13, con un ranking Juniores ITF di n. 303 e diversi titoli e finali in doppio. "E' la più giovane di tutta la squadra e rappresenta il frutto del vivaio rosa targato Sporting. Ha giocato sempre nella fase a gironi in singolare dove, oltre a consentire alla Casoni di entrare "riposata" nei doppi, ha fatto delle importanti esperienze che le torneranno utili in futuro soprattutto in previsione della Serie A1 del prossimo anno."

STEFANIA CHIEPPA

E' nata a Torino il 5 aprile 1983. Il suo best ranking è n. 399 WTA in singolo e n. 203 WTA in doppio. Nei tornei ITF 10.000 \$ collezione due vittorie e quindici finali in singolare e diciotto vittorie in doppio, oltre alla medaglia di bronzo ai Giochi del Mediterraneo e al titolo ai campionati italiani di doppio 2^ categoria insieme ad Alice Canepa. "Trascinatrice indiscussa di tutta la squadra, ha saputo conciliare al meglio i suoi impegni di giocatrice con quelli di consulente tecnico e di sostenitrice. Fondamentali le sue vittorie durante la manifestazione e sopra tutte la partita finale contro la Schafer dove ha lottato per oltre tre ore sfiorando di poco la vittoria solo domata dai crampi."



PALESTRA

TUTTI IN FORMA CON PILATES E DANCE EMOTION

Con la ripresa a settembre della regolare attività in palestra, a ottobre riparte il corso di Pilates con un "incontro omaggio" **lunedì 27 settembre** alle ore 13.15, 14.15, 17.30. Il programma di esercizi propone lavori concentrati sui muscoli posturali che sono essenziali a fornire supporto alla colonna vertebrale. Questa tecnica è rivolta a coloro che hanno spesso mal di schiena o a chi piace prendere cura del proprio corpo o, meglio, allenarsi in modo specifico per migliorare la propria performance nello sport. Dopo il successo riscosso a giugno, torna anche il corso di Dance Emotion, il fitness che diventa ballo e che propone danza, divertimento e dimagrimento in una sola attività. Il corso resterà gratuito ancora a settembre, con inizio **il 10 settembre**.



SABATO 5 E DOMENICA 6 SETTEMBRE - ORE 9

Sporting

> A favore della raccolta di fondi per la ricerca contro il tumore al seno, tornei di tennis e di paddle per un week-end di gare promosso dalla nuova Breast Unit dell'Ospedale Sant'Anna di Torino. Iscrizioni entro il 2 settembre.

GIOVEDÌ 10 SETTEMBRE - ORE 20.30

Sporting

> Ancora un evento dedicato alla raccolta di fondi per la Breast Unit del Sant'Anna: un mega party di fine estate a bordo piscina con musica dal vivo, apericena, premiazione dei tornei di paddle e tennis e asta di beneficenza.

SABATO 26 SETTEMBRE - ORE 9

Sporting

> Torna in campo il "Master Challenger" riservato ai migliori otto giocatori Under 12, 14 e 16 maschili e femminili del circuito regionale federale "CHALLENGER 2015". Gli aventi diritto a partecipare in base alla classifica finale del circuito riceveranno comunicazione da parte della FIT.

NOTA BENE

IN SEGRETERIA I PERMESSI PER IL PARCHEGGIO 2015/2016

Si avvisa che, in relazione al campionato di calcio di Serie A, sono in distribuzione in Segreteria i tagliandi 2015/2016 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).

INSIEME PER LA BREAST UNIT AL SANT'ANNA

In collaborazione con la Fondazione Crescere Insieme al Sant'Anna, a settembre il Circolo della Stampa Sporting ospiterà alcuni appuntamenti di sport ed eventi il cui ricavato verrà devoluto a una causa importante come la ricerca contro il tumore al seno. Da pochi mesi è infatti stato inaugurato all'Ospedale Sant'Anna di Torino il nuovo reparto "BREAST UNIT", il più grande centro pubblico d'Italia per la ricerca e la cura del cancro al seno. La Fondazione Crescere Insieme al Sant'Anna ha sposato questa causa.

