

DICEMBRE - GENNAIO 2023 2024

# tempoSport

● 2024, È IL COMPLEANNO  
DI CSAIn: SONO 70  
MA NON LI DIMOSTRA

● ECCO ANNALISA MINETTI  
DONNA SPECIALE CON  
UNA VITA PIENA DI SFIDE



# TI ABBONI ONLINE, LE COLLEZIONI A CASA.

abbonamento **filatelico** web

Da oggi francobolli e prodotti filatelici arrivano a casa tua in un click. Con l'abbonamento filatelico web potrai ricevere tutte le emissioni del programma filatelico italiano in maniera comoda e facile. Sottoscrivi, gestisci, controlli i tuoi ordini e paghi direttamente online, senza nessun costo di gestione. Dovrai solo scegliere se ricevere i prodotti del tuo abbonamento ogni quadrimestre oppure una volta l'anno, in un'unica soluzione. **È facile fare click su [filatelia.poste.it](https://filatelia.poste.it)**

**Posteitaliane**



TEMPOSPORT e CSAIn  
AUGURANO A TUTTI  
BUON NATALE E UN SERENO

2024



tempo**Sport**



[www.csain.it](http://www.csain.it)



# CATANIA 2024

WORLD COMPANY SPORT GAMES

19-23 GIUGNO

## un Vulcano di Emozioni



Centri Sportivi  
Aziendali e Industriali  
SISTEMA NAZIONALE  
DEI CENTRI SPORTIVI  
ITALIANI

[www.wcsgcatania2024.it](http://www.wcsgcatania2024.it)

# sommario

NUMERO 10/11 - DICEMBRE 2023 - GENNAIO 2024



NUMERO 10/11  
DICEMBRE 2023-GENNAIO 2024  
RIVISTA DELLO CSAIn  
Centri Sportivi Aziendali e Industriali

DIRETTORE  
Luigi Fortuna

DIRETTORE RESPONSABILE  
Giacomo Crosa

VICE DIRETTORE  
Sandro Aquari

COORD. REDAZIONALE  
Paolo Germano

PROGETTO GRAFICO  
www.differentcreativity.com

SEDE E SEGRETERIA  
Viale dell'Astronomia, 30 00144 Roma  
Tel. 06.54221580 / 06.5918900  
06.54220602  
Fax 06.5903242 / 06.5903484  
redazionetemposport@csain.it  
Sito web: www.csain.it

STAMPA:  
VARIGRAFICA ALTO LAZIO - Roma

Numero speciale "Tornare a vivere in libertà"  
progetto finanziato dal Dipartimento per lo Sport, struttura della Presidenza del Consiglio dei ministri per l'esercizio delle funzioni in materia di sport, nell'ambito degli interventi finalizzati alla promozione dell'attività sportiva e all'integrazione tra Sport, pianificazione e/o rigenerazione urbana e tecnologia applicata al benessere

NUMERO CHIUSO IN REDAZIONE  
IL 30 NOVEMBRE 2023

**PAG. 4** ORGOGLIO PER UNA GRANDE STORIA  
DI LUIGI FORTUNA

**PAG. 5** ANTIFONE E IL PONTE CSAIN  
DI GIACOMO CROSA

**PAG. 6** CSAIN, UNA STORIA ...

**PAG. 8** ANNALISA LA GUERRIERA CHE VIVE DI SFIDE  
DI GIACOMO CROSA

**PAG. 13** PRIMA CHE IN FAMIGLIA E A SCUOLA...  
DI DESIRÉE ARENA

**PAG. 14** CATANIA 2024 È GIÀ AI BLOCCHI...  
DI PAOLO GERMANO

**PAG. 16** LO SQUASH CSAIN TROVA I SUOI CAMPIONI  
DI MAURIZIO VALERIANI

**PAG. 18** IL "CANTO" DELLO SPORT ABBATTE BARRIERE  
A CURA AREA COMUNICAZIONE CIP

**PAG. 20** LUIGI SI È PRESO IL MONDO  
DI MICHELE CASADEI

**PAG. 22** UNA NUOVA ECONOMIA...  
DI VALERIO D'EPIFANIO

**PAG. 23** SIAMO TUTTI CAMPIONI  
DI VALERIO D'EPIFANIO E VITO GIBIN

**PAG. 24** AVIOMODELLI, IN PUGLIA È UN GRAN GALÀ

**PAG. 26** CSAIN E WESET OLTRE OGNI OSTACOLO

**PAG. 29** TUTTI GIÙ PER TERRA!  
DI PAOLA RAVELLI

**PAG. 30** CASERTA A TUTTA RITMICA

**PAG. 31** LE FRECCHE SFIDANO IL BUIO  
DI ANGELA SILVIA D'ALESSIO

**PAG. 32** NOI CORRIAMO CON FIDO  
DI VALENTINA CASILLI

**PAG. 34** IL PLASMA, DONO PREZIOSO  
A CURA UFFICIO STAMPA AVIS NAZIONALE

**PAG. 36** E COSÌ ARCHIMEDE DIEDE...  
DI EDOARDO PETAGNA

**PAG. 38** BONUS PSICOLOGICO?...  
DI TOMMASO PEZZINO

**PAG. 40** MA CHI SCRUTA NELLA MENTE...  
DI DESIRÉE ARENA

**PAG. 42** PIETRANGELI, UNA VITA...  
DI PAOLO ROSSI

**PAG. 44** BUON APPETITO CARI CAMPIONI!  
DI DANIELE DALLERA

**PAG. 46** FISCALITÀ, I CONSIGLI DELL'ESPERTO  
DI SALVO SPINELLA



6



8



13



16



18



22



26



38



42



## IL PRESIDENTE

## ORGOGGIO PER UNA GRANDE STORIA

di LUIGI FORTUNA

**E**ccoci all'ultimo giro di boa, ma prima permettetemi di porgere gli auguri di serene e Sante Festività alle Istituzioni e Organismi Sportivi che ci hanno guidato e sostenuto e da noi ricambiati con collaborazione costruttiva.

CSAIn è già proiettato dentro il 2024 che lo vedrà impegnato nell'organizzare i mondiali dello sport d'impresa, così come la quadriennale rivisitazione del gruppo dirigenziale del quale sono orgoglioso avere contribuito, da alcuni decenni, al suo consolidamento, ed infine ma non ultimo punto d'orgoglio, il festeggiare i 70 anni dalla fondazione dei Centri Sportivi Aziendali Industriali.

I Giochi WFCs Catania 2024 saranno il trionfo del welfare aziendale mondiale con tutti impegnati a competere in oltre trenta discipline e a fraternizzare nel dopo gara. Porteremo in Italia, a Catania la bandiera dei Giochi che riceveremo dalla Città di Leon in Messico. È accertata la coesione tra noi, le Istituzioni locali con il Sindaco in testa, il Coni, Sport & Salute, le Federazioni del Coni e i gestori di alcuni grandi Impianti privati: il successo non potrà mancare.

Le celebrazioni dei 70 anni mi fanno ripercorrere i miei ultimi quaranta anni di vita da innamorato al primo sentire: nel 1973 l'incontro con Michele Amerio, inviato in Sicilia da Giuseppe Altini allora segretario generale di CSAIn con sede in Confindustria, per una riunione regionale dei giovani industriali. Tutto è partito da quel momento e credo di non riuscire a vederne

una fine.

I progetti impostati e realizzati sono stati il pilastro sul quale abbiamo costruito la capillare diffusione sul territorio nazionale. Il linguaggio di CSAIn è sempre stato sociale-sportivo-culturale-ambientale e inclusivo. Coinvolte le scuole, gli oratori, i centri sociali e le comunità; costruendo e formando nuovi giovani e nuove figure professionali.

Nel futuro sarà sempre minore il sostegno dei numeri aggreganti associazioni mentre sarà maggiore il riconoscimento verso capacità progettuali tracciabili. Noi siamo pronti. Oggi l'agonismo politico sportivo pare sia arrivato alla definizione dei ruoli, degli obiettivi e dei compiti, a parte alcuni ultimi "via" attuativi: consideriamolo un buon segno.

Quello che finisce è stato anche un grande anno di nuove iniziative: partendo da studi universitari sulla rivitalizzazione del Welfare aziendale, dei quali siamo stati partner con Bocconi e Sapienza, oltre che con altre grandi aziende, si è materializzato il ritorno verso le nostre origini confindustriali e in questo territorio una grande partecipazione attiva l'abbiamo già riscontrata con l'ingresso sui campi da gioco di Confindustria-Cisambiente.

Infine desidero ringraziare tutti i collaboratori e in particolare la segreteria nazionale per i cambiamenti in corso d'opera ai quali ha dovuto uniformare le proprie professionalità, tutti i quadri tecnici e politici dell'Ente. Il solco è tracciato. ●



**IL DIRETTORE**

## ANTIFONE E IL PONTE CSAIN

di GIACOMO CROSA

**L**a metafora legata al logos PONTE, parola o discorso che dir si voglia, s' impone con naturalezza al cospetto di questo numero di TempoSport.

Ogni sua pagina è un pilone che regge lo scorrere del tempo tra l'anno che si chiude, 2023, e l'anno che verrà, 2024.

Camminare lungo questo ponte non può che essere un vibrare di emozioni. Lo sguardo è proiettato al futuro, la mente è lucida nell'analizzare il passato.

Il buon sofista Antifone affermava: "Prima credo che tra attività umane è l'istruzione: se uno in qualunque cosa comincia bene è probabile che anche la fine avvenga bene...e quando in un giovane corpo si pianta una nobile educazione, il risultato vive e fiorisce per tutta la vita, e non la elimina né la pioggia né la siccità".

Affidarci a questo pensiero antico è il modo migliore per avvicinarsi e provare orgoglio in quelle che saranno le sobrie celebrazioni dei settanta anni di vita dello CSAIn. C'è molto di tutto ciò al di là di questo nostro ponte. In questo attraversarlo ho pensato che, senza dimenticare le miserie che ci circondano, fosse utile farci accompagnare da una persona

che avesse dentro di sé scintille per riflessioni più che essere un esempio di vita: Annalisa Minetti.

Una donna iride. Un'amica di cui andare fieri.

E di tanti colori sono anche le pagine che caratterizzano i giorni o, ancor meglio, il quotidiano del popolo CSAIn che scorre con il suo essere entusiasmo, fantasia, operosità al servizio del sociale: attività sportive e culturali nello stesso tempo, che danno valore e continuità a quella nobile educazione che ha dato origine a CSAIn.

Ugualmente variopinta, poi, è la consolidata sintonia con mondi amici come Confindustria-Cisambiente, Avis e Comitato italiano Paralimpico sempre ben raccontati e rappresentati.

Insomma spero sarà un piacere per tutti voi che a TempoSport prestate attenzione, camminare lungo questo ponte costruito con umiltà e nel rispetto di tutto e di tutti.

Tutti insieme, together, come va di moda dire di questi tempi.

Infine, piacevole rito, non mi resta che augurare a voi, anche a nome delle persone che più mi stanno vicino nella composizione di TempoSport, i migliori giorni di serenità: Buon Natale e buon 2024. ●

*Nel 2024 il nostro Ente compie settant'anni di vita. Nacque grazie ad uomini illuminati che videro nello sport un importante sostegno per la ricostruzione dell'Italia del dopoguerra e che sfociò nel boom economico*

# CSAIN, UNA STORIA CON LO SGUARDO AL FUTURO

**N**el 1954 in Italia nasceva la televisione. Nel 1954 si accendeva anche uno schermo luminoso, per quanto ancora in bianco e nero, sullo sport sociale, in particolare sullo sport d'impresa. Nasceva CSAIn, si sarebbe chiamato così - Centri Sportivi Aziendali Industriali - solo più tardi, ma l'input proposto da dirigenti attenti, allora come oggi, ai cambiamenti sociali e alla convinzione che lo sport rappresenti uno straordinario momento di aggregazione, è rimasto lo stesso. Oggi CSAIn è altra cosa rispetto a quello che prese vita settant'anni fa, ma l'obiettivo primario è ancora quello di regalare ai propri associati progetti e strumenti per fare del loro tempo libero un momento di benessere fisico e mentale, interagendo in una comunità con il rispetto di tutti, al di là dell'età, del sesso, dell' estrazione sociale, della razza e della configurazione fisica. Un organismo multifunzionale non invecchia: con gli anni CSAIn ringiovanisce, diventa più forte, più solido, più attento, sempre pronto a rimanere di pari passo con i cambiamenti della società. Tutto questo perché si rinnova, accoglie nuovi uomini, nuove forze, nuove idee, che si sommano a quelle del passato e del presente.

Qui di seguito viene proposta una sintetica cronologia dei momenti chiave nella storia di CSAIn. Gli ultimi decenni hanno visto l'Ente allargare il suo raggio di azione conquistando anche una sua credibilità internazionale e che si è concretizzata con l'organizzazione di importanti eventi e quello più importante è atteso proprio nell'anno della festa a Catania, che ospiterà a giugno i Campionati Mondiali dello Sport d'Impresa, una luminosa candelina sulla torta di compleanno.

**1919** - Nascono i gruppi sportivi FIAT-RIV a Villar Perosa.

**1945** - L'Opera Nazionale del Dopolavoro, istituita il 1° maggio 1925, viene sostituita dall'ENAL (Ente Nazionale Assistenza Lavoratori).

**1950** - Nasce da un'idea di Angelo Costa, Presidente della Confindustria dell'epoca, la prima Coppa dell'Industria multidisciplinare.

**1954** - Viene costituito il Comitato nazionale dei gruppi sportivi aziendali ed interaziendali dell'industria. È composto da Giorgio Farina, Giacomo Guiglia, Vittorino Meriggi, William Motta, Luigi Sambuelli. Ne fa parte anche il Raggruppamento Sportivo Aziende Industriali.

**1954** - A Brescia si svolge il Premio dell'Industria di atletica leggera tra la Fiat Torino, la Snia Viscosa Milano e l'OM Brescia. Diventerà poi Trofeo dell'Industria allargandosi anche ad altre discipline sportive.

**1962** - Luigi Sambuelli è eletto presidente del Raggruppamento dei Gruppi Sportivi Aziendali.

**1965** - Il Raggruppamento cambia denominazione in "Centri Sportivi Aziende Industriali" (CSAI).

**1966** - Si svolgono i Trofei delle Associazioni industriali per i figli dei lavoratori. Coinvolte diverse discipline (atletica leggera, pallacanestro, calcio, pesca, etc.).

**1967** - Viene costituita la Commissione confederale per lo sport aziendale.

**1967** - Nascono gli Juvenind, cam-



Dino Zoff e Paola Pigni, due grandi campioni amici di CSAIn, entrambi eletti Presidenti onorari nel 2020. Purtroppo Paola ci ha poi improvvisamente lasciati l'11 giugno del 2021. Ma sarà sempre con noi



pionati nazionali giovanili di varie discipline sportive (atletica leggera, nuoto, pallacanestro, pallavolo, sci, etc...).

**1968** - A giugno si svolge a Roma il Convegno nazionale "Sport ed Industria". È organizzato da CSAI, Confindustria e Cavalieri del Lavoro. Si dibattono i temi dello sport nel mondo del lavoro anche con Governo, Coni, imprenditori, giornalisti.

**1972** - Romolo Giani viene eletto presidente.

**1972** - Nasce il Consiglio Industriale per lo Sport.

**1978** - Viene soppresso l'ENAL e una miriade di associazioni legate al vecchio ente confluiscono nello CSAI, che si apre così ad una realtà non necessariamente industriale.

**1979** - Il 22 febbraio il Consiglio nazionale del CONI riconosce CSAI come Ente di promozione

**1979** - Il Ministero degli Interni riconosce CSAI come Ente nazionale con fini di assistenza ai lavoratori.

**1980** - Nasce su iniziativa di Romolo Giani la rivista TEMPOSPORT.

**1982** - Viene modificato lo statuto dei Centri Sportivi Aziendali e Industriali. La sigla CSAI diventa l'attuale CSAIn.