Nel week-end del 5 e 6 settembre si scenderà quindi sui campi di tennis e di paddle all'insegna della beneficenza: in programma, tre tornei di tennis (un doppio maschile limitato 3.3, un doppio misto limitato 3.3 e un doppio misto limitato 4.3) e due tornei di paddle (un doppio maschile e un doppio misto). La due giorni di gare culminerà poi nella serata **di giovedì 10 settembre** con un grande party a bordo piscina: cena, apericena, musica dal vivo, premiazione dei tornei, grande asta di beneficenza e ancora altre sorprese che verranno comunicate più avanti. Il ricavato servirà a contribuire all'acquisto di una nuova attrezzatura per portare importanti innovazioni nella cura del tumore a seno. Le iscrizioni alle gare dovranno pervenire a Paolo Bonaiti (email p.bonaiti@sporting.to.it /fax 011 3245411/wa 339 6258010) **entro il 2 settembre**.



CARTE

Martedì 8, 15, 22, 29	ore 15.30	<i>Sporting</i>	Torneo di Bridge
Martedì 1, 8, 15, 22, 29	ore 21	<i>Sporting</i>	Torneo di Burraco
Giovedì 3, 10, 17, 24	ore 15.30	<i>Sporting</i>	Torneo di Bridge didattico
Giovedì 3, 10, 17, 24	ore 21	<i>Sporting</i>	Torneo di Burraco
Venerdì 8, 15, 22, 29	ore 21	<i>Sporting</i>	Torneo di Burraco

COERISAS

dal 1979

COSTRUZIONI E RISTRUTTURAZIONI

- **RISTRUTTURAZIONE DI IMMOBILI CHIAVI IN MANO CON DETTAGLI E FINITURE DI PREGIO**
- **RESTAURO CONSERVATIVO DI IMMOBILI D'EPOCA**
 - **RESTAURO FACCIATE**
- **RIFACIMENTO COPERTURE** • **NUOVE COSTRUZIONI**

PREVENTIVI GRATUITI

Maestranze qualificate ed assicurate

Professionalità, organizzazione e puntualità. Sicurezza ed impiego dei migliori materiali

Uffici: Via Trecate 9, Torino.

Tel: 011/7740261 Fax: 011/7726498 Mob: 335.7799271

www.coerisas.com email: infocoeri@gmail.com



Borin a un passo dal 1° Trofeo Circolo della Stampa Sporting

E' il quindicenne Matteo Berardi, portacolori dell'ASD Carmatennis di Carmagnola, il vincitore del 1° Trofeo Circolo della Stampa - Sporting, il torneo di 3ª categoria maschile organizzato per la prima volta dal Circolo della Stampa - Sporting. Centocinquanta i partecipanti, e fra loro molti padroni di casa in lizza per il titolo. E ad andarci più vicino di tutti è stato *Maurizio Borin*, giunto in finale dopo la vittoria nel derby casalingo contro *Marco Guerriero*, numero 2 del see-

ding, per 6/2 7/6. Berardi si è imposto in finale per 6/3 6/4, dopo aver battuto in semifinale il favorito del tabellone Agostino Chieppa in tre set per 7/5 0/6 6/4. Ad andare più avanti in tabellone, fra portacolori e soci Sporting, sono stati *Stefano Motta* e *Alessandro Scarabosio*, giunti negli ottavi.



I G.A. del torneo Venanzio Baiù, Maurizio Bonaiti e Marina Toselli con Maurizio Borin e il vincitore Matteo Berardi.



Il derby di semifinale fra Marco Guerriero e Maurizio Borin.

CAMPIONATI VETERANI, BRONZO PER GLI OVER 70



Gli Over 70 Luciano Bidoggia, Gianni Mantineo, Marco Francalanci e Tito Morsero.

Sei le squadre Over qualificate ai tabelloni nazionali dei campionati italiani a squadre di categoria, solo una è approdata al girone finale per il titolo dove ha conquistato il terzo posto assoluto. Si tratta della formazione Over 70 (*Gianni Mantineo, Luciano Bidoggia, Tito Morsero e Marco Francalanci*) che grazie alle vittorie su C.T. Grizzly e T.C. Quartara si è qualificata per la final four di Ca' del Moro (Venezia) dove ha conquistato il bronzo rispettivamente alle spalle di Fossadalbero e Canottieri Roma,

davanti a C.T. Eur.