**1992** - CSAIn viene ammesso nell'EFCs, l'European Federation for Company Sports.

**1999** - Organizzato da CSAIn si svolge in Trentino Alto Adige il XII Eurofestival estivo.

**1999** - Paolo Mazzanti succede dopo 27 anni a Romolo Giani. Presidenti onorari sono Fiorenzo Magni ed Eugenio Korwin.

**2001** - Antonio Mauri viene eletto Presidente di CSAIn.

**2004** - In occasione del cinquantenario si svolgono a Montecatini le giornate di "CSAIn, 50 anni per lo sport e il tempo libero".

**2007** - Con oltre 2.000 atleti presenti si svolge a Catania il Festival dello Sport. CSAIn conta più di 450.000 soci e più di 4.500 società.

**2008** - Riprende le pubblicazioni la

*Sopra, Luigi Sambuelli. Fu il primo Presidente eletto da quello che nel 1962 era il Raggruppamento dei Gruppi Sportivi Aziendali.*

*A destra, Romolo Giani che guidò l'Ente per 27 anni. Con lui CSAIn acquistò una nuova dimensione aprendo le porte anche a realtà non industriali. Di lato, l'attuale presidente Luigi Fortuna. Eletto nel 2009 è stato confermato dall'Assemblea nel 2020*



rivista TEMPOSPORT. Il giornalista Giacomo Crosa è il Direttore Responsabile.

**2009** - Nell'Assemblea di Fuggi Luigi Fortuna viene eletto nuovo Presidente e con sua iniziativa Giacomo Crosa viene nominato Presidente Onorario.

**2014** - CSAIn è membro fondatore della WFCS, Federazione Mondiale dello Sport d'Impresa.

**2015** - CSAIn viene iscritto al registro nazionale delle associazioni di promozione sociale.

**2015** - CSAIn organizza a Riccione i Campionati Europei dello Sport d'Impresa.

**2016** - CSAIn organizza a Cortina d'Ampezzo i Campionati Europei Invernali dello Sport d'Impresa.

**2019** - Nell'Assemblea di Atene la Federazione mondiale dello Sport d'Impresa assegna a CSAIn e a Cata-

nia l'organizzazione dei Campionati Mondiali del 2024.

**2019** - Viene firmato un protocollo d'intesa tra CSAIn e Avis, l'Associazione Volontari Italiani del Sangue.

**2020** - Luigi Fortuna viene confermato presidente. Con sua iniziativa vengono nominati presidenti onorari Dino Zoff, campione del mondo ed europeo di calcio da sempre vicino a CSAIn; Paola Pigni, già primatista mondiale di mezzofondo e medaglia olimpica, ex-dirigente CSAIn; Natale Mazzuca, vicepresidente nazionale di Confindustria.

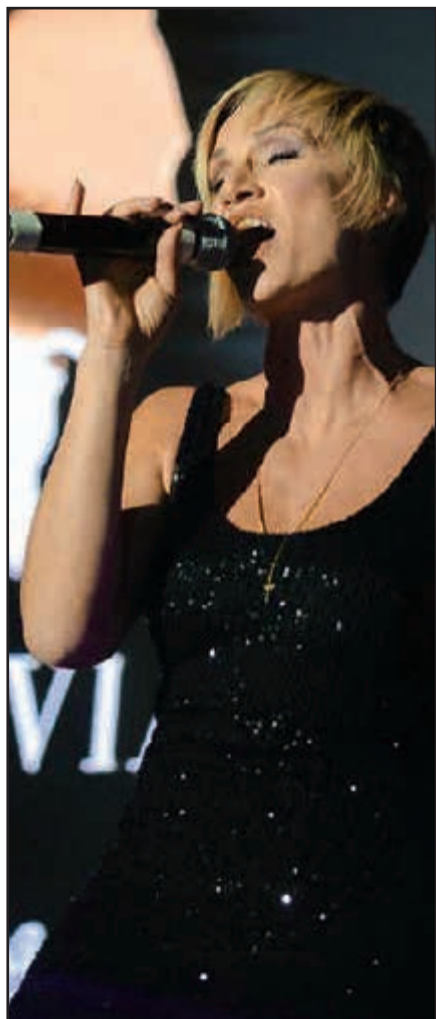
**2021** - Il Comitato Italiano Paralimpico rinnova CSAIn come Ente di Promozione Sportiva Paralimpica.

**2021** - CSAIn viene riconosciuto socio di Confindustria Cisambiente.

**2022** - A gennaio il Presidente Luigi Fortuna firma un protocollo d'intesa con l'Istituto per il Credito Sportivo. ●

*L'incontro / La Minetti, nonostante ormai abbia perso del tutto la vista, continua a proporsi come "donna speciale": artista a 360 gradi, scrittrice, mamma e atleta paralimpica. Qui si racconta a Giacomo Crosa: dopo il podio olimpico di Londra ora vuole anche partecipare ai Giochi olimpici di Parigi nella prova del triathlon*

# ANNALISA LA GUERRIERA CHE VIVE DI SFIDE



Come cantante Annalisa ha vinto nel 1998 il Festival di Sanremo, con la canzone "Senza te o con te", sia nella sezione Giovani che nella sezione Big

**O**mero l'avrebbe definita, per le sue varie qualità, un personaggio capace di spiccare fuori dalla normalità della massa, della gente. Proprio come era Ulisse. Donna di spettacolo, scrittrice, atleta, madre, impegnata nel sociale. Rivedo Annalisa Minetti dopo più di dieci anni. Dai tempi in cui, nell'anonimato, si preparava per i Giochi Paralimpici di Londra 2012. Allora mi avevano affascinato i suoi occhi. Oggi dalla conversazione che abbiamo concordato non so bene cosa aspettarmi, tanto sono curioso e turbato nello stesso tempo.

Lei ha appena terminato la sua partecipazione in diretta alla trasmissione tv "Bella Ma" su Rai2, centro di produzione Fabrizio Frizzi, in zona Talenti, Roma Nord. Lei è vestita di nero: leggings, maglione e giaccone. Una sciarpa intorno al collo.

Tutto comincia con un mio: "Ciao atleta". Non mi viene di meglio.

Nell'abbraccio generoso non posso non rendermi conto della tonicità e dell'eleganza del suo corpo che nasconde in pieno i suoi imminenti quarantasette anni. Così non ho potuto evitare, con leggerezza, di partire da questa prima sensazione.

**Complimenti, si vede che tu sai parlare bene al tuo corpo e lui a te.**

«Grazie, ma avrai notato che morfologicamente sono un poco cambiata da quando ci siamo conosciuti. Prima la mia muscolatura era leg-

gera come la mia corsa, oggi è più funzionale al triathlon, lo sport con il quale oggi mi sto confrontando. Le gambe sono un poco più grandi, la muscolatura del dorso più sviluppata, ma credo di non aver intaccato la mia femminilità. Insomma mi difendo».

**Nel programma BellaMa' sei la protagonista di una rubrica dal titolo: "Tutti in tuta".**

«È un progetto che porto avanti con il centro di ricerca del San Raffaele che fa riferimento all'accademia nazionale di cultura sportiva e che ha come principio quello di sviluppare l'attività motoria utilizzando la casa come palestra e con l'obiettivo dell'essere più efficienti e non solo del più banale dimagrire. Quindi esercizi non solo di mobilità articolare, di forza, di velocità, di resistenza, capacità condizionali ma anche e soprattutto coordinative. La propria casa ed i suoi oggetti come situazione confortevole per dialogare con il proprio corpo».

**Che riscontro hai?**

«Positivi. Gli esercizi che propongo vanno bene per le persone di una certa età ma incuriosiscono anche i ragazzi della generazione Z».

**Per curiosità, nella puntata appena andata in onda quale oggetto di casa hai fatto utilizzare?**

«Le padelle, si sono divertiti tutti, io per prima».

**Nel linguaggio che usi ci sono spes-**



**«ORA PER ME È LA  
VOCE LO SPECCHIO  
DELL'ANIMA  
GIUDICO LA GENTE  
DA TONI E CADENZE  
LA COMPASSIONE  
NON MI SERVE»**

*Annalisa in gara, insieme alla sua guida, ai Giochi di Londra 2012 dove ha conquistato il bronzo olimpico sui 1500, ma battuta solo da due ipovedenti*

so elementi d'informazione anatomica. Mi ha sorpreso nella prima puntata di "Tutti in tuta", il riferimento ai muscoli cosiddetti pellicciai, quelli che troviamo sottocutanei in tutto il nostro corpo, ma che limitandoci al volto sono quelli che governano la nostra mimica. Perché?

«Perché se sorridiamo o ridiamo in maniera anche grassa, diamo al volto la possibilità di creare meno rughe e in generale di avere buon umore. Muscoli pellicciai, quindi come mezzo educativo e psicologico più che uno strumento fisico».

**Avevi 18 anni, e come tutti i giovani avevi il desiderio di indipendenza, e così, non solo simbolicamente, ecco le pratiche per la patente automobilistica e il sogno della prima auto. Visita medica di rito. Una sentenza micidiale. Risultati affetta di retinite pigmentosa e degenerazione maculare. Una malattia che ti avrebbe introdotta alla cecità. Da quel momento ti ho immaginata entrare nell'agone, nel combattimento della vita. Contro chi o cosa?**

«Contro di me, nel senso che il primo avversario sono io e che tutto ciò che gli altri dicono tu non puoi fare io penso a smentirli. Come sai mi chiamo Annalisa e devi sapere che quando corro, quando gareggio c'è Anna e c'è Lisa. Anna, è espressione della sapienza, Lisa è la perfezione. Quando le due si parlano e si mettono insieme mi danno la possibilità

di raggiungere l'eccellenza in quello che faccio. Creano la motivazione». **In questo contesto c'è un momento particolare in cui lo sport ti ha preso a braccetto?**

«In verità no, da ragazzina avevo fatto danza ma non mi appassionava. In seguito mi ha attratto la palestra, come luogo fisico ideale per relazionarmi con altre persone e migliorare me stessa».

**Una palestra quasi in senso greco...**

«Giusto. In quel tempo ero ipovedente. I movimenti che facevo erano quasi tutti statici e poco dinamici. Intanto stavo diventando cieca. Il mio allenatore di step ebbe l'ispirazione di dirmi: anziché non venire più vieni più spesso. Ti insegnerò lo Ju jitzu.

«Nell'aikido, una sua specialità, si lottava con gli occhi bendati. In questo modo ho preso confidenza con il buio ed a camminare nella vita attraverso l'ascolto e a conoscere meglio anche il mio corpo».

**Sin da piccoli tutti abbiamo imparato come filastrocca i nostri cinque sensi. Messa da parte la vista, a quale dei rimanenti quattro ti affidi di più nel relazionarti con le persone?**

«L'udito è per me fondamentale. Sarà capitato anche a te in un momento di sorpresa di trattenerne il respiro. In quel momento aumenta la concentrazione così come la capacità di ascolto migliora. Ed io sono sempre concentrata. In questo credo di essere bionica. La mia attenzio-

ne sul mondo che si muove intorno a me è sempre totale Ora sto parlando con te, ma potrei dirti di cosa sta parlando quella persona al tavolo là infondo, o che sta facendo la persona indaffarata con le tazzine. Ascoltare è il mio modo di vedere. Io ascolto e vedo a trecentosessantagradi, mentre tu, voi vedete solo frontalmente. Se una persona si sta avvicinando alle mie spalle io la vedo, anche se sto conversando con te e sono concentrata a contestualizzare le parole. Io ho sempre un orecchio aperto al mondo. È anche il mio modo di difendermi, di proteggermi e, in un certo senso, di sentirmi più performante degli altri».

**Non so se estremizzo ma giudichi anche le persone dalla loro voce?**

«Si usa dire gli occhi sono lo specchio dell'anima, per me lo è la voce. Dalla cadenza, dal tono, dalle pause, riesco a tracciare una specie d'identikit. Capisco subito chi magari mi sta prendendo in giro. A volte mi capita di conversare con persone che ridono per mostrarsi allegre, quasi compiacenti ma dentro sono il contrario».

**Non sopporti la compassione!**

«Assolutamente no. Non ne ho bisogno e non è il caso. La compassione bisogna averla per situazioni serie come per i bambini che muoiono innocenti in questi tempi di guerra».

**Tornando allo sport, la tua attività agonistica si identifica in due sigle, T11 e PTV. Ovvero?**



A sinistra, Annalisa Minetti con il marito Michele Panzarino, che ha sposato nel 2016, e con i figli Elèna Francesca e Fabio Massimiliano, quest'ultimo avuto da un primo matrimonio.

Sotto, Annalisa impegnata in una prova di ciclismo insieme alla sua guida. Annalisa Minetti è nata a Rho, il 27 dicembre 1976. Dopo aver praticato danza fino a 12 anni si è poi avvicinata alla musica. A 18 anni, dopo aver già scoperto di essere malata di retinite, è eletta Miss Lombardia. Nel 1998 vince a Sanremo con "Senza te o con te", sia tra i Giovani che tra i Campioni. Nel 2005 è seconda in coppia con Toto Cutugno.

Amante dello sport sin da bambina, si è dedicata soprattutto all'atletica e come atleta paralimpica ha conquistato la medaglia di bronzo sui 1500 ai Giochi di Londra 2012 e poi il titolo Mondiale sugli 800 nel 2013. Nella sua carriera ha vinto decine e decine di titoli italiani.

È laureata in scienze motorie e in scienze della comunicazione e ha completato un master in psicologia dello sport. Ha avuto numerosi riconoscimenti, tra questi la medaglia d'argento al valore atletico e il cavalierato al merito della Repubblica italiana.

«È un modo burocratico per dividere in categorie le disabilità che ci sono nel paralimpico. La prima si riferisce alla corsa, quindi atletica leggera, e significa cieco totale. La seconda sempre cieco totale, ma nel triathlon. Qui dovrei aprire una parentesi polemica, ma è evidente che nella composizione delle categorie, che poi definiscono il programma-gare, ci sono molte ingiustizie nell'accorpamento delle disabilità. Nel mio caso i ciechi totali sono messi a confronto con ipovedenti, quasi vedenti. Ti assicuro che sono due modi di correre differenti e questo vale anche per il triathlon.

«Mi piacerebbe molto essere coinvolta dal mondo paralimpico per poter dare il mio contributo sul tema. Non dimentico che ai Giochi Paralimpici di Londra, alla gara dei 1500 metri della mia categoria erano iscritte otto non vedenti e due ipovedenti. Io sono arrivata terza, medaglia di bronzo preceduta proprio dalle due atlete ipovedenti. Ora sono d'accordo nell'accorpate per motivi organizzativi, ma nel dopo, nelle premiazioni, la differenziazione avrebbe dovuto esserci. Luca Pancalli, il presidente del nostro comitato italiano paralimpico è molto sensibile al problema, ma le decisioni finali sono dell'IPC, il comitato paralimpico internazionale».

**Hai evocato i Giochi di Londra 2012. A distanza di tempo, quel tuo primo grande successo internazionale in quali dettagli ti piace riviverlo?**

«Intanto con il clamore delle 88.000 persone presenti nello Stadio. Credo che Londra per il mondo paralimpico sarà insuperabile, tanta è stata la partecipazione della gente. Poi io che cammino per il lungo tunnel



che portava alla pista con dentro la furia del gladiatore. Poi la svestizione. Rimango in costumino e reggiseno e da questo fuoriesce il crocifisso del rosario che lì nascondevo. Nella corsa, il fragore del pubblico diventava sordo...tum...tum...tum, si confondeva con il Gesù crocifisso che ciondolando batteva sul mio stomaco. Quel tum...tum era il ritmo giusto e ispirato della mia corsa verso il traguardo».

**Il tuo dettaglio del crocifisso mi ricorda te nell'ultimo triathlon di Coppa del Mondo, fine ottobre a Taranto. Appena salita sul tandem per la prova di ciclismo ti fai il segno della croce. Rito o fede?**

«Fede, assolutamente fede. A Gesù semplicemente chiedo di mantenermi grande la forza di volontà, una volontà inesauribile. Se si tratta di vincere ci pensa il mio cuore, ci sono le mie gambe ed i miei piedi ben allenati».

**Hai mai chiesto o chiedi a Gesù "perché mi hai dato la cecità?"**

«All'inizio credevo perché dovevo giustificare quel dolore. Alla mia domanda Gesù aveva anche risposto ma, da subito, non avevo capito. Ora mi è tutto molto chiaro. Io per lui sono uno strumento. Uno strumento nelle sue mani. Da vedente non avrei potuto esserlo.

«Per lui sono, né più né meno, che un semplice educatore. Un piccolo esempio. Sono su questa terra e devo portare a termine la mia missione. E se riesco a portarla a termine è merito esclusivo delle poche persone che costituiscono il mio mini-mondo: mio marito Michele, i miei figli, Fabio di quindici anni e Elèna di cinque, di Francesca Zerbini, una ragazza di Aprilia di origini venete che è la mia quotidiana ombra non solo organizzativa».

**Altro cameo della tua vita è la vittoria nel Festival di Sanremo. È il**



**1998. Sul palco hai portato da cantautrice "Senza te o con te"...**

«È un ricordo scolpito nella memoria. Ricordo quella voglia di scendere dal palco dell'Ariston per andare da mio papà. Eccomi, ho vinto. Mio papà aveva delle remore sulla mia volontà di essere una cantante. Lo raggiusi in albergo. Lo abbracciai. Era in lacrime. Ed io felice di averlo reso fiero di me».

**Nel mondo della canzone hai avuto un mentore, Toto Cotugno, morto ottantenne proprio quest'anno.**

«Una persona splendida. Nel mondo dello spettacolo, potrei definirlo la mia guida, così come Andrea Giocondi lo è stato nella corsa olimpica di Londra, così come Elena Maria Petrini lo è oggi nelle gare di triathlon. Nel 2005, gli organizzatori del Festival, pensavano ad un'altra voce per interpretare con lui "Come noi nessuno al mondo". Lui mi difese con decisione al punto che minacciò: o Annalisa o io non salgo sul palco. La canzone mi fece conoscere al mondo. Cotugno un guerriero di cose giuste».

**Se io dico che la tua vita è un continuo immaginare, sono fuori strada?**

«La mia vita è un lottare per immaginare. Sono tanti anni che sono cieca. Prima immaginavo e vedevo delle cose. Nella realtà oggi cerco di immaginare, ma molto spesso non



ci riesco. È una cosa che non voglio accada. Sto combattendo per non dimenticare. È come se la mente si stia abituando, che stia prendendo coscienza che io fuori sono cieca. È una cosa che non voglio. Mi piacerebbe ancora sognare vedendo».

**Come ben sai siamo in un periodo in**

*Annalisa Minetti in un momento di relax tra i molti impegni, non solo professionali e familiari. Annalisa si dedica molto anche al sociale. Nella foto al centro, è con Toto Cutugno, il cantante scomparso lo scorso agosto a 80 anni. La Minetti era molto legata a lui, che considerava la sua guida nel mondo della canzone e con cui ha partecipato in coppia a Sanremo sia nel 2005, arrivando al secondo posto, sia nel 2008*

**cui l'intelligenza artificiale sta aprendo orizzonti incredibili in termini di ricerca e tecnologia applicata. Nel tuo profondo c'è la speranza di poter tornare a vedere in senso classico?**

«Io penso che la tecnologia possa migliorare la mia autonomia di tutti i giorni, ma non potrà ridarmi la vista. Penso anche, se voglio essere ottimista, che le staminali possano essere la speranza ultima.

«In verità sono serena. Non mi aspetto più nulla. Non voglio più disperarmi. Non voglio più perdere credibilità con le promesse che ho fatto a me stessa. Certo non è facile. Ci sono volte quando mi sveglio che ancora mi spavento: vedo nero e mi chiedo "sarà giorno, sarà notte?". È un tormento. Come sai sono madre di due figli e quello che mi dà dolore vero è quando qualcuno mi dice: come è bella tua figlia...quanto è bello tuo figlio... in quel momento soffro veramente. Sì, loro mi piacerebbe proprio vederli. Loro sono il mio sangue. Li ho fatti io...chissà come sono, chissà se hanno qualcosa di me. Per non soffrire non li voglio neanche immaginare».

**Estrapolo, cambiando atmosfera, una frase dal testo della canzone "Senza te o con te" che ti ha dato il successo al festival di Sanremo: "la mia vita è difficile ma non è finita. In salita lo so. Penso che ce la farò".**

«Sì, rappresenta fedelmente la mia vita. Mi cerco sempre delle belle ferite e le narcotizzo senza avere un traguardo ben definito. Io i traguardi li sposto. Non potrei vivere senza un traguardo da raggiungere. Migliore è chi dimostra, chi vuole essere migliore ogni giorno».

**2 settembre 2024, è il giorno della gara di triathlon ai Giochi Paralimpici di Parigi. Per essere protagonista di quel giorno, ti stai allenando con ferocia senza guardare all'età, sarai quasi una quarantottenne. Che traguardo è?**

«Lo considero un traguardo difficile se non impossibile, ma io voglio renderlo possibile. Ci voglio sperare fino alla fine. Io sono abituata allo straordinario. L'ordinarietà non mi piace». I suoi occhi dicono tutto. Sempre scintillanti come una lama d'acciaio ben temprato, sotto i raggi del sole.



**LEÓN**  
AYUNTAMIENTO 2021-2024



**WORLD  
COMPANY  
SPORT GAMES  
LEÓN-MÉXICO**

**06 DECEMBER  
10 2023**

[www.leon2023.org](http://www.leon2023.org)

*Dov'è il vaccino per l'amore "infetto" che ci ha portato via anche Giulia?*

# PRIMA CHE IN FAMIGLIA E A SCUOLA CERCHIAMO DENTRO DI NOI

di DESIRÈE ARENA

**L'**omicidio di Giulia Cecchetti, l'ennesimo femminicidio, ci impone con urgenza una riflessione comune e condivisa.

La nostra si pone in continuità con quanto affrontato nei precedenti articoli di TempoSport in cui ci siamo occupati di violenza di genere.

Innanzitutto, perché questo omicidio ha scosso così tanto l'opinione pubblica? Perché ha assunto una tale risonanza?

Secondo il mio punto di vista, il caso di Giulia, implica nella sua complessità la tensione dialettica del paradosso, contempla aspetti apparentemente dicotomici, che proprio per questo, possono essere intelleggibili solo a patto che non vengano scissi in verità e soluzioni semplicistiche e dunque riduttive.

Partendo dalle parole della sorella di Giulia, che in questi giorni si è distinta per ammirabile dignità e ardore proprio delle nuove generazioni illuminate e prendendo in prestito le parole della scrittrice Chiara Valerio, condivido la mia personale riflessione.

Come più volte ribadito, è fondamentale promuovere l'educazione affettivo-sentimentale e sessuale a scuola ma ancora prima andrebbe risignificata la scuola stessa come agenzia educativa. Parimenti, è necessario intensificare gli sforzi normativo-legislativi, ma non è sufficiente.

Il caso di Giulia Cecchetti, ci impone di accollarci delle verità contraddittorie che ciascuno di noi contiene e di avviare una rivoluzione culturale in cui si ammetta, al fine di fronteggiarla, l'esistenza dell'assurdo che c'è nel mondo, ovvero la possibilità che c'è in ognuno di noi di compiere il male, come in questo caso nel "bravo ragazzo".

Ci fa comprendere che ci sono differenti sfaccettature e per così dire tipologie di femminicidio, non soltan-

to il femminicidio epilogo di violenze fisiche, sessuali e verbali reiterate, ma anche come epilogo di una manipolazione sommersa, mediata dal senso di colpa ("mi dice che è solo al mondo, è depresso, pensa al suicidio"), espressione di un "narcisismo covert" (nascosto) e pertanto più difficile da intercettare e comprendere, aventi però, una matrice comune che ci

porta a pensare che il femminicidio sia tutt'altro che un delitto passionale, bensì di potere. "Io non posso accettare la perdita, la sofferenza che quest'ultima comporta, non posso accettare che la tua volontà non coincida con la mia".

Tutto questo al fine di attuare una rivoluzione educativa che implichi l'accettazione dell'insuccesso, della frustrazione, della perdita, dell'errore, dei vissuti negativi, che pertanto, vanno attraversati non negati o evitati, per poter essere pienamente elaborati con nuovi significati.

Elena Cecchetti richiama ad un'attenzione sociale più ampia, perché comprende che il cambiamento non può passare soltanto per il piano normativo o

scolastico o familiare.

Sto chiedendo a tutti noi di fare uno sforzo, di essere attenti quando invece siamo distratti, di guardare gli esseri umani anziché gli schermi, ci sta chiedendo un ritorno all'umanità e alla comunità. Lo sta dicendo in modo efficace ed ammirevole, con il coraggio di chi afferma una cosa non semplice da attuare, ma che ci riguarda tutti. Sto chiedendo una forma di democrazia diretta, ciascuno per ciascuno, non solo da donna a donna, ma da padre per il figlio, l'amico per l'amico, il fratello e così via... per contrastare questo fenomeno, oserei dire, pandemico.

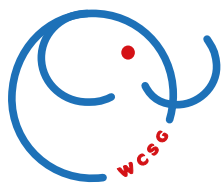
Solo così nascerà un movimento culturale di contrasto e di resistenza sociale!



**In ricordo di Giulia Cecchetti (2001-2023)**

*La città etnea ha accolto, insieme ai vertici internazionali, i coordinatori delle varie nazioni che parteciperanno dal 19 al 23 giugno ai Giochi Mondiali dello Sport d'Impresa. Sotto la guida dei dirigenti CSAIn visitati gli impianti e illustrato il piano della logistica per ospitare al meglio centinaia di atleti di tutto il mondo*

# CATANIA 2024 È GIÀ AI BLOCCHI DI PARTENZA



**CATANIA 2024**  
WORLD COMPANY SPORT GAMES

**C**atania ha accolto a metà ottobre i coordinatori per la riunione di pianificazione dei World Company Sport Games 2024 che, come è noto, la città siciliana ospiterà dal 19 al 23 giugno. La riunione dei coordinatori ha rappresentato un momento chiave nella preparazione di un evento che promette di unire il mondo aziendale at-

traverso lo sport, promuovendo il lavoro di squadra, la competizione e il divertimento. La città etnea, che funge da sfondo per i WCSG 2024, si annuncia come location perfetta per preparare il terreno a quello che sarà un evento straordinario per CSAIn, per la Sicilia, per Catania. La sua ricca storia, il meraviglioso paesaggio mediterraneo e la vibrante cultura locale la rendono una ideale città ospitante. La riunione dei coordinatori è stata una testimonianza dell'impegno della città a fare dei WCSG un grande successo nella storia di CSAIn, che proprio nel 2024 festeggia i suoi 70 anni di vita. I coordinatori con la loro presenza hanno testimoniato della natura veramente globale dei WCSG, che riuniscono professionisti, atleti e organizzazioni provenienti da diverse realtà e Paesi.

La riunione dei coordinatori ha rappresentato il forum in cui sono stati finalizzati alcuni dettagli e aspetti logistici fondamentali per l'organizzazione dei WCSG: la selezione delle discipline sportive, la visita ai tanti impianti sportivi, le disposizioni per l'alloggio e il trasporto, nonché la pianificazione delle cerimonie di apertura e chiusura. Con partecipanti attesi da circa 30 Paesi e ben 29 discipline sportive e 3 paralimpiche, è necessaria una pianificazione meticolosa per garantire un evento scorrevole e memorabile.

Primo appuntamento per tutti i coordinatori è stato il venerdì alle 13:00



Da sinistra, Enzo Falzone, Vicepresidente CONI Sicilia; Salvatore Spinella, vicepresidente vicario CSAIn; Didier Besseyre, Presidente della Federazione Mondiale Sport d'Impresa; Luigi Fortuna, Presidente nazionale CSAIn; Musa Lami, Segretario generale della Federazione mondiale



Sopra, un'immagine del Picciolo Etna Golf Resort, la bellissima struttura sul versante nordorientale dell'Etna. A destra, la piscina di Nesima che ospiterà le gare di nuoto. Sotto, un momento della riunione introduttiva presso le storiche Biblioteche Riunite "Civica e A. Ursino Recupero" alla presenza del Sindaco di Catania Enrico Trantino



presso le bellissime Biblioteche Riunite "Civica e A. Ursino Recupero", già Biblioteca benedettina, che hanno un patrimonio librario di oltre 290.000 volumi tra cui la splendida Bibbia miniata latina di Pietro Cavallini. La Direttrice, dottoressa Rita Angela Carbonaro, ha accolto i partecipanti illustrando le bellezze del luogo. Particolarmente gradita è stata la presenza del Sindaco Enrico Trantino, che ha patrocinato l'evento, portando il saluto della città. Il Primo cittadino si è poi intrattenuto con i vertici della Federazione Mondiale dello sport d'Impresa (WFCS), con il Presidente Didier Besseyre, il Segretario Generale Musa Lami, il Vicepresidente Umberto Ilardo e con il Presidente CSAIn Luigi Fortuna. Subito dopo, tutto il gruppo si è spostato a Piazza Duomo e Piazza Università, che sarà sede della Cerimonia d'Apertura dei Giochi. La visita poi è proseguita a Villa Bellini, dove si svolgerà la disciplina del "petanque", una delle specialità del gioco delle bocce, e via via c'è stata la visita agli altri impianti: quelli del calcio, il Duca d'Aosta e il Seminara;

del tennis, con i circoli Montekatira e Umberto; del padel, che si svolgerà nella struttura del City Catania Sport Club; del badminton previsto al Palacatania, e del tennistavolo, al Palaspedini.

Il giorno successivo, tutti sul bus già alle 9:00 di mattina per continuare la visita ad altri impianti sportivi, ma ovviamente non tutti quelli che saranno utilizzati durante i Giochi. Dopo una breve ma molto apprezzata visita turistica sulla storica littorina del 1935, unica al mondo ancora attiva, che per l'occasione è partita da Bronte e ha percorso un breve tratto della ferrovia circumetnea, privilegio concesso ai nostri ospiti grazie alla presenza del Direttore Generale della ferrovia e della metropolitana Salvatore Fiore, il gruppo è arrivato al Picciolo Etna Golf Resort, bellissima struttura sul versante nordorientale dell'Etna. Qui gli ospiti hanno potuto visionare il club, alcune buche grazie alle golfcar messe a disposizione e godere di un momento di relax e di un ottimo rinfresco organizzato sulla terrazza panoramica. Al rientro verso Catania, sono stati

visionati altri impianti, dal campo scuola di atletica leggera, alla piscina di Nesima, per finire con la zona de La Playa, dove si svolgeranno numerose discipline, tra cui il bowling, la struttura della Capannina che ospiterà il torneo di beach volley e il boschetto dove saranno organizzate le gare di corsa finali sui 5 e 10 km. Infine, sulla strada del ritorno, c'è stato un rapido passaggio davanti a "Le Ciminiere", quello che sarà il centro organizzativo di tutto l'evento, dove i partecipanti potranno anche mangiare la sera, e che, oltre agli eventi di intrattenimento serali, ospiterà le discipline di bridge, scacchi e calcio balilla.