Lo stop al primo turno è arrivato invece per le formazioni Over 55 (*Vittorio Sansonetti, Roberto Maschio, Alberto Taraglio, Marco Aguggia, Paolo Riva, Luigi Conte*), stoppata dai fiorentini dell'ASD Assi Giglio Rosso, e Over 50 (*Alessandro Busca, Giuseppe Del Sorbo, Gianni Paladino, Andrea Ghiglia, Massimo Reviglio*), battuta dal T.C. Trani. L'Over 45 (*Pietro Garibaldi, Stefano Motta, Massimo Nannini, Cesare Peiretti e Antonio Zamparelli*) dopo la strepitosa vittoria in trasferta al

T.C. Catania, si è arreso in casa al T.C. Scaligero, e l'Over 65 (*Manlio Accornero, Venanzio Baiù, Paolo Conte, Francesco Colombrita e Luciano Bidoggia*) dopo il successo salentino sul T.C. Calimera ha ceduto all'AT Garden al secondo turno. Fuori al secondo turno del tabellone nazionale anche le Ladies (*Paola Dellepiane, Paola Misiano, Patrizia Serasso, Veronica Paganini, Cristina Gambarino*), per mano del Monviso Sporting Club, in realtà già battuto nella fase a girone.

CONGRATULAZIONI A...

ALESSANDRO BUSCA E GIANMARCO AMICO

Dopo il successo nel 2013, il duo *Alessandro Busca e Gianmarco Amico* hanno conquistato un'altra volta il Torneo Rodeo di doppio maschile lim. 3.3 che dava diritto a disputare la finalissima all'Harbour Club di

Milano per il pass nel tabellone del doppio maschile dell'ATP Challenger. Allo Sporting Busca e Amico hanno dominato in finale Bertello/Nunziante, mentre nell'ultimo atto a Milano si sono arresi a Mezzadri/Campi.

FEDERICO MOINE

Dopo anni di assenza dalle gare, *Federico Moine* è rientrato alla grande all'attività agonistica con la vittoria nei tornei 4.1 al Green Park: dopo la disputa di ben dieci turni in tabellone, il nostro Revisore dei Conti si è imposto in tre set su Marco Motta conquistando il titolo e ben presto... una classifica FIT!



GIUSEPPE DEL SORBO



Davvero inarrestabile la corsa internazionale di *Giuseppe Del Sorbo* nel circuito ITF Over 50: il nostro avvocato si è imposto nel torneo di Rapallo battendo in finale il 2.8 Luca Lanzarotta al termine di una

maratona in tre set sotto il sole a 34 gradi, mettendo in tasca anche punti preziosi per la classifica FIT del prossimo anno. E, soprattutto, conquistando la 65ª posizione del Ranking mondiale Over 50!

MARCO FRANCALANCI

Campione italiano! Il nostro Over 65 ha conquistato il tricolore di categoria ai campionati italiani AGIT (Giornalisti

Italiani Tennisti) disputati a Castiglione della Pescaia, con la brillante vittoria sul plurititolato Mauro Mosconi.

CARLOTTA COLOMBO E CHIARA SANGIORGIO

Seppure con i colori del Master Club, le nostre "socie" storiche *Carlotta Colombo e Chiara Sangiorgio* si sono classificate terze nel campionato italiano a squadre Ladies dietro a T.C. Firenze, T. C. San Quirichino e davanti a Monviso Sporting Club.



COPPA PRIMAVERA, CARETTO/DALL'AGLIO FANNO IL BIS

Stefania Caretto ed *Emanuele Dall'Aglio* hanno conquistato per la seconda volta consecutiva la Coppa Primavera di doppio misto. I due si sono imposti nel master finale a quattro, seguiti rispettivamente dalle coppie *Bartolo Bresciano/Luisella Bresciano, Vincenzo De Carlo/Graziella Bonardo, Fabio Zucchetti/Paola Tabasso*.



RACCHETTA D'ORO, SPORTING PROTAGONISTA

Anche quest'anno man bassa di titoli per i portacolori dello Sporting alla storica Racchetta d'Oro. Sul podio *Stefania Chieppa e Alessandro Colella*, trionfatori nell'Open femminile e maschile, *Stefano Reitano*, vincitore nel doppio Open in coppia con Alessandro Giuliano, i fratelli *Nikolaus e Christopher Caldo*, finalisti nello stesso doppio.