Dopo il rientro all'Hotel Baia Vede tutti gli ospiti si sono ritrovati a cena presso le Cantine Nicosia, altra location molto apprezzata, con degustazione dei prodotti tipici locali. C'è stata la netta sensazione che i coordinatori abbiano avuto dalla visita un impatto positivo e una volta tornati nei loro Paesi, potranno promuovere l'evento con convinzione e passione. La città di Catania è pronta ad accogliere i partecipanti, gli atleti e gli appassionati dello sport da tutto il mondo a braccia aperte.

Mentre ci si avvicina all'evento cresce la certezza che anche la partecipazione degli atleti italiani, delle aziende e società affiliate, sarà numerosa e calorosa con la possibilità di cimentarsi nella propria disciplina a livello mondiale e sarà certamente un ulteriore stimolo il fatto di "giocare" davanti al pubblico di casa. Preparatevi dunque ad essere testimoni della magia dei World Company Sports Games di Catania 2024. Vi aspettiamo!

*Al Forum di Assago si sono svolti i Campionati nazionali dell'appassionante sport di racchetta che ora è entrato anche nel programma dei Giochi olimpici. Vasta la partecipazione per tanti avvincenti incontri iniziati nelle prime ore di una lunga giornata. Alla fine il titolo ha premiato lo Squash Club Padova*

# LO SQUASH CSAIn TROVA I SUOI CAMPIONI

**I**l 26 novembre 2023 è entrato nella storia dello squash targato CSAIn, grazie alle emozionanti "Finali nazionali di squash a squadre" che per la prima volta hanno avuto vita nell'incantevole cornice del Forum di Assago (MI).

L'evento, organizzato con grande attenzione e professionalità dallo CSAIn Nazionale, con il supporto tecnico di CSAIn Lombardia e delle ASD Sport In Action ed ASSI, ha visto la partecipazione di ben 14 squadre provenienti da diverse regioni, squadre che hanno contribuito a trasformare la manifestazione in un'esperienza indimenticabile per tutti gli atleti che hanno partecipato e gli spettatori che hanno assistito. Una giornata che, nel pieno rispetto del codice etico di CSAIn, ha celebrato non solo le vittorie, ma anche lo spirito di squadra

che pervade questo affascinante sport di racchetta.

Il percorso aveva avuto inizio con la chiusura delle iscrizioni il 10 novembre, quando quattordici formazioni ufficializzavano la loro partecipazione, lanciando così il guanto di sfida per il titolo di "Squadra campione nazionale CSAIn 2023". Si materializzavano così, grazie all'affluenza record e all'entusiasmo dimostrato da tutte le affiliate CSAIn di squash, le condizioni per la realizzazione di un evento senza precedenti, come è poi avvenuto.

La tensione pre-torneo saliva ulteriormente il 16 novembre, quando, sotto la guida di Maurizio Valerani (giudice arbitro CSAIn squash), per la prima volta veniva sperimentato il sorteggio "pubblico" del tabellone con un collegamento online.

Si viveva un momento di grande attesa, reso ancora più speciale dalla partecipazione virtuale del pluricampione Davide Bianchetti, il giocatore più rappresentativo di sempre nella storia dello squash italiano, che trasmetteva tramite video un incoraggiante e simpatico augurio di "Buon campionato" ai giocatori che avrebbero poi partecipato al campionato. Nel folto elenco delle squadre partecipanti spiccava la formazione di Albavilla (CO), che sembrava poter partire come la favorita per aggiudicarsi il titolo di campione nazionale CSAIn. Ma il campo avrebbe poi detto altro.

La formula del torneo era stata studiata per garantire un equilibrio competitivo tra le squadre, garantendo spettacolo, ma anche agonismo e divertimento per partecipanti e spettatori.



## LA CLASSIFICA FINALE

- 1) SQUASH PADOVA - 1
- 2) LEVANTE SQUASH CLUB
- 3) POLISQUASH - 1
- 4) POLISQUASH - 2
- 5) BIELLA SQUASH
- 6) A.S.S.I. SQUASH
- 7) FORUM ASSAGO
- 8) ALBAVILLA SQUASH
- 9) BERGAMO SQUASH - 1
- 10) BIELLA SQUASH - 2
- 11) SQUASH PADOVA - 2
- 12) BERGAMO SQUASH - 2
- 13) POLISQUASH - 3
- 14) SQUASH PADOVA - 3



*Sopra, la squadra dello Squash Club di Padova che ha vinto il titolo nazionale CSAIn. Nella foto, secondo da destra, è raffigurato il giudice arbitro Maurizio Valerani. Nella foto di fianco i team del Bergamo Squash e del Levante Squash Club, secondo classificato. Nella pagina precedente foto di gruppo con tutti i partecipanti*



Con un tabellone da 16 ad eliminazione diretta, le squadre si sono confrontate in incontri da tre game ai 9 punti; l'obiettivo era stato quello di totalizzare il maggior numero di punti possibile per passare al turno successivo. Nel caso di parità-punti sarebbe eventualmente passata la squadra con il maggior numero di game vinti. Già dalle prime luci dell'alba i campi erano teatro di scontri appassionati. Il rumore delle palline contro i vetri e le pareti, l'incitamento dei compagni di squadra, dei tanti spettatori presenti e la tensione palpabile nell'aria, davano vita ad un'atmosfera unica. I turni di qualifica al tabellone principale ed i quarti di finale vedevano emergere i contendenti più agguerriti, con ogni squadra impegnata a dare il massimo per accedere alle fasi successive del torneo lottando punto su punto.

Dopo quasi cinque ore di gioco emergevano le semifinaliste: nella parte alta del tabellone si posizionava la Liguria, rappresentata dal Levante Squash Club, contro la prima squadra del Polisquash Milano (Lombardia); nella parte bassa trovava posizione la seconda squadra presentata dal Polisquash Milano (Lombardia) che si trovava di fronte il Veneto rappresentato dalla formazione del Padova Squash.

Le partite di semifinale erano appassionanti ed equilibrate, con scambi di altissimo livello, punti su punti che entusiasmavano gli spettatori presenti. Si arrivava così all'attesa finale che vedeva sfidarsi per il titolo le squadre dello "Squash Levante" e dello "Squash Padova", con la formazione veneta, composta da Marco La Grassa e Denis Finesso con la guida del maestro Enrico Ferraccio-

li, ad avere infine la meglio e conquistare meritatamente il titolo nazionale. Nelle altre finali, oltre alla sfida per il podio, le squadre si sono battute con grande impegno anche per guadagnare onorevoli piazzamenti.

Il primo evento di squash a squadre CSAIn si concludeva così con un caloroso applauso per tutti i partecipanti e celebrando la vittoria della "squadra regina", lo Squash Padova che vedeva scritto sul trofeo in cristallo il proprio nome.

È stato un evento onorato da tutte le squadre e da tutti gli atleti partecipanti e che ha rappresentato un successo sportivo targato CSAIn, rendendo nello stesso tempo onore ad uno splendido e appassionante sport che finalmente, dopo tante peripezie e delusioni, è entrato in modo ufficiale nel programma olimpico e farà il suo esordio nel 2028 ai Giochi di Los Angeles. Un sentito ringraziamento va alla "Commissione Nazionale CSAIn di Squash" per la sua organizzazione impeccabile, al partner tecnico Pro Kennex che ha contribuito a nobilitare l'evento con meravigliosi premi, al Dott. Agostino Serraino (AD della Forum SSDRL), figura fondamentale per la perfetta riuscita della manifestazione, e soprattutto a tutti i meravigliosi squashisti CSAIn che hanno scritto una meravigliosa pagina di sport.

*Dal 14 al 17 novembre Taranto ha ospitato la 4<sup>a</sup> edizione del Festival della Cultura Paralimpica. Quattro giorni di testimonianze, mostre, incontri, presentazioni di libri, film e documentari per offrire una diversa percezione della disabilità. Presente all'inaugurazione anche il Presidente della Repubblica Sergio Mattarella*

# IL "CANTO" DELLO SPORT CHE ABBATTE BARRIERE



**"S**i tratta di un'altra tappa di un percorso di civiltà che il Comitato Italiano Paralimpico ha intrapreso da tempo.

Ogni barriera che si abbatte è un successo per l'intera società e il CIP, in questi anni, di barriere ne ha abbattute tante. Gli atleti paralimpici si misurano ogni giorno con le difficoltà ma queste rappresentano soltanto sollecitudini per far vedere a tante persone che ci sono talenti incredibili da mostrare". Con queste parole, il Presidente della Repubblica Sergio Mattarella ha aperto la quarta edizione del Festival della Cultura Paralimpica, che si è svolto a Taranto dal

14 al 17 novembre.

Un evento promosso dal Comitato Italiano Paralimpico con lo scopo di alimentare una silenziosa rivoluzione culturale e offrire, attraverso testimonianze, mostre, incontri, presentazioni di libri, film e documentari, una diversa percezione della disabilità, favorendo, al tempo stesso, la crescita civile della nostra società con la diffusione, grazie allo sport, di un messaggio di inclusione e integrazione.

Il Festival ha coinvolto circa 50 istituti scolastici della Puglia, 2500 studenti delle scuole secondarie di primo e secondo grado, cui si sono aggiunti ogni giorno numerosi cittadini di Taranto, e oltre 100 ospiti del mondo sportivo, dell'editoria, del cinema, dell'arte che si sono alternati negli spazi dell'Arsenale Militare Marittimo e, per quanto riguarda la presentazione dei libri, in Piazza della Vittoria. Quella di Taranto è stata la quarta tappa di un cammino nato nel 2018 a Roma, presso la Stazione Tiburtina, proseguito un anno dopo a Padova grazie alla collaborazione tra CIP e Università degli Studi di Padova e ripreso nel 2022 alla Fabbrica del Vapore di Milano, dopo la pausa imposta dalla pandemia.

L'edizione 2023 è stata anche la prima volta del Festival della Cultura Paralimpica al Sud, in una città simbolo di resilienza e della voglia di riscatto, tutti elementi ben espressi dagli atleti paralimpici. Quattro



*Ancora una volta il Presidente della Repubblica Sergio Mattarella ha voluto essere presente alla giornata inaugurale del Festival della Cultura paralimpica. Ha sottolineato come "ogni barriera che si abbatte è un successo per l'intera società"*

all'insegna dello 'Sport, linguaggio universale': questo il claim scelto, a sottolineare la capacità dello sport di superare limiti, confini e barriere.

Tante le personalità del mondo dello spettacolo, dello sport, del giornalismo che hanno animato questa quarta edizione, come il velocista e oro olimpico Filippo Tortu, l'ex calciatore Marco Tardelli, campione del mondo con la Nazionale Italiana nel 1982, la campionessa di nuoto Benedetta Pilato e l'ex schermitore Paolo Pizzo, l'atleta afghana di taekwondo della Nazionale Rifugiati Mahdia Sharifi, i tecnici di volley Amauri Ribeiro e Alessandra Campedelli.

Protagonisti, naturalmente, le atlete e gli atleti paralimpici con le loro storie: Ambra Sabatini, Martina Caironi e Monica Contrafatto – campionesse di atletica leggera e vincitrici di oro, argento e bronzo nei 100 metri T63 alle Paralimpiadi di Tokyo e ai Mondiali di Parigi – Simone Barlaam, campione di nuoto paralimpico e Best Male Athlete ai Para Awards 2023 dell'International Paralympic Committee; l'atleta afghana di parataekwondo Zakia Khudadadi, il giocatore della nazionale polacca di calcio amputati Marcin Oleksy, vincitore del FIFA Puskás Award 2022 come miglior goal.

E ancora, dal mondo paralimpico, Carlotta Gilli, Matteo Falchi, Gaia e Sara Maragno per il nuoto, l'arciere Enza Petrilli, il judoka Dong Dong Camanni, il giocatore di basket in carrozzina Joseph Joel Boganelli, il cestista della Aned Marcello Bernabeo, il canottiere Giacomo Perini, la canoista Eleonora De Paolis, le triathlete Francesca Tarantello e Silvia Visaggi, la schermitrice Rossana Pasquino, lo sciatore di nordico e triathleta Giuseppe Romele, la giocatrice di badminton Rosa Efomo De Marco, il ginnasta Riccardo Maino, i calciatori Bryan Ramirez e Paul Iyobo, il giocatore di powerchair football Donato Grande, la lanciaiutrice Maria José Giorio e il ciclista Andrea Devicenzi.

Per il mondo dello spettacolo, a Taranto sono intervenuti l'attore Raoul Bova, insieme al cast dei Fantastici 5 Fiorenza D'Antonio, Enea Barozzi, Chiara Bordi, Vittorio Magazzù ma anche Roberto Ciufoli. E poi ancora i giornalisti Valentina Bisti, Arianna Secondini, Luca Di Bella, Giacomo Pioreschi, Claudio Arrigoni, Lorenzo Roata, la Presidente di Emergency Rossella Miccio, il commissario straordinario di INAIL Fabrizio D'Ascenzo, i performers LIS Zena Vanacore e Valentina Di Leva, la influencer Nadia Lauricella e tanti altri.

Il Festival della Cultura Paralimpica



*Il murale dell'artista Giulio Gebbia, in arte Rosk, inaugurato su un edificio della città pugliese. Sono raffigurate Monica Contrafatto, Ambra Sabatini e Martina Caironi, le tre "stelle" della velocità paralimpica italiana che si sono prese tutto il podio ai Giochi olimpici e ai Mondiali. Sotto, il Presidente del Cip Luca Pancalli che si è detto felice che il Festival abbia potuto parlare anche a migliaia di studenti della città pugliese*



è stata anche l'occasione per inaugurare il murale realizzato dall'artista Giulio Gebbia, in arte Rosk, sulla parete esterna di un edificio in via Lago di Monticchio a Taranto. L'opera, commissionata dal Comitato Italiano Paralimpico in accordo con il Comune di Taranto, è interamente dedicata al mondo paralimpico e ritrae Ambra Sabatini, Martina Caironi e Monica Contrafatto, trionfatrici nei 100 metri T63 ai Giochi Paralimpici Estivi di Tokyo 2020.

“È stata un'edizione straordinaria nobilitata dalla presenza del Presidente della Repubblica. In queste quattro giornate abbiamo voluto dimostrare che lo sport è un linguaggio universale che può abbattere barriere e contribuire a costruire un Paese più giusto e più civile. Con la nostra presenza a Taranto abbiamo voluto, inoltre, inviare un messaggio preciso, ossia

che lo sport può rappresentare uno straordinario strumento di inclusione e integrazione e favorire il pieno riconoscimento dei diritti di cittadinanza delle persone con disabilità. La presenza di atleti olimpici e paralimpici è stata inoltre l'occasione per superare, ancora una volta, ogni forma di pregiudizio e ogni separazione fra i due mondi sportivi e per ribadire che la passione per lo sport non conosce differenze. Sono particolarmente lieto, infine, che questo Festival sia riuscito nell'intento di parlare agli studenti delle scuole. A loro, che saranno la futura classe dirigente del Paese, abbiamo consegnato un incredibile bagaglio di storie e di testimonianze che ci auguriamo possa dare vita a tante riflessioni e iniziative”, ha dichiarato il Presidente del CIP Luca Pancalli.

*L'anconetano Casadei è diventato primatista assoluto nel lancio del giavellotto tra gli atleti con disabilità intellettivo relazionale. Ha iniziato da bimbo lanciando sassi*

# LUIGI SI È PRESO IL MONDO

**A**veva già vinto tutto, mancava solo una cosa, il record mondiale. Luigi Casadei se l'è preso lo scorso 8 ottobre a Busto Arsizio quando, nel contesto di una gara FIDAL, ha lanciato il suo giavellotto a 56,99, nuovo primato per un atleta FIDIR, la Federazione italiana sport per atleti con disabilità intellettivo relazionale. Nato ad Ancona il 21 ottobre 2001, Luigi ha messo in chiaro già da piccolo che di energia, soprattutto cinetica, ne aveva da spendere contribuendo così al mantenimento della forma fisica anche di parenti e amici, costretti ad adeguarsi per non perderlo di vista.

Incluso nel vasto mondo della disabilità intellettivo relazionale, a causa di un ritardo mentale non grave, Luigi ha manifestato, fin da giovanissimo, una spiccata dote al lancio di sassi e oggetti vari, anche su bersaglio umano (in particolare sua sorella Bianca), mostrando un notevole talento sia in gittata, che in precisione (Bianca è rimasta illesa, un po' come la modella di fronte al lanciatore di coltelli). Papà Michele e mamma Francesca, escludendo la carriera circense, lo hanno perciò incoraggiato verso il lancio del vortex e quindi del giavellotto. Luigi è entrato a far parte della Stamura Ancona, per la FIDAL, e dell'Anthropos Civitanova per la FIDIR (Federazione Italiana Sport per atleti con Disabilità Intellettivo Relazionale) e anche per la FISPE, Federazione sport paralimpici (Categoria T20), sotto la guida del tecnico Marcello Salati. A 16 anni, esordisce in nazionale FIDIR e vince il suo primo Campionato Italiano assoluto, il campionato regionale di categoria allievi FIDAL e partecipa al primo evento internazionale FIDIR (a livello mondiale denominata VIRTUS): i Summer Games di Parigi, classificandosi al 5° posto.

Ad eccezione dei Global Games (le Olimpiadi degli intellettivo-relazionali) del 2019 a Brisbane per un incidente al gomito, Luigi ha partecipato a tutti i successivi Campionati italiani assoluti FIDIR (vincendoli tutti); ai campionati Mondiali di atletica VIRTUS di Bydgoszcz (Polonia) 2021 (vincendoli, stabilendo il record europeo e ricevendo il premio di miglior atleta della manifestazione); ai suoi secondi VIRTUS Summer Games, a Cracovia 2022 (vincendoli e ritoccando il suo record europeo, portandolo a 53,46 metri).

Per questi risultati Luigi ha ricevuto dal Sindaco di Ancona, il 3 maggio 2022, la civica benemerenda, "il Ci-



*Tutta la soddisfazione di Luigi Casadei dopo aver superato il record mondiale di giavellotto con la misura di 56,99*

riachino".

Il 31 marzo 2023, il Comitato Italiano Paralimpico (CIP) gli conferisce, unico atleta marchigiano, la Medaglia d'oro al Valore Sportivo.

Quest'anno, oltre agli assoluti FIDIR a Montebelluna, si è rifatto della mancata partecipazione all'edizione 2019 vincendo a inizio giugno, a Vichy, i VIRTUS Global Games.

Settembre e ottobre sono stati un momento magico, così come lo è stato l'incontro con Gianluca Tamberi, ottimo giavellottista e ragazzo straordinario, per la cronaca fratello di Gimbo. I due hanno vissuto una simbiosi tecnico-agonistica, e prima ancora una reciproca empatia, in un crescendo di stimoli, sorrisi e risultati culminati con la misura mondiale raggiunta a Busto Arsizio. Ora il suo traguardo è di ottenere il minimo per i Campionati assoluti della Federazione italiana di atletica.

Luigi non fa solo sport: si è diplomato all'Alberghiero, ha la patente, lavora in un supermercato la mattina, ha una ragazza e, in generale, non vede diversi intorno a sé, ma solo persone, cui dedica sempre il suo bel sorriso.

# NELL'ANNO DELLA RYDER CUP, IL GOLF CSAIN È STATO E SARÀ PER IL FUTURO



Centri Sportivi  
Aziendali e Industriali



**CAMPO PRATICA E PERCORSO EXECUTIVE**  
via Tenca snc - Sabaudia (LT)

**PER INFORMAZIONI 333 700 1167**



*Ad Ecomondo, l'importante fiera di Rimini dedicata all'ambiente, Confindustria Cisambiente, su iniziativa del Direttore Generale Lucia Leonessi, ha organizzato un evento centrato in particolare sullo smaltimento e sul recupero dei materiali legati a settori in grande espansione come quelli del tessile e dell'elettronica*

# UNA NUOVA ECONOMIA E UNA NUOVA SFIDA

**N**el corso dell'edizione 2023 di Ecomondo a Rimini durante il primo giorno dell'inaugurazione dell'importante fiera dedicata all'ambiente, Confindustria Cisambiente è stata protagonista sul Palco Centrale Hall Sud con l'evento "Terre Rare - Elettronica, Tessile e Terre Rare: l'Economia si rinnova!".

L'evento è stato fortemente voluto dal Direttore Generale di Confindustria Cisambiente **Lucia Leonessi** che crede nell'apertura di nuovi mercati (per il settore delle terre rare, del tessile e del Raee) che potranno rivelarsi sicuramente una grande opportunità per l'industria italiana. L'ambiente così acquista non solo fascino per l'inserimento di settori attenti come quello dei metalli preziosi, del Made in Italy e del mondo della moda ma anche per la grande possibilità economica che si offre a tutti gli operatori del settore ambiente. Queste le considerazioni di alcuni dei protagonisti sul tema dell'evento che è stato moderato da **Tessa Gelsio**, con le riflessioni finali di **Alessandro Meluzzi**.

**Lucia Leonessi** (DG Confindustria Cisambiente): "L'economia avrebbe voluto rinnovarsi da tempo, dobbiamo fare uno sforzo in più per farla rinnovare davvero. Il tessile è fondamentale insieme al food e al turismo, noi per la moda siamo famosi nel mondo. Smaltire e recuperare materiali tessili richiede un grandissimo lavoro ma abbiamo fiducia nei produttori e nei recuperatori".

Il Ministro dell'Ambiente e della Sicurezza Energetica **Gilberto Pichetto Fratin**: "Il sistema produttivo italiano, il sistema Confindustriale che fa da traino e da esempio, è quello che per primo ha colto l'opportunità del cambiamento. Fare meglio, produrre meglio, dare più



*Un momento dell'evento organizzato ad Ecomondo da Confindustria Cisambiente*

profitto e più lavoro in vista del futuro: questa è la strada che ogni giorno dobbiamo coltivare. Confindustria Cisambiente è in prima fila, bisogna proseguire così. Una delle sfide personali che ho è quella burocratica per cercare di semplificare il tutto". **Omar Antonio Cescut** (Consigliere Generale Confindustria Cisambiente e Responsabile Area Preziosi e Terre Rare): "Il 90% del fatturato ad oggi è all'estero e quindi il Made in Italy viene richiesto fuori dal nostro Paese. Ci troviamo in una situazione con richiesta di internazionalizzazione, dobbiamo trovare delle soluzioni interne performanti dal punto di vista tecnologico".

**Matteo Mantellassi** (CEO Manteco): "La nostra azienda quest'anno fa 80 anni ma sono un po' giù di morale per la situazione che stiamo vivendo in Toscana. Molti hanno perso case, beni e tanto altro, non è un momento semplice per tante persone purtroppo. Noi facciamo un riciclaggio meccanico a bassissimo impatto ambientale, stiamo lavorando con gruppi di lavoro dell'Unione Europea per dare un approccio positivo a tutta la circolarità".



*A Roma disputate le finali nazionali CSAIN Eurambientesport di Walking Football. Ben sedici squadre si sono contese i titoli nelle quattro categorie*

# SIAMO TUTTI CAMPIONI

**S**ono stati due club delle Marche e due della Toscana ad aggiudicarsi i titoli di Campioni nazionali CSAIN Eurambientesport di Walking Football. Le finali si sono disputate a Roma, sabato 18 e domenica 19 novembre, nel Centro Sportivo Dabliu all'Eur, con una splendida cornice di pubblico che ha goduto anche di due belle giornate soleggiate. Era presente anche il Presidente di Eurambientesport Silvano Martinotti che non si è limitato a rimanere in tribuna ma ha dato il buon esempio scendendo anche lui in campo per sostenere il proprio team.

Erano sedici le squadre qualificate alla fase finale e che si sono poi date battaglia per conquistare i titoli di Campione/Campionesse d'Italia nelle quattro categorie di età previste: Over 40 femminile e Over 50, Over 60 e Over 67 maschile. Sabato 18 sono iniziati gli incontri di quello che è stato il primo torneo nazionale disputato nel nostro paese riservato alle "signore" Over 40. Il titolo di Campionesse d'Italia se lo è aggiudicato il **Recreativo Doc Pistoia**, guidato da Elena Proserpio Marchetti e Fabiana Benfari, con alle spalle rispettivamente sette e quattro stagioni nella Serie A del nostro calcio femminile. Le toscane, al termine di un torneo di alto livello concluso a punteggio pieno, hanno battuto nell'incontro decisivo il **Formello Calcio Women** per 2-0.

Nello stesso pomeriggio si è giocato anche il torneo Over 67 maschile che ha visto la **Pro Calcio Ascoli**, ben diretta sia da fuori che in campo da Gabriele Cinelli, aggiudicarsi il titolo di Campione d'Italia. Questa categoria riservata ai giocatori "più in età" ha dato vita a partite assai combattute e i marchigiani per arrivare al titolo hanno dovuto superare un coriaceo **Novarello WF** ben diretto dalla panchina da Edmondo Sadocco e supportato anche dalla presenza in campo di Silvano Martinotti, il Presidente del Progetto CSAIn Eurambientesport. Nell'incontro tra ascolani e novaresi a decidere il risultato della partita e l'assegnazione del titolo è stato un gol, l'unico dell'incontro, di Massimo Silva, ex giocatore di Milan, Lazio ed Ascoli, il quale in tutti e tre



*Silvano Martinotti, Presidente di Eurambientesport, in azione con palla al piede. La sua squadra, la Novarello WF, ha disputato la finale per la categoria Over 67. In alto a sinistra, la formazione della Pro Ascoli Calcio vincitrice del titolo Over 67. A destra, le signore del Ricreativo Doc Pistoia laureatesi campionesse d'Italia*

gli incontri disputati ha deliziato il pubblico con giocate di altissimo livello. Presente in campo anche il sempreverde Lamberto Boranga, classe 1942, con 98 partite disputate in serie A e 133 in serie B.

Domenica 19 si sono invece svolte le Finali delle categorie maschili Over 50 ed Over 60. In quella dei più "giovani" si è visto in campo un livello tecnico eccellente da parte di tutte e quattro le squadre. Alla fine vincitori a punteggio pieno sono risultati i **Panchester United** di Fermo che hanno doppiato il titolo del 2019 ottenuto nel Progetto UISP. La squadra del Presidente Fabio Belà, che annoverava diversi componenti della rappresentativa Nazionale CSAIN recente vincitrice del Torneo 7 Nazioni di Dublino, ha ottenuto il titolo avendo la meglio sui lombardi del **Marilyn Food Parona**. Infine la Categoria maschile Over 60 ha visto prevalere la **Costa degli Etruschi** del Presidente Gianfranco De Feo. ●

*Valerio D'Epifanio e Vito Gibin*

*Il cielo di Taranto ha fatto da palcoscenico al raduno organizzato dalla sezione CSAIn. Coinvolti tanti appassionati di tutte le età. In volo aerei acrobatici e quadricotteri di ultima generazione, ma anche apparecchi della Prima e Seconda guerra mondiale. Una comunità che ha condiviso le proprie esperienze*

# AVIOMODELLI, IN PUGLIA È UN GRAN GALÀ

**N**ella splendida domenica del 15 ottobre, la pista ospitata nella struttura del Gruppo Aeromodellistico Tarantino, sede secondaria dello CSAIn Aeromodellismo Lazio, è diventata il palcoscenico di un evento straordinario: un raduno di aeromodelli che ha visto l'unione di appassionati arrivati da tutta la regione Puglia ma anche da fuori regione. Sotto la guida del loro Presidente Gianfranco Leporale i partecipanti hanno trascorso una giornata indimenticabile dedicata al volo e all'amicizia.

L'evento ha offerto spettacolo e divertimento per gli appassionati di tutte le età. Una varietà di modelli ha solcato i cieli di Taranto, catturando l'attenzione di tutti. Dall'eleganza degli aerei acrobatici alla nostalgia dei modelli di aerei della Prima e Seconda guerra mondiale, c'era davvero qualcosa per tutti gli amanti dell'aviomodellismo. Inoltre, non sono mancati i quadricotteri di ultima generazione, dimostrando quanto sia vario e innovativo il mondo dell'aeromodellismo. Il raduno non era solo per gli esperti. L'organizzazione ha pensato anche ai più piccoli, offrendo loro la possibilità di partecipare a una prova di pilotaggio. Con il sostegno e l'esperienza del socio Marcello Pulito i più giovani hanno avuto l'opportunità di prendere il controllo dei loro modelli e sperimentare l'emozione di volare. Una menzione speciale va alla scuola di pilotaggio attiva all'interno del Gruppo Aeromodelli-



stico Tarantino. Qui i nuovi piloti possono apprendere le basi del volo, migliorare le loro abilità e condividere la passione per l'aviomodellismo. Questa iniziativa ha contribuito a far crescere la comunità degli aeromodellisti aprendo la porta a nuove esperienze. L'evento ha offerto molto più di semplici esibizioni di aeromodelli. È stata un'occasione unica per gli appassionati di condividere le proprie esperienze, apprendere nuove tecniche e stabilire connessioni significative. Mentre gli aeromodelli solcavano i cieli, un ulteriore elemento di sorpresa ha catturato l'attenzione di tutti i presenti: il sorvolo di un ultraleggero che ha attraversato in tutta sicurezza la pista a bassa quota.

In conclusione, questo raduno è stato un evento che ha unito gli appassionati di aeromodellismo da tutta la regione Puglia e oltre. Grazie all'entusiasmo e alla passione dei partecipanti, questa giornata rimarrà indimenticabile per chiunque abbia avuto il privilegio di essere presente. Con l'organizzazione impeccabile del Gruppo Aeromodellistico Tarantino e l'atmosfera di amicizia che ha pervaso l'intero evento, il raduno ha dimostrato che il cielo è davvero il limite quando si tratta di condividere la passione per il volo. ●



*Il raduno pugliese era stato preceduto da quello tenutosi nella Capitale*

## A ROMA IL PROLOGO CON TANTO DI PREMIO

Il 1° ottobre si è tenuto un grande spettacolo di aeromodellismo ospitato dal Gruppo Aeromodellistico Sorci Verdi presso il loro campo volo situato a Roma, in via della Magliana, il tutto con la collaborazione di A.A. Volo In Pendio e Ali Castelli Romani, tutte ASD affiliate CSAIn Lazio. Il bel tempo e la mite temperatura hanno favorito la riuscita della manifestazione che ha attirato un gran numero di piloti, costruttori e appassionati da tutto il Centro Italia. Il "tema" proposto per le due giornate erano i voli di Aeromodelli, fedeli riproduzioni dei veri aerei. Complice il cielo azzurro come sfondo e le temperature autunnali perfette, l'evento prometteva spettacolo ed emozioni. Il campo di volo, situato in una vasta area aperta lontano da alberi e colline, è stato allestito per accogliere una vasta gamma di aeromodelli. Aerei, elicotteri, alianti, c'era spazio per tutti. Gli stand dei costruttori ama-

toriali e piloti erano dislocati lungo il perimetro del campo, offrendo agli appassionati la possibilità di esplorare e vedere gli ultimi modelli ed accessori. La manifestazione includeva una prima parte, nella mattinata, in cui i piloti dovevano far volare i propri aeromodelli. Abbiamo visto uno spettacolo di maestria e destrezza, con piloti che eseguivano loop, roll e tonneau spettacolari. Una giuria composta dai presidenti delle varie associazioni aeromodellistiche doveva giudicare il modello più bello, più elegante e soprattutto quello con il volo più realistico, somigliante al vero.