DISPONI
OGGI

per non impegnare
i tuoi cari domani

CENT'ANNI
Cerimonie Programmate in Vita



GIUBILEO
L'ARTE DELL'ULTIMO SALUTO

011.8181
centanni@giubileoar.it



GIUBILEO



TORINO DESIGN, POTENZA ED ELEGANZA A BORDO PISCINA

Roberto Piatti - fondatore, CEO e Managing Director di TORINO DESIGN - e la sua ultima creazione - la Super Car presentata a giugno nell'ambito di "Parco Valentino - Salone & Gran Premio" - sono stati i protagonisti di una vivace serata a bordo piscina nell'ambito di uno degli appuntamenti Happy Drink Pink a cura di Città

del Gusto Torino Gambero Rosso. Nell'occasione lo scrittore **Decio Carugati** e il responsabile della pagina motori de "La Stampa" **Piero Bianco** hanno ripercorso le principali e più apprezzate opere di Roberto Piatti raccolte nel libro "Il car design verso nuovi orizzonti. **Roberto Piatti** e il caso Torino Design".



Da sinistra: Teo Mennuti (Italian Padel Movement), Alberto Taraglio, Stefania Indemini, Paolo Bonaiti, Enzo Dau (ASC Torino), Marcello Motta, Roberto Savio e Giancarlo Maccagno.

PADDLE

LO SPORTING VICECAMPIONE A SQUADRE!

Secondo posto per il Circolo della Stampa Sporting nel 1° campionato provinciale a tappe del circuito internazionale di paddle itinerante organizzato da Padel Italian Movement sotto l'egida di ASC Torino. Il titolo è andato a Progetto Padel Cus Torino che in finale si è imposto sullo Sporting per 2 a 1. Il team del Cus Torino si è appropriato del primo doppio maschile con la vittoria dell'argentino Yuri Leonik e Fulvio Raspino per 6/0 6/1 su **Alberto Taraglio** e **Roberto Savio**, a cui è seguito il pareggio dello Sporting con il successo nel doppio misto di **Paolo Bonaiti** e **Stefania Indemini** su Ramon Abascia e Simona Impagliazzo per 6/3 7/6. Il doppio decisivo, infine, è stato appannaggio di Progetto Padel Cus Torino, con il duo composto dall'argentino Luis De Barros e dal brasiliano Claudio Del Grosso che si sono imposti su Marcello Motta e Giancarlo Maccagno 6/3 7/5. Intanto Paolo Bonaiti e Alessandro Zoppo "sconfinano" in ambito internazionale: i due hanno preso parte alla tappa del circuito internazionale Padel Experience by Madison che si è disputata al Master Club Torino, dove si sono arresi negli ottavi al duo Savoldi/Cattaneo, poi vincitori della tappa in finale su De Barros Silva/Delgrosso.



Alessandro Zoppo e Paolo Bonaiti

CHI SIAMO

SILVIO FERRERO, L'ARTE TRA BAROCCO E CONTEMPORANEO

L'architetto Silvio Ferrero è l'ideatore di una delle esposizioni più originali e innovative dell'estate torinese: "Arte alle Corti" è una vera e propria mostra "diffusa" sul territorio, o meglio nei cortili dei più bei palazzi aulici di Torino in cui vengono esposte le opere di una ventina di artisti contemporanei, molti dei quali torinesi. La visita a cielo aperto, attraverso una sorta di passeggiata in alcuni dei più bei cortili e giardini fino a oggi chiusi al pubblico, rappresenta ogni volta una doppia scoperta: si va dalla vecchia imbarcazione da pesca dell'artista romana Elisabetta Benassi nel cuore del barocco Palazzo Carignano al gigantesco "Alveare" di Jessica Carroll nel cortile del Municipio, dal Sculpture Garden nel giardino di Palazzo Cisterna all'installazione teatrale di Luigi Mainolfi "Colonne di Maggio" tra le rovine archeologiche dell'antico teatro romano di Augusta Taurinorum, sconosciuto alla maggior parte dei torinesi. La mostra si visita fino al 10 novembre, ma "vogliamo farla diventare una manifestazione fissa, magari biennale" dichiara il nostro Silvio. L'intento è di creare un dialogo fra architettura barocca e arte contemporanea per far conoscere le nostre bellezze che, da buoni torinesi, non decantiamo mai abbastanza. Un modo per animare i cortili e magari creare un format da esportare anche altrove.

sciuoto alla maggior parte dei torinesi. La mostra si visita fino al 10 novembre, ma "vogliamo farla diventare una manifestazione fissa, magari biennale" dichiara il nostro Silvio. L'intento è di creare un dialogo fra architettura barocca e arte contemporanea per far conoscere le nostre bellezze che, da buoni torinesi, non decantiamo mai abbastanza. Un modo per animare i cortili e magari creare un format da esportare anche altrove.