Dopo le esibizioni, ha accolto tutti i partecipanti una riunione conviviale organizzata nei minimi particolari: pasta fredda, barbecue con bruschette, salsicce e bistecche, la mitica porchetta di Ariccia accompagnate da acqua, vino, birra e caffè. Molti piloti esperti hanno raccontato le loro

avventure nel mondo dell'aeromodellismo ed hanno dato consigli preziosi ai nuovi arrivati. Le connessioni e le amicizie sono fiorite, creando una comunità ancora più forte. Il pomeriggio di sabato è proseguito dando la possibilità di volare anche ai piloti che non avevano una riproduzione da esibire in gara. Quindi si è potuta ammirare la loro abilità nel pilotare gli aerei attraverso manovre di estrema precisione come il volo acrobatico 3D.

Infine il momento clou! La premiazione che ha visto trionfare elicotteri e biplani, ma soprattutto tanta allegria e simpatia.

La manifestazione di ottobre è stata un vero successo, riunendo gli appassionati e celebrando l'amore per il volo radiocomandato. Nel tardo pomeriggio, i partecipanti si sono salutati felici di aver trascorso una splendida giornata, dandosi appuntamento al prossimo ottobre. ●



*L'Ente è partner di un'associazione che, grazie all'intuizione di un preparatore atletico, ha reso disponibile attraverso gli anni un metodo con validità scientifica che permette, a chi ha problematiche di movimento, di ritrovare equilibrio ed efficienza fisica. Ma la tecnica applicata si è rilevata utile anche per gli atleti*

# CSAIN E WESET OLTRE OGNI OSTACOLO



**I**l metodo WESET (Walk & Balance Enhancement Setting Training Program) è nato in una palestra di Campagnano Romano, nell'alto Lazio, da un incontro casuale tra Giuseppe Chioldi, un preparatore atletico di professione, e una signora di nome Anna. Anna camminava su un tapis roulant zoppicando sulla gamba sinistra. Giuseppe, presente in sala, fresco di un corso di riabilitazione post traumatica per sportivi, si avvicinò e chiese se potesse essere d'aiuto per quel pro-

blema alla gamba.

La risposta letterale della signora fu: «Ho la sclerosi multipla, puoi fare qualcosa per farmi camminare meglio?». Dalla schiettezza di quella risposta nacque un rapporto unico. Infatti fu solo la casualità della vita a far sì che Giuseppe Chioldi venisse in contatto con questa terribile malattia e ne rimanesse coinvolto a tal punto da dedicarsi al suo studio per proprio conto. I corsi sulla respirazione, sulla percezione del corpo nello sportivo, sui concetti avanzati di equilibrio, sulla preparazione atletica in generale, gli fornirono immediatamente un quadro chiaro sulla sfida che stava andando ad affrontare.

Nasceva così, nei giorni e nei mesi successivi, attraverso il lavoro l'embrione del sistema WESET, che fu il nome dato successivamente al protocollo di allenamento che si andava sviluppando.

I lavori svolti insieme alla signora Anna vennero proposti al suo neurologo di fiducia e pian piano apprezzati per l'efficacia dimostrata nel recupero motorio. Attraverso il passaparola, iniziarono a frequentare la palestra sempre più persone affette dalla stessa patologia.

Fu quasi subito evidente che il metodo avesse particolare efficacia perché per la prima volta, attraverso tecniche multiple, non si "imponavano" al corpo movimenti e allenamenti a cui adeguarsi, ma si usava un linguaggio che "proponeva" al



*In alto da sinistra: Dino Zoff, Giacomo Crosa e Marcello Pace, Vicepresidente CSAIn e Presidente CSAIn Lazio. Sotto, sempre da sinistra, Federico Fracassini, assistente e preparatore, Giuseppe Chioldi, da cui è partito il progetto, e Gianandrea Strekely, Presidente onorario Weset,*

sistema mente-corpo un'alternativa al movimento e all'allenamento che era già conosciuto. Eravamo noi che proponevamo nella lingua del "sistema fisico" un gesto specifico, non era il corpo che doveva adeguarsi e capirci eseguendo. Se la proposta di assetto, di movimento, era accettata dal sistema umano veniva immediatamente resa disponibile alla persona che la richiedeva.

I risultati furono così evidenti che molti neurologi vennero a visionare il sistema per capire cosa lo rendesse particolarmente efficace.

L'incontro con la neurologa Giovanna Borriello (oggi responsabile scientifica WESET) fu determinante per il futuro del protocollo. Credendo nel progetto la Dottoressa Boriello coinvolse Gianandrea Strekely, un esperto finanziario, che pianificò la futura sperimentazione ed a tutt'ora la mente organizzativa del sistema.

Scaturì da questo incontro a tre, la determinazione che la "visione" doveva essere presentata al mondo scientifico. Partì una sperimentazione (prima attraverso studi pilota, poi attraverso una sperimentazione ufficiale) e quindi una collaborazione col mondo neurologico e col mondo sportivo di alto livello.

In circa sette anni, attraverso un accordo programmatico con l'università di scienze motorie "il Foro Italico" e l'onlus "semper mobilis", che si occupa di sclerosi multipla, furono ultimate le sperimentazioni e fu pubblicata la ricerca scientifica che così diede una veste ufficiale al metodo e alla sua funzionalità. Il metodo fu appunto chiamato WESET.

Invece le prime applicazioni che hanno riguardato l'aspetto sportivo e i sistemi di allenamento ebbero luogo quando, nella stessa palestra dove veniva "allenata" la signora Anna, una persona presente, assistendo alle sedute, chiese se le stesse tecniche di riassetto posturale applicate al baricentro potevano essere applicate anche ad atleti.

Si trattava di Lorenzo Resta, team manager all'epoca del team HONDA Martin motocross. Testato con successo su Evgeny Bobryshev, uno dei piloti del mondiale, il protocollo entrò nel mondo del motocross e Giuseppe Chiodi si ritrovò, dal 2011 al 2018, a seguire ogni gara del mondiale, prima col team HONDA e due anni dopo con il team KTM De Carli e con campioni come Antonio Cairoli, nove volte vincitore del titolo mondiale, e Horge Prado, tre volte iridato.

Presto furono interessati numerosi



*Due campioni, Dino Zoff e Bebe Vio, si allenano sotto la guida di Giuseppe Chiodi. Sotto, sempre Chiodi, Zoff e Vio in compagnia di Pif, il popolare scrittore e conduttore televisivo*



atleti di alto livello e, oltre la nazionale italiana di motocross, fu coinvolta anche la nazionale paralimpica di scherma con in prima fila la straordinaria Bebe Vio, così come, a titolo personale, Dino Zoff.

Il metodo con gli atleti paralimpici trovava una sua naturale evoluzione unendo nello stesso sistema recupero motorio e preparazione atletica.

Negli anni si è delineato pienamente il carattere di WESET: un protocollo che guarda il corpo umano come "sistema da ottimizzare", rivolto quindi trasversalmente a tutte le persone sportive, dove per sport si intende apprendimento e implementazione del movimento.

In base a questa visione e al conseguente approccio, WESET tratta sportivi e persone che stanno lottando per recuperare i semplici gesti quotidiani alla stessa maniera, da sportivi, relativamente al loro livello.

Lo sport puro e lo sport come attività atta ad incrementare in maniera individuale o in gruppo la propria naturale prestazione fisica è quindi il fulcro concettuale del sistema, bisogna solo adattarlo alla persona che ci si

pone davanti.

Questa visione, ha portato l'associazione WESET, che ha nel 2018 il suo ufficiale anno di nascita, dopo la pubblicazione dei risultati di ricerca, ad organizzare negli anni manifestazioni in cui trasversalmente, le persone si riuniscono e fanno sport insieme. L'ultima iniziativa ("Oltre ogni ostacolo") si è svolta ad ottobre scorso nella palestra del Centro Sportivo della Polizia di Stato di Tor di Quinto a Roma con CSAIn ancora una volta partner affidabile. Queste manifestazioni uniscono il professionista, l'atleta paralimpico, la semplice persona che mette in gioco sé stessa per la prima volta in una disciplina, e cercano, attraverso lo sport, di abbattere tutte quelle barriere che sono esclusivamente mentali. Nel futuro e nei sogni di WESET, ci sono nuove sperimentazioni e la creazione di borse di studio dedicate a giovani ricercatori. L'arrivo di nuove menti e di nuove "visioni" garantirebbe il futuro ai concetti fino ad ora espressi ed al "linguaggio" proposto al corpo dal protocollo WESET.

# AMICI DI SPORT

STORIE DI SOCIALIZZAZIONE E INCLUSIONE



**CONCORSO DI CINEMATOGRAFIA  
SPORTIVA DOCUMENTARIA**

riservato alle Associazioni  
e Società Sportive Dilettantistiche  
e alle Associazioni  
di Promozione Sociale affiliate a CSAIn

TERMINE PER L'INVIO DEGLI ELABORATI

**16 DICEMBRE 2023**

BANDO E REGOLAMENTO

[www.csain.it](http://www.csain.it)

Info: 340.4102468

[cortidisportcsain@gmail.com](mailto:cortidisportcsain@gmail.com)

*Gli studenti del San Giuseppe Villoresi di Monza, affiliato CSAIn, hanno scoperto, grazie a Paolo Gamba, ex azzurro, quanto è divertente il Sitting Volley, la pallavolo paralimpica*

# TUTTI GIÙ PER TERRA!

**M**artedì 21 novembre gli studenti del Collegio San Giuseppe Villoresi di Monza, affiliato a CSAIn, hanno avuto il piacere di incontrare e conoscere Paolo Gamba, giocatore ed ex capitano della Nazionale Italiana di Sitting Volley, la pallavolo paralimpica che si gioca stando seduti a contatto con il campo da gioco.

Paolo, titolare di un'impresa edile, nel 2005 mentre stava lavorando è rimasto schiacciato dal muletto che stava manovrando compromettendogli gravemente la gamba sinistra. Dopo diversi mesi, visto che la gamba non dava segni di miglioramento, i medici hanno deciso di amputargliela, togliendo però a Paolo quel peso morto che lo stava tanto ostacolando.

Da lì, tutta la sua vita è cambiata. Praticava numerosi sport, come il calcio, lo sci, la danza e tutto sembrava finito; per lui il movimento e lo sport sono sempre stati una grande passione. Nel 2014, grazie all'aiuto di un amico, ritorna al suo primo amore, la pallavolo cominciando a praticare Sitting Volley e da una situazione di handicap è diventato capitano della Nazionale promuovendo questo sport tra i giovani, come opportunità di inclusione perché può essere praticato sia da disabili che da normodotati.

Nella mattinata di incontro, gli studenti del Villoresi dopo aver ascoltato con grande emozione e attenzione la sua storia, nella palestra della scuola hanno provato in prima persona la disciplina del Sitting Volley.

La regola basilare di questa disciplina è molto semplice: il giocatore nel momento in cui tocca la palla deve trovarsi con le natiche a contatto con il pavimento. Si gioca su campo da 10x6 m, circondato da una zona libera larga almeno 3 m da ogni lato. La rete deve misurare 0,80 m e posta verticalmente sopra la linea centrale, ad un'altezza nella sua parte superiore di 1,15 m per gli uomini e di 1,05 m per le donne. In campo possono giocare sei giocatori e come la pallavolo tradizionale sono previsti le battute, i muri, i palleggi e i bagher.

Prima della partita vera e propria, con le direttive di Paolo Gamba, i ragazzi hanno eseguito degli esercizi propedeutici alla disciplina, come le scivolote, i tre passaggi



*Gli studenti del Collegio San Giuseppe Villoresi di Monza impegnati ad apprendere i fondamentali e le regole del Sitting Volley. Nella foto a sinistra gli studenti stanno seguendo le istruzioni di Paolo Gamba*

e l'esecuzione delle battute. Successivamente sono stati divisi in quattro squadre dando il via alle diverse partite di gioco e mettendo in pratica quanto imparato. La vera sorpresa della mattinata è stata vedere diversi studenti molto timidi e quasi timorosi nel provare la disciplina, divertendosi e facendo squadra con gli altri compagni, dando conferma che lo sport è un grande strumento di inclusione.

Un altro momento emozionante è stato quando uno studente, al quale è stata amputata una gamba per una malattia, ha avuto il "coraggio" di fronte agli altri studenti di rendere pubblica la sua condizione fisica, ma trovando in Paolo una figura di supporto; hanno infatti parlato di protesi, di voglia di reagire e di non arrendersi facendo le cose che fanno le persone normodotate. Paolo ha voluto far capire che con la tenacia e la determinazione, nella vita si possono raggiungere molti traguardi e a prescindere dalle proprie condizioni fisiche ogni persona può raggiungerli perché "seduti per terra siamo tutti uguali". ●

*La città campana ancora una volta è stata casa ideale per un evento di ginnastica a cui hanno partecipato anche atlete di Calabria e Molise. Spazio anche ai maschietti*

# CASERTA A TUTTA **RITMICA**

**D**omenica 26 novembre si è svolto a Caserta, presso la palestra dell'ITS "Michelangelo Buonarroti", istituto diretto dalla dirigente scolastica dott.ssa Vittoria De Lucia, il 1° torneo Interregionale CSAIn di Ginnastica Ritmica. L'evento si è svolto in collaborazione con CSAIn Campania e ha visto la partecipazione di società, oltre che della Campania stessa, anche della Calabria e del Molise.

Nella cornice della città borbonica, come anticipo della stagione e test per alcune ginnaste in previsione della Winter Edition, evento nazionale della Federazione, si sono esibite numerose atlete, sia dei livelli base sia dei livelli Gold. Per consentire la partecipazione delle ginnaste/i si è cominciato alle ore 10,00 per terminare alle ore 17, consentendo così a tutti di poter ritornare comodamente a casa nell'ambito della stessa giornata. La manifestazione si è avvalsa di una giuria già rodada grazie all'impegno precedentemente assolto nel Campionato nazionale. Ne hanno fatto parte, sotto la Presidenza della professoressa Marina del Pezzo: Masella Federica (D1), Maresca Stefania (D2), Vitale Arianna (E1), Vitale Giulia (E2). Un particolare ringraziamento va al signor Mario Moccia per la collaborazione sul campo; a Valter Scalera e Masha Plotkina per il servizio fotografico, coppia che ormai a tutti gli effetti fa parte dello staff; al dj Pino Ferraris, del service di Enzo Saccone, per la regia musicale. CSAIn da oltre 7 anni promuove la ginnastica ritmica sul territorio campano e nazionale e ha preso la decisione di aprire questa specialità anche ai maschi, così come avviene in molte nazioni europee. I risultati hanno dimo-



strato che la ritmica può essere praticata da entrambi i sessi con evoluzioni e atleticità talvolta davvero di ottimo livello. Al di là degli aspetti puramente tecnici e agonistici una ritmica aperta ad entrambi i sessi offre una visibilità di eguaglianza e accoglienza a coloro che purtroppo sono ancora fermi su improponibili pregiudizi (uomo-donna, bianco-nero, alto-basso, magro-in carne, cattolico-induista, giovane-vecchio). Insomma anche in una palestra, al ritmo della ginnastica, le nuove generazioni possono prendere consapevolezza che i tabù non rendono migliori.

Lo spettacolo è stato davvero emozionante e gradito da parte di tutti, questo grazie all'intervento del Dott. Genaro Rega, presidente regionale CSAIn, e dell'organizzazione della referente nazionale prof.ssa Marina del Pezzo. Un bis ben riuscito dopo l'evento che era stato organizzato lo scorso giugno in Molise, anche lì con una notevole partecipazione di associazioni arrivate da più regioni. ●

## LE SOCIETÀ PARTECIPANTI

- Dream Gym Caserta  
(Dir. tecnica Prof.ssa Marina Del Pezzo)
- Dream Gym Scalea/Diamante (Cs)  
(Dir. tecnica Prof.ssa Giulia Vitale)
- Kodokan Cosenza  
(Dir. tecnica Prof.ssa Eugenia Markevic)
- Sakai Battipaglia  
(Sa) (Dir. tecnica Prof.ssa Stefania Maresca)
- Ars Gymnica Rc  
(Dir. tecnica Prof.ssa Valeria G. Federico)
- Sporting Bovianum Boiano (Cb)  
(Dir. Tecnica Prof.ssa Antonella Policella)



*A Telgate, in provincia di Bergamo, via alla stagione indoor di tiro con l'arco. Subito una novità: la prova 2D in "notturna" con bersagli fluorescenti*

# LE FRECCHE SFIDANO IL BUIO

**I**l meteo bizzarro di un mese ottobrina, che ha teso la mano ad un'estate infinita, ha infine ceduto il passo ad un autunno piovoso, con il sole che a tratti ancora si insinua, cercando una breccia tra le nuvole dense.

Si va ancora per boschi a tirar con l'arco, ma quando novembre annuncia il suo arrivo, la stagione porta con sé un susseguirsi di eventi: le competizioni Indoor. Ed il popolo indomito degli arcieri, la cui costanza e presenza vanno oltre il voler un risultato in campo, vive la necessità di condividere una passione e stare in compagnia, affrontando trasferte e macinando chilometri perché una domenica senza arco non è da considerare.

È dunque si è giunti all'apertura ufficiale della stagione Indoor, con il primo dei sette appuntamenti che porteranno gli arcieri alla finale del Campionato di Vigevano, nel mese di febbraio 2024.

Location scelta, il Centro Sportivo di Telgate, Bergamo, già sede di competizioni di tiro con l'arco CSAIn, presso il quale, l'ultimo fine di settimana di ottobre, il Comitato Provinciale Cremona ha organizzato due giornate di gare, con un riscontro di presenze senza precedenti in una sfida regionale al chiuso.

Sabato 28 il ritrovo per gli organizzatori che hanno allestito gli spazi adibiti a campo gara del Palazzetto, predisponendo la struttura del fondale, i bersagli e le postazioni di tiro, con il supporto dei giudici incaricati alla verifica regolamentare dei campi.

Il doppio appuntamento previsto per il weekend ha

richiesto un intervento organizzativo maggiore per la necessità di mettere in campo la notturna 2D il sabato sera, oltre al doppio 25 Round & Trophy del giorno successivo, domenica 29.

Novità assoluta in CSAIn la gara in 2D; per l'occasione, i bersagli su pannello erano tratteggiati da una vernice blu fluorescente che disegnava il profilo di animali, creando un effetto spettrale. Allo spegnere dei fari all'interno della struttura, immagini liquide e quasi fluttuanti sono apparse avvolte da una luce spettacolare, sollevando uno stupore collettivo. Dieci le postazioni di tiro poste in sequenza e a distanze differenti, rispettando il regolamento di una 25 Round tradizionale. Tangibile l'entusiasmo percepito tra i partecipanti in questa gara sperimentale, vissuta in un clima giocoso e coinvolgente, soprattutto ed incredibilmente gradito dai più grandi. Un ottimo feedback per chi ha ideato la gara, che ha in animo di riproporla durante i prossimi eventi.

La domenica mattina il Centro ha aperto presto le porte per accogliere gli arcieri.

Alle 9 il via della Round, gara in linea di venti piazzole, i cui bersagli sono posti a distanza massima di 25 metri; gli atleti, spostandosi, ad ogni sequenza di tiro scoccano due frecce per singolo bersaglio.

L'elevato numero di partecipanti ha richiesto una suddivisione in due turni di tiro in base alla categoria.

Nel primo pomeriggio di nuovo in campo per la gara Trophy. Rispettando la ripartizione in gruppi del mattino, gli arcieri hanno gareggiato sui medesimi bersagli, posizionati però a distanze differenti e avendo a disposizione una sola freccia per ogni tiro.

Una giornata di full-immersion vissuta intensamente, in un clima di grande complicità, in gara, come nei momenti di attesa sugli spalti ed ancor più a fine giornata, dopo i podi ed i saluti, quando molti dei partecipanti all'evento hanno raggiunto gli organizzatori per dare un aiuto, gesto gradito e spontaneo.

Questo è il mondo degli arcieri, il risultato di tanto lavoro e della forza di volontà nel perseguire degli obiettivi di sviluppo e sostegno al nostro meraviglioso sport. Ed ora di nuovo al lavoro per il prossimo Indoor. L'appuntamento questa volta è a Romano di Lombardia, ancora in campo con la 25 Round & Trophy e la regia dell'Asd Compagnia Arcieri Treviglio.



**27 - 28 GENNAIO 2024**  
**PALASPORT NOVI LIGURE - VIA CRISPI**



**22° Grand Prix Karate 2024 C.S.A.In.**

**IV° CAMPIONATO UNVS SPORTINCLUSIVE**

**8° TROFEO Raffaele Montecucco**

**3° Memorial Francesco Melone**  
**COPPA ITALIA KARATE**



**INFORMAZIONI E ISCRIZIONI ALMAESTRO GIMMO**

**E-mail: [borsoigimmo@gmail.com](mailto:borsoigimmo@gmail.com)**

**Recapito telefonico: 348.8807623**

**[csainAlessandria@gmail.com](mailto:csainAlessandria@gmail.com)**

*A L'Aquila, grazie all'impegno di CSAIn Abruzzo, si è svolta la "1ª Dog Run", una "non competitiva" di 4 km da disputare insieme al proprio amico a quattro zampe*

# NOI CORRIAMO CON FIDO

**B**enessere umano, animale e ambientale. Questi sono stati i tre cardini attorno ai quali CSAIn Abruzzo ha realizzato la "1ª Dog Run città di L'Aquila", una corsa non competitiva, su un percorso asfaltato di 4 km che ha consentito a cani e accompagnatori di trascorrere insieme una giornata all'insegna del divertimento.

Una iniziativa territoriale organizzata, dunque, per promuovere la salute non solo umana ma anche quella degli animali e degli ecosistemi in cui vivono; per destare l'attenzione sull'approccio olistico One Health basato sul riconoscimento che tra la salute umana, animale e ambientale esiste un legame indissolubile.

È stato, infatti, dimostrato che praticare l'attività sportiva insieme al proprio amico a quattro zampe, in un contesto non antropizzato, favorisce un miglioramento generale dello stato psicofisico della persona e dell'animale.

Il contatto diretto con la natura, inoltre, va ad aumentare il senso di appartenenza e di connessione con l'ambiente circostante e, di conseguenza, aiuta a sensibilizzare ed educare al suo rispetto. Si potrebbe, dunque, parlare di salute circolare!

La manifestazione è stata organizzata dalle ASD affiliate a CSAIn Abruzzo: Fenici, Centro Ippico Aterno 2 e KG Dance Latino e, per la sua realizzazione, c'è stata una sinergia virtuosa tra CSAIn Abruzzo e altri enti ed istituzioni che si stanno muovendo verso la visione One Health. Hanno, infatti, collaborato CSAIn Nazionale, il Comune di L'Aquila e il Dipartimento di Prevenzione della ASL di L'Aquila.

Non è passata inosservata la presenza di sette cani del canile sanitario della città, accompagnati dai volontari del-



la struttura. Molteplici sono stati gli obiettivi di questa felice intuizione: consentire a chi non era in possesso di un cane di partecipare alla corsa, incentivando anche una possibile adozione; portare all'attenzione dei partecipanti il problema randagismo; ma, soprattutto, donare ai cagnolini un momento di evasione.

Questo ultimo aspetto ha reso felici gli animali e, di conseguenza, i loro accompagnatori. Uno studio, sempre in linea con la visione One Health, ha dimostrato, infatti, che lo stato emotivo e le condizioni di lavoro degli operatori nel canile migliorano se migliora il benessere dei cani ospitati nella struttura. Testimonial d'eccezione Luca Giansanti, il veterinario più famoso del web. A fare da cornice all'evento, il Parco del Castello cinquecentesco al cui interno

è stato allestito un "pet village" con stand dedicati ai protagonisti dell'iniziativa, persino quello del gelato!

La manifestazione è rientrata nel programma degli eventi di "L'Aquila rinasce con lo Sport" e nel progetto nazionale di CSAIn "Tornare a vivere in libertà".

Per CSAIn, che recentemente ha fatto ingresso in Confindustria Ambiente, è importante la diffusione di progetti sportivi che seguono l'approccio One Health.

L'Abruzzo, grazie a CSAIn, sarà sicuramente una delle regioni capofila che punterà alla progettazione di grandi eventi sportivi tutti ecosostenibili.



*Offrire anche la parte liquida del proprio sangue è una scelta generosa: così è possibile produrre farmaci per curare molte malattie. Ecco i requisiti necessari*

# IL PLASMA DONO PREZIOSO

**CHE COS'È IL PLASMA?**  
 Il plasma è la parte liquida del sangue costituita prevalentemente da acqua, nella quale sono trasportate molte sostanze quali proteine, zuccheri, grassi, sali minerali, ormoni, vitamine, anticorpi e fattori della coagulazione. Da questo prezioso elemento è possibile ottenere dei veri e propri farmaci: fattori per la cura dell'emofilia, le immunoglobuline (come quelle anti tetano) e l'albumina, impiegata in alcune patologie del fegato e dei reni.

## COME AVVIENE LA DONAZIONE?

La donazione di plasma è chiamata aferesi e ha una durata di circa 45 minuti. Viene effettuata con apparecchiature che, utilizzando un unico accesso venoso, prelevano il sangue, separano e trattengono le componenti ematiche prescelte e restituiscono le altre al donatore. L'intervallo minimo tra due donazioni di plasma o di piastrine o tra una plasmferesi e una donazione di sangue intero o di piastrine è di 14 giorni. L'intervallo tra una donazione di sangue intero o di piastrine e una di plasma è di 30 giorni.

## I REQUISITI PER DONARE

**ETÀ 18-60 ANNI** (per candidarsi a diventare donatori). Chiunque desideri donare per la prima volta dopo i 60 anni può essere accettato a discrezione del medico responsabile della selezione. È possibile continuare a donare fino al 70° anno previa valutazione del proprio stato di salute

**PESO** Non inferiore ai 50 kg.

**BUONO STATO DI SALUTE**

**STILE DI VITA** Nessun comportamento a rischio che possa compromettere la nostra salute e/o quella di chi riceve il nostro plasma. L'idoneità alla donazione viene stabilita da un me-

dico mediante un colloquio, una valutazione clinica e una serie di esami di laboratorio previsti per garantire la sicurezza del donatore e del ricevente.

## PERCHÉ È IMPORTANTE DARE IL TUO CONTRIBUTO?

Ogni anno più di 800mila kg di plasma vengono impiegati per la produ-

zione di medicinali davvero insostituibili nella cura di molte malattie. Poiché il fabbisogno nazionale rende necessario importare dall'estero alcune scorte di tali farmaci, è fondamentale incrementare il numero di donatori e di donazioni. Per dare il tuo contributo e fare la differenza, contatta la sede AVIS più vicina a te e scopri come poter donare il plasma, visita il sito [www.avis.it](http://www.avis.it)

## AVIS, DA OLTRE NOVANT'ANNI COLORIAMO IL MONDO DI SOLIDARIETÀ



AVIS è un'associazione di volontariato fondata a Milano nel 1927 dal dott. Vittorio Formentano con l'obiettivo di promuovere la donazione periodica, volontaria, non remunerata e associata di sangue ed emocomponenti. Con oltre 3.300 sedi presenti su tutto il territorio nazionale, oggi è la più grande associazione di volontariato del sangue italiana, che ogni anno contribuisce a circa il 70% del fabbisogno nazionale. AVIS può contare su più di 1.288.000 soci, per un totale di circa 2.000.000 di unità di sangue ed emocomponenti donate.

Molto impegno è riservato alla promozione della solidarietà e al sostegno alla

ricerca scientifica sulle malattie rare e genetiche. Inoltre, sempre più costante è la promozione della cittadinanza attiva e degli stili di vita sani e corretti, in particolare modo tra le nuove generazioni.

Per raggiungere questo obiettivo, AVIS può contare sulla collaborazione delle più importanti e prestigiose istituzioni nazionali, associazioni ed enti di promozione come CSAIn.

AVIS è un'associazione con una storia lunga più di novant'anni, con valori che sono validi ancora oggi e per questo motivo non ha paura di sfidare il futuro. Per farlo al meglio ha bisogno di te: entra anche tu a far parte di AVIS!

"Non credevo bastasse così poco  
per essere felici"

Mettiti  
in gioco,  
dona  
il plasma.



[avis.it](http://avis.it)

*Un fisico nucleare amante dello sport ci racconta come grazie alla geometria è nata quella sfera rotonda che da sempre appassiona gli esseri umani in ogni angolo del mondo. Fu il genio siracusano a dare la svolta decisiva a quelle che erano state le prime intuizioni dei greci: bastò cucire insieme venti pezze triangolari e regolarli*

# E COSÌ ARCHIMEDE DIEDE UN CALCIO ALLA PALLA



*Edoardo Petagna, (68 anni, siracusano) è un fisico nucleare che, dal 1981 al 2005, ha svolto in ENEA attività di ricerca applicata in campo nucleare e, dal 2005 al 2022, ha lavorato in SOGIN, società italiana ad alta tecnologia che si occupa della disattivazione di impianti nucleari. Autore e coautore di numerose pubblicazioni e articoli scientifici, è anche un appassionato di scrittura. I suoi articoli, con argomenti di sport, personaggi della scienza, vicende storiche e di attualità, sono pubblicati online su La-CRO.S.S. - L'Associazione dei Cronisti e Storici dello Sport e sul periodico Il Mondo, disponibile sulla pagina facebook della Società dei radicali Elio Vittorini. Libri e Storie Brevi sono presentati sul sito di self-publishing, Il Mio Libro.*

**U**na partita di calcio: due squadre di undici giocatori si sfidano per novanta minuti, all'interno di un campo di gioco rettangolare con due porte, con l'obiettivo di segnare più gol dell'avversario, facendo passare un pallone sferico fra i pali della porta avversaria.

Il pallone, l'oggetto principale per la contesa, nella sua forma, banalmente sferica, si è differenziato nei secoli e nei luoghi in cui si è giocato al calcio e non è stato sempre lo stesso che vediamo rotolare oggi. La sua realizzazione discende da una lunga storia in cui la Geometria e la Filosofia naturalista si intrecciano.

Tutto inizia con la scoperta e la definizione dei poliedri solidi regolari.

I Pitagorici, con caposcuola Pitagora (nato a Samo, tra il 580 a.C. e il 570 a.C. e morto a Metaponto, attorno al 495 a.C. circa), furono tra i primi a studiare le figure geometriche solide. Proclo, storico della matematica del V secolo dopo Cristo, legato alla filosofia neo-platonica, attribuì a Pitagora la scoperta dei cinque poliedri regolari.

Scriveva Proclo: "...Pitagora...omissis... trasformò questa scienza in una forma di educazione liberale, riconducendone i principi a idee ultime e dimostrandone i teoremi in maniera astratta e puramente intellettuale. Fu lui a scoprire la teoria delle proporzioni e la costruzione delle figure cosmiche...".

La tesi non è stata appieno dimostrata, per la mancanza di elementi attribuibili a Pitagora e alla sua Scuola ma, nel dialogo *Timeo* di Platone (428/427 a.C. - 327 a.C.), successivo a Pitagora, troviamo una descrizione dei cinque poliedri regolari, ossia i solidi con le facce, gli spigoli e gli angoli uguali tra loro che furono denominati **Solidi Platonici (Figura 1)**.