Silvio Ferrero, a destra, con l'amico e socio Nicola Sassi.

Movement sotto l'egida di ASC Torino. Il titolo è andato a Progetto Padel Cus Torino che in finale si è imposto sullo Sporting per 2 a 1. Il team del Cus Torino si è appropriato del primo doppio maschile con la vittoria dell'argentino Yuri Leonik e Fulvio Raspino per 6/0 6/1 su **Alberto Taraglio** e **Roberto Savio**, a cui è seguito il pareggio dello Sporting con il successo nel doppio misto di **Paolo Bonaiti** e **Stefania Indemini** su Ramon Abascia e Simona Impagliazzo per 6/3 7/6. Il doppio decisivo, infine, è stato appannaggio di Progetto Padel Cus Torino, con il duo composto dall'argentino Luis De Barros e dal brasiliano



ARRIVA PEPERO', LA SAGRA DEL PEPERONE

Dopo la collaborazione con il Circolo della Stampa Sporting per gli aperitivi estivi di Happy Drink Pink, il peperone di Carmagnola torna protagonista di fine estate nella storica Sagra del Peperone che da quest'anno, giunto alla 66ª edizione, prende il nome di Peperò e si lega a numerosi eventi sparsi

sul territorio: dal 28 agosto al 6 settembre un festival con dieci giorni di appuntamenti gastronomici, culturali e artistici che hanno per testimonial il critico enogastronomico Paolo Massobrio. Nella foto, la conferenza stampa di presentazione di Peperò che si è svolta al Circolo della Stampa Sporting.

A TORINO, il BIOLOGICO è sempre più vicino a te!



NUOVA APERTURA

In Corso Adriatico, 26
Torino

VIENI A TROVARCI CON QUESTO COUPON

Riceverai subito la **GIFT CARD** NUOVA APERTURA



Un nuovo modo di fare la spesa

www.biobottega.it

Corso Adriatico

BIOBOTTEGA

il tuo bio quotidiano

DA NOI BIO È BUONO E CONVIENE TUTTI I GIORNI VIENI A TROVARCI!

Per orari o informazioni telefonare al 011/318.03.21
biobottega.adriatico@gmail.com

QUI 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 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 Svizzera 189/A 10149 Torino
Stampa Alma Tipografica Via Frabosa 29/B 12089 Villanova Mondovì (CN)
N. Roc 25222 del 13/01/2015 Art. 16 Legge 7/3/2001 N° 62

Falsi miti e vecchie convinzioni

“**N**o pain, no gain!”, oppure “Per resistere sul campo si deve diventare come un maratoneta!”, o ancora “L'unico modo per tirare forte è sollevare tanti pesi in palestra!”. Tante volte sui campi da tennis e nei discorsi tra appassionati si sono ascoltate frasi analoghe; è solo in tempi molto recenti, infatti, che la preparazione fisica complementare al tennis è divenuta una

branca della metodologia dell'allenamento con proprie regole basate su fondamenti scientifici. Venti o trenta anni fa il coach di tennis era convinto che il lavoro svolto dal proprio tennista dovesse farlo diventare *forte come un culturista, veloce come uno sprinter e resistente come un maratoneta*; oggi sappiamo che il giocatore deve allenarsi per migliorare le **Capacità motorie**

(*Forza, Velocità, Resistenza e Flessibilità composta*), ma nel nostro caso vanno applicate secondo schemi e situazioni motorie **specifiche per il tennis**. Le esercitazioni eseguite dai tennisti dell'epoca di Borg e McEnroe non erano **sbagliate** in assoluto, ma la ricerca scientifica non si era ancora occupata del nostro sport dal punto di vista dei principi biomeccanici e fisio-

logici. Vediamo come alcune vecchie convinzioni siano state confutate ed altre, recenti, ne abbiano preso il posto. Analizziamo, ad esempio, la RESISTENZA e la FORZA. Per l'analisi di altri fattori (VELOCITÀ, FLESSIBILITÀ ecc.) consulta il BLOG del Circolo della Stampa Sporting su www.sporting.to.it

PROF. LUIGI CASALE

RESISTENZA

Secondo le VECCHIE convinzioni

L'esercitazione principale per il suo miglioramento era l'effettuazione di lunghi tratti di corsa a velocità costante, in pista o per strada, svolta per aumentare la capacità dell'organismo di resistere alla fatica.

Per quali ragioni non è più consigliabile:

Le ricerche hanno evidenziato che il tennista utilizza, durante il match, solo una parte della sua Potenza aerobica (VO₂ max); questa vecchia tipologia di allenamento migliorava solo la resistenza nella corsa continua e svolta in linea retta.

Secondo le NUOVE metodologie

Una delle modalità di allenamento adatto anche per il tennis è il cosiddetto lavoro intermittente. Si tratta di svolgere 10 - 15 ripetizioni di 10 - 20 secondi di spostamenti veloci nel campo da tennis interrotti da altrettanti secondi di corsa lenta.

Perché è più utile al giocatore:

Con questa nuova metodica la resistenza del tennista viene allenata duramente con spostamenti che riproducono esattamente le modalità di gioco: simulazioni dei colpi e recupero incompleto tra le diverse fasi di gioco.



Il cosiddetto lavoro intermittente, ossia ripetizioni di spostamenti veloci sul campo da tennis alternati a corsa lenta, è una delle modalità di allenamento della resistenza.

FORZA

Secondo le VECCHIE convinzioni

Per il miglioramento di questa capacità molti tennisti frequentavano le palestre di “body building” soprattutto nel periodo invernale, con lo scopo di aumentare la massa muscolare di alcuni zone che si ritenevano essere più importanti: il petto, le braccia e le cosce. Una delle esercitazioni preferite era la distensione del bilanciere sulla panca piana.

Per quali ragioni non è più consigliabile:

Il miglioramento della potenza dei colpi tennistici non è direttamente proporzionale al volume del ventre muscolare, così come i pettorali e i bicipiti dei migliori giocatori non sono più sviluppati rispetto a quelli di altri sportivi. Le troppe ore spese in palestra “gonfiavano” ma irrigidivano i muscoli dei giocatori, tanto che alcuni allenatori intuivano il rischio di infortuni e di peggioramento della fluidità dei colpi.

Secondo le NUOVE metodologie

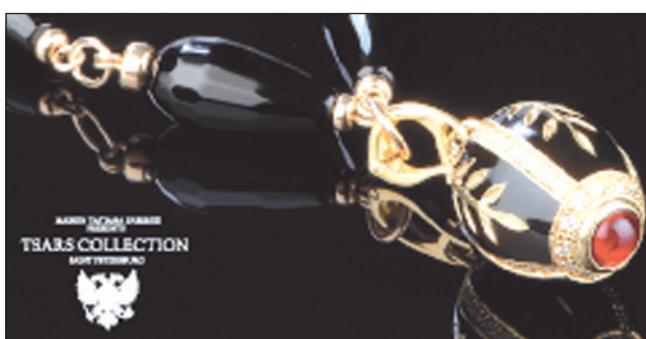
Il principio fondamentale delle nuove metodiche per i tennisti è che deve essere migliorata l'espressione di forza dell'intero movimento e non del singolo gruppo muscolare. Esercizi come le ripetizioni veloci di massime pieghe sulle tavolette e slanci in alto dei manubri, o simulazione dei colpi a rimbalzo eseguiti al cavo basso sono molto più utili al giocatore, rendendo i muscoli utilizzati nel gioco più forti ed elastici.

Perché è più utile al giocatore:

Rafforzare i principali muscoli funzionali allo specifico gesto sportivo è una metodica più rapida e che evita la maggior parte degli infortuni; i muscoli rimangono elastici e veloci, e si evita di appesantire il corpo con inutili zavorre. Lo sviluppo ipertrofico di alcuni tennisti moderni è - nella maggior parte dei casi - dovuto a fattori ereditari.



Le nuove metodiche per i tennisti migliorano l'espressione di forza dell'intero movimento e non del singolo gruppo muscolare.



LAZZARI
GIOIELLI

Torino via Barletta 47 - 011 320574 - info@lazzarigioielli.it



RECORD SUL PODIO DEL "TROFEO TENNIS FIT KINDER+SPORT"

La tappa del Circolo della Stampa Sporting del celebre circuito nazionale giovanile si è conclusa con un record per i portacolori del Circolo, che mai erano stati così tanti sul podio. Ecco i migliori, fra finalisti e vincitori, su un totale di 230 partecipanti fra maschi e femminine:

- FILIPPO CALLERIO**, vincitore Under 10
- TERESA CINQUINO**, vincitrice Under 10
- MARGHERITA COSTA**, finalista Under 10
- MARTA MANZI**, finalista Under 11
- ELIZA VASILICA**, vincitrice Under 12
- GIORGIO GALLIZIO**, finalista Under 13
- LUCREZIA PAPALE**, finalista Under 14
- PIERLUCA LANDO**, vincitore Under 14
- MATILDE MULATERO**, vincitrice Under 16
- CAROLA RAINERI**, finalista Under 16
- PIETRO PIRAS**, finalista Under 16

L'appuntamento ora è con il Master Nazionale in programma al Foro Italo di Roma, dal 25 luglio al 2 agosto, a cui si sono qualificati tutti i finalisti e i vincitori di ogni singola tappa del circuito Trofeo Tennis Fit Kinder+Sport, compresi quindi anche molti nostri giovani allievi della scuola tennis. Sul prossimo numero di Quisporting, dunque, tutti i risultati e le foto dei nostri ragazzi!



Marta Manzi



Carola Raineri e Pietro Piras



Pierluca Lando e Lucrezia Papale

CORSI DI TENNIS 2015/2016, È GIÀ BOOM DI ISCRIZIONI!

Pronti a ripartire? **Lunedì 21 settembre** partono i corsi di tennis della stagione 2015/2016 con un boom di richieste di iscrizione già a giugno: motivo per cui è meglio affrettarsi a dare la propria adesione per trovare posto e per permettere un'organizzazione ottimale in relazione a giorni, orari e gruppi di lavoro. La riunione con genitori e ragazzi per la presentazione della nuova stagione di corsi è in programma **giovedì 10 settembre alle ore 18.30**, ma è meglio non aspettare: chi non l'avesse ancora fatto, provveda al più presto a consegnare in Segreteria il modulo di iscrizione scaricabile dal sito www.sporting.to.it nella sezione TENNIS SCHOOL: è sufficiente indicare il numero di volte che si intende giocare alla settimana, per la definizione degli orari ci sarà poi modo di valutarli in un secondo tempo insieme ai maestri. Affrettatevi, dunque! Chiedi in Segreteria il volantino e il modulo di iscrizione.

L'ESTATE ALLO SPORTING CONTINUA ANCHE A SETTEMBRE!

Ricordiamo che dal 31 agosto all'11 settembre c'è ancora la possibilità di iscriversi all'attività dell'Estate Ragazzi: basta compilare il modulo e consegnarlo in Segreteria entro il giovedì precedente la settimana prescelta. Il modulo è scaricabile dal sito www.sporting.to.it nella sezione TENNIS SCHOOL.



FEDERICO LUZZO



Quest'anno il Trofeo Kinder + Sport ha portato delle belle soddisfazioni a Federico: dopo il secondo Premio Fair Play conquistato nella tappa dello Sporting, si è imposto nella finale al Monviso Sporting Club battendo 6-0 6-1 il 3.5 Raffaele Lionetti.

ALESSIA BELLOTTI



A un passo dal titolo, Alessia si è proclamata vicecampionessa regionale Under 13 al Vehementia Tennis Team di Lagnasco.

IN PRIMO PIANO

UNDER 16 FEMMINILE



Titolo regionale a squadre per la formazione Under 16 femminile che ha sorriso con la vittoria per 3 a 0 sul T.C. Biella che ha regalato lo scudetto piemontese 2015. Congratulazioni a *Ginevra Peiretti, Martina Becchio, Iole Sibona e Harriet Hamilton* che si apprestano ora ad affrontare la fase nazionale.

UNDER 12



Federica Rosetti, Eleonora Bonaiti, Davide Peres e Francesco Turco hanno conquistato ad Alessandria il titolo del 1° campionato promozionale a squadre Under 12 per Scuole Tennis, riservato a giovanissimi non ancora Agonisti.

ELIZA VASILICA



Un luglio scoppiettante per la nostra Eliza, vincitrice del Champions Bowl Under 12 allo Sporting Borgaro e del tabellone Under 12 del Trofeo Kinder+Sport sui campi dello Sporting.

TENNISTI ALLO SPECCHIO

con la videoanalisi a cura di Danilo Pizzorno e Riccardo Piatti

IL PRIMO MOVIMENTO NEL ROVESCIO



Analizzando un campione di 12.000 tennisti, è risultato che quasi il 70% dei giocatori nella fase di primo movimento non crea la torsione delle spalle, il che provoca una serie di errori a catena.

È determinante nell'inizio del primo movimento creare la torsione separando le spalle dalle anche sia per il rovescio a una mano che a due. In questo punto chiave si stabilisce tutto il percorso corretto del movimento e diventa fondamentale la base ampia degli appoggi in quanto una maggiore stabilità porta il giocatore ad arrivare al massimo caricamento con una torsione delle spalle ottimale e le braccia in decontrazione.

Udito. Staff di specialisti e tecnici di alto livello pronti a trovare il rimedio giusto ad ogni problema

Lariofon, la soluzione ai problemi di udito

La novità è il sistema acustico Post Auricolare Canale MPS, nuovissimo, esclusivo e brevettato che arriva direttamente dagli Stati Uniti e di cui Lariofon è il rivenditore esclusivo nella regione Piemonte

Una soluzione concreta e moderna per chi ha problemi o difficoltà relativi all'udito è rappresentata da Lariofon, il centro italiano che da trent'anni si occupa di assistenza contro la sordità e della vendita di apparecchi acustici delle migliori marche. Lariofon rappresenta la soluzione per chi è affetto da problemi all'apparato uditivo. Nella città di Torino la sede è in corso Orbassano 290/B ma è presente anche nelle città di Alba e di Como. Oggi la novità di Lariofon è il sistema acustico Post Auricolare Canale, nuovissimo esclusivo e brevettato che arriva direttamente dagli Stati Uniti del quale Lariofon è rivenditore esclusivo nella regione Piemonte. Questo nuovo sistema acustico riesce a garantire qualità del suono naturale, oltre ad una minore distorsione. Riesce inoltre ad assicurare un bassissimo livello del rumore, una grande fedeltà acustica e all'eliminazione dell'effetto rimbombo, dando subito la sensazione di un condotto libero.

Facile e comodo da portare, anche dal punto di vista estetico questo tipo di apparecchio ha il vantaggio di essere praticamente invisibile ed è ovviamente progettato per il massimo comfort-Nano Technology Mps-protezione totale contro umidità, sudore e corrosione. Tutto ciò che riguarda l'udito è da tenere sotto controllo con particolare attenzione, la prevenzione è fondamentale per certe problematiche legate al sistema uditivo. Lo sanno bene i professionisti di Lariofon: nel corso della vita l'udito può infatti ridursi a causa di una lunga serie di fattori e proprio per questo è necessario "dargli una mano", ovviamente avvalendosi dell'ausilio della tecnologia moderna. Lariofon rappresenta la risposta ideale per risolvere tutta una serie di problemi legati all'udito. Il Centro garantisce infatti un'assistenza a 360 gradi sia dal punto di vista tecnologico utilizzando i migliori e innovativi prodotti esistenti sul mercato, sia come formazione

professionale, preparando i propri tecnici, investendo tempo e risorse per aggiornamenti continui e strumenti innovativi che permettono di lavorare con migliori risultati. Inoltre Lariofon ha ottenuto nel 1999 la certificazione "Sistema di Qualità" conforme a tutte le norme Cee ed è dotato di un laboratorio di riparazione delle protesi acustiche, effettua assistenza tecnica continuativa e forniture a carico di A.S.L. e INAIL (agli eventi diritto possibilità di pratiche mutuabili). E, altro considerevole vantaggio, le prove dell'udito sono completamente gratuite sia presso i centri Lariofon che a domicilio del paziente. Prenotare una prova gratuita presso Lariofon o direttamente a casa è semplice. Basta infatti telefonare al numero 011/3118049 e un tecnico audioprotesista Lariofon sarà sempre presente per consigliare e sottoporre a prove di applicazione protesica per adattare gli apparecchi alle abitudini di vita di ogni paziente.

Lariofon è in corso Orbassano 290/B a Torino (tel. 011/3118049, fax 011/5534338).

E' aperto dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 13 e dalle 15 alle 19. Sabato su appuntamento. Informazioni anche sui siti internet.

IL RICEVITORE SI ADATTA DINAMICAMENTE AI MOVIMENTI DEL CONDOTTO PRATICAMENTE INVISIBILE



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

APPARECCHI ACUSTICI

Problemi di
UDITO?!

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

**Cosa Stai
Aspettando?
prenota subito
il tuo controllo
GRATUITO!**

**Se porti questo
coupon per te il
30% di SCONTO**

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

Corso Orbassano, 290/B - 10137 Torino
Tel.: 011.31.18.049 - Fax 011.55.34.338
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