- IL TETRAEDRO, formato da quattro triangoli equilateri
- L'ESAEDRO, ossia il Cubo, formato da sei quadrati
- L'OTTAEDRO, formato da Otto Triangoli Equilateri.
- IL DODECAEDRO, costituito da Dodici Pentagoni.
- L'ICOSAEDRO, formato da Venti Triangoli Equilateri

Platone estese la scoperta di Pitagora a una sorta di simbologia dell'Universo e collegò i poliedri regolari alla struttura degli elementi fondamentali della materia: il fuoco (tetraedro), la terra (cubo), l'aria (ottaedro) e l'acqua (l'icosaedro). Il quinto poliedro regolare, il dodecaedro, fu assunto a simboleggiare la quinta essenza che tutto avvolge e comprende, poiché era l'unico poliedro regolare nel quale era possibile inscrivere gli altri quattro.

"... alla terra diamo la figura cubica (esaedro), perché delle quattro specie la terra è la più immobile, e dei



corpi il più plasmabile... e poi all'acqua la forma meno mobile delle altre (icosaedro), al fuoco la più mobile (tetraedro), e all'aria l'intermedia (ottaedro)... Restava una quinta combinazione (dodecaedro) e il Demiurgo (l'artefice dell'Universo) se ne giovò per decorare l'Universo..."

Platone attribuì alla **terra**, che appare costantemente ferma, la forma del **cubo**, poiché, per essere mosso, questo solido ha bisogno, più di qualsiasi altra figura, di un forte impulso. Attribuì all'**acqua** la forma dell'**icosaedro** poiché, essendo questa figura formata da ben 20 basi triangolari, poteva spargersi e muoversi, in modo più conveniente delle altre, su una superficie, proprio come l'acqua ricopre in gran parte la superficie della sfera terrestre. Attribuì al **fuoco** la forma del **tetraedro**, che corrisponde ad una piramide, poiché il fuoco, nel salire verso l'alto, finisce a punta, quasi fosse il vertice di una piramide. Attribuì all'**aria** la forma dell'**ottaedro**, poiché questo solido, formato da due piramidi, ben coglie l'abilità al moto. Attribuì al **cielo** la forma del **dodecaedro**, con 12 basi pentagonali, perché, come il cielo è il ricettacolo di tutti gli elementi, ovvero di tutte le cose, così il dodecaedro può accogliere gli altri quattro corpi regolari. Tornando al pallone da calcio, i Greci giocavano al gioco della palla con palloni dodecaedrici, costruiti cucendo 12 pezzi pentagonali regolari di cuoio.

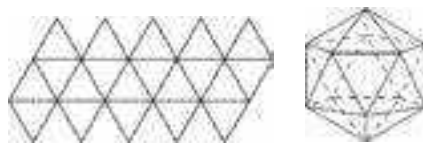


Non era, però, un pallone ottimale, perché le facce del dodecaedro formavano angoli solidi alquanto acuti e ne conseguiva che il pallone rotolasse irregolarmente sul terreno. Inoltre, calciato a piedi nudi, dava luogo a impatti dolorosi.



Archimede, nato nel 287 a.C. e morto, a 75 anni, nel 212 a.C., dopo la presa di Siracusa da parte dei romani, con un colpo di vero genio, rivoluzionò il pallone da calcio dei Greci.

In primis, il Nostro osservò che sarebbe stato più funzionale al gioco della palla, un pallone ottenuto cucendo insieme venti pezzi triangolari regolari, ossia icosaedrico, in quanto gli angoli solidi formati dalle facce sarebbero stati meno acuti.



Successivamente, prese in considerazione anche i solidi semiregolari, oggi detti *Archimedei* in suo onore, che, a differenza dei Solidi Platonici, avevano gli spigoli uguali tra loro,

ma le cui facce erano poligoni regolari non dello stesso tipo. Ne vennero fuori altri tredici solidi, inscrivibili in una sfera, ma non circoscrivibili ad essa; tra essi, l'icosaedro troncato, un solido composto, in forma piana, da dodici pentagoni regolari e venti esagoni regolari.



Venendo a epoche più recenti ed ai giorni nostri, il pallone di calcio passò dalla prima realizzazione con fasce di cuoio, a quello costruito cucendo insieme 12 pentagoni neri e 20 esagoni bianchi, che fece il suo esordio nei Campionati Mondiali di Calcio del 1970, in Messico. Il *Telstar* dell'*Adidas*, un pallone di cuoio la cui forma altro non era se non un icosaedro troncato, il solido già concepito da Archimede.

## I PALLONI MODERNI SONO DIVENTATI TECNOLOGICI

Oggi i palloni da calcio per le partite ufficiali debbono avere un peso compreso tra i 410 e i 450 grammi. Invece la circonferenza deve essere di almeno 68 centimetri e non più di 70. Infine il pallone, composto da materiale di cuoio o simile, deve avere una pressione compresa tra le 0,6 e le 1,1 atmosfere. Ai Mondiali, svoltisi in Qatar nel 2022, ha fatto il suo esordio il pallone "tecnologico", un pallone che conteneva un piccolo sensore capace di inviare dati 500 volte al secondo, tra questi, importanti per la regolarità del gioco, quelli capaci di segnalare il fuorigioco semiautomatico. I palloni con sensore sono dotati di una batteria e quindi hanno la necessità di essere ricaricati come si fa con un normale smartphone.



**FUORI CAMPO** / Ora che la Costituzione ha sancito il valore dell'attività sportiva, facciamo sì che sia anche un diritto, soprattutto per i nostri adolescenti. Sono stati i più penalizzati durante la pandemia, fermi davanti a uno schermo giorno dopo giorno. Contrastiamo i loro disagi mandandoli in mezzo alla "mischia" con i loro coetanei

# BONUS PSICOLOGICO? NO, BONUS SPORTIVO



Tommaso Pezzino (45 anni, catanese) ha una laurea magistrale in Scienze Pedagogiche e in Scienze Filosofiche. Da diversi anni ricopre il ruolo di pedagogo scolastico in diversi istituti. È "capo scout" AGESCI (l'associazione guide e scouts dei cattolici italiani) e collabora come pedagogo con associazioni sportive dilettantistiche. Tra i suoi scritti, "Papà chi sono gli ignavi, una lettura pedagogica della Divina Commedia" edito da Algra Editore.

**"L**a Repubblica riconosce il valore educativo, sociale e di promozione del benessere psicofisico dell'attività sportiva in tutte le sue forme". Il 20 settembre si è celebrata una giornata storica per lo sport italiano. Le parole sopracitate infatti sono entrate ufficialmente e finalmente nella Costituzione, nella carta fondamentale che regola la vita sociale, politica, culturale del nostro Paese e grazie a queste parole, adesso, è davvero la più bella. Un dettaglio che rende ancora più significativo l'iter dell'approvazione di questa norma è il fatto, assolutamente non scontato in un Paese litigioso come il nostro, che l'approvazione sia avvenuta con 312 voti favorevoli su 312 che significa che almeno su queste questioni di vitale importanza, possiamo essere tutti d'accordo. Sembra strano che in un Paese dalle nostre tradizioni sportive lo sport non fosse menzionato nella Costituzione: pensiamo che, negli anni in cui fu scritta, correvano Coppi e Bartali, era ancora vivo il ricordo della vittoria in Francia del mondiale del '38 della Nazionale guidata da Vittorio Pozzo o, proprio nel '48, il mitico Nuvolari prese il via alla Mille Miglia a bordo di una Ferrari SC... e allora perché i padri costituenti non hanno inserito lo sport nella Costituzione? Da un lato ci piacerebbe pensare che non lo abbiano fatto perché nel DNA degli italiani è iscritto lo sport

e non occorre specificarlo, dall'altro lato, meno poetico ma più politico e forse più probabile, era vivo il ricordo dei pomeriggi del sabato fascista, in cui l'attività sportiva aveva assunto caratteri militari e politici, mentre lo sport dovrebbe essere pura libertà. Il testo costituzionale parla di attività sportiva e non di sport proprio per questa ragione. Alla parola "sport" è troppo spesso associato un carattere professionistico e agonistico, mentre l'attività sportiva, in tutte le sue forme, come recita il testo, molto discusso in fase di redazione, vuole indicare qualsiasi azione che implichi movimento senza necessariamente quel carattere competitivo a cui troppo spesso la parola è associata. Ecco allora che la Repubblica, la cosa di tutti, attribuisce allo sport il compito fondamentale di contribuire fattivamente all'educazione delle persone in una prospettiva pedagogica che dura tutto l'arco della vita e non si ferma all'età dell'obbligo scolastico. Alla luce di queste semplici considerazioni, dobbiamo necessariamente notare, come hanno fatto in molti, che la modifica della carta costituzionale è volta a riconoscere un valore e non purtroppo a sancire un diritto. Diventa fondamentale il passaggio da valore a diritto di cui si deve senza dubbio fare carico lo Stato. Allora forse dovremmo leggere queste righe avendo ben in mente l'articolo tre della stessa Carta che impone alla Repubblica il compito

di rimuovere gli ostacoli di ordine economico e sociale, che, limitando di fatto la libertà e l'eguaglianza dei cittadini, impediscono il pieno sviluppo della persona umana e, se abbiamo sancito che lo sport ha un imprescindibile valore educativo e sociale e contribuisce al benessere psicofisico, dobbiamo rendere effettivo il diritto da parte di tutti, senza distinzione di razza, ecc.. tutti devono essere messi in condizione di svolgere attività sportiva, a prescindere dal quartiere di provenienza, dalla scuola frequentata, dalla condizione economica dei genitori.

Proprio in questi giorni il Parlamento ha approvato una norma che prevede l'istituzione di una commissione che indaghi su quanto è avvenuto durante l'emergenza connessa al COVID-19. In occasione di questi dibattiti, è venuto fuori che la categoria che di più di tutti ha sofferto le restrizioni imposte dai celebri DPCM è stata quella degli adolescenti e dei giovani anche perché ricordiamo molto bene che a loro era stata negata la possibilità (che invece avevano gli amici a quattro zampe) di potersi recare fuori dal palazzo e fare una passeggiata. Agli adolescenti e giovani, a differenza degli adulti che potevano evadere per ragioni di lavoro o per recarsi al supermercato, abbiamo imposto per decreto di stare davanti ad uno schermo per sei ore la mattina durante la DAD e poi il pomeriggio per i compiti e poi an-



cora davanti allo stesso schermo per l'unica attività ludica e relazionale che era loro concessa che era quella di interminabili partite ai videogiochi. Secondo i sondaggi, il 50% dei giocatori li ha utilizzati per rimanere in contatto con gli amici, il 48% per sentirsi meno isolato, il 39% per sentirsi meno ansioso e oltre un terzo di loro ha dichiarato che i videogiochi hanno aiutato addirittura a sentirsi felici. E non dimentichiamo un altro aspetto fondamentale: durante quelle interminabili giornate, i videogiochi sono stati, insieme alle torte e pizze fatte in casa, l'elemento di condivisione tra genitori e figli. Quindi, lungi da noi la demonizzazione di questi mezzi che hanno contribuito a far stare meglio milioni di persone, proviamo a fare una riflessione più ampia. Se è vero che i ragazzi e i giovani hanno sofferto a causa delle restrizioni, proprio per il fatto di essere stati privati del diritto di incontrarsi e muoversi all'aria aperta, se è altrettanto vero che

tale condizione è la causa primaria dell'aumento, in questa delicata fascia d'età, dei disagi cosiddetti psicologici (secondo l'OMS quasi il 20% dei più giovani soffre di problemi legati alla salute mentale: ansia, depressione, disturbi alimentari e i suicidi sono la quarta causa di morte tra i giovani), allora perché, al di là dei convincenti appelli di noti influencer ricchi sfondati e che peraltro elargiscono sempre perle di estrema saggezza, (come quando si ebbe a dire che il karate è uno sport inutile) non pensiamo di elargire ai ragazzi, quantomeno in alternativa, su richiesta della famiglia o magari sotto consiglio del pediatra o del consulente pedagogico, invece di bonus psicologici, i bonus sportivi, dando a ciascuno il diritto di spendere i suoi soldi non in sedute di psicoterapia ma in movimento? Seduti siamo già stati abbastanza, adesso è il momento di muoversi, socializzare, di incontrare gli altri e con questi correre e sudare. Nella mia piccola esperienza di pedagogo scolastico, ho lavorato molto con le associazioni sportive del territorio: scuole calcio, associazioni di danza, pallavolo, basket, che quotidianamente consiglio ai genitori come rimedi per contrastare la maggior parte dei disagi dei preadolescenti.

Una ragazza o un ragazzo di 12 anni che trascorre tutto il pomeriggio nella sua camera a fare quel po' di compiti assegnati e poi davanti a una consolle, probabilmente non ha bisogno di sedute settimanali ma di alzarsi e, almeno tre volte a settimana, indossare un completino, una tenuta e buttarsi in mezzo alla mischia con altri adolescenti come lui o lei con cui condividere fatica, sudore, e magari un bel panino al termine dell'allenamento. ●



**CAPIRE PER CAMBIARE / Nello sport moderno spopola ormai il "mental coach". Nessun campione sembra davvero poterne fare a meno. Ma resta una figura non regolamentata. Solo gli psicologi dello sport possono interagire con coloro che praticano agonismo tutelando il loro benessere mentale e gestendo ansie ed emozioni**

# MA CHI SCRUTA NELLA MENTE DELL'ATLETA?



La dottoressa Desirée Arena è psicologa clinica e scolastica. Esperta in Neuropsicopatologia dell'apprendimento e del comportamento in età evolutiva. Insegnante di MindUp SEL (Programma di apprendimento sociale ed emotivo con applicazione della Mindfulness per bambini e adolescenti in contesti evolutivi e scolastici). Specializzata in Psicoterapia ad orientamento Cognitivo-Comportamentale di terza generazione (CFT- Compassion Focused Therapy e ACT- Acceptance and Commitment Therapy).

**N**ell'ultimo ventennio la comunità scientifica sta indagando con sempre maggiore interesse lo stato mentale di atleti e sportivi, dimostrando come la multifattorialità di tecnica, preparazione atletica e condizioni mentali sia alla base del successo. Sostantivi come concentrazione, attenzione, determinazione, fanno ormai parte integrante del gergo sportivo, quanto forza, velocità o potenza. Esiste però una notevole differenza nelle abilità mentali che si devono possedere tra i cosiddetti sport "closed skill" e gli sport "open skill". Tra i primi annoveriamo, ad esempio ginnastica e nuoto, attività motorie, in cui i gesti sono costituiti da movimenti chiusi e ripetitivi e la prestazione è determinata dalla perfezione di questi ultimi. L'abilità mentale richiesta è perciò soprattutto la concentrazione. Altra cosa, invece, sono gli sport ad abilità aperte, è il caso della maggior parte degli sport di squadra (detti anche sport di situazione). Nel calcio, pallavolo, basket, per citarne solo alcuni, caratterizzati dal gioco di squadra e dal confronto con l'avversario/i, sono indispensabili la gestione dell'imprevisto, una maggiore flessibilità, differenti tempi di reazione e nuove strategie. Proprio questo rinnovato interesse per la componente psicologica ha portato all'evolversi di diverse figure professionali (lo psicologo dello sport, il mental coach, il motivatore),

con percorsi di studio, competenze e ruoli differenti che, affiancate ad allenatori e preparatori atletici, contribuiscono a far sì che l'atleta riesca a dare il meglio di sé durante la prestazione sportiva.

\*\*\*

Da psicologa, approfondirò l'argomento da questa ottica, lasciando alla fine una precisazione riguardo ai mental coach, che non sono psicologi. Prima precisazione!

La psicologia dello sport si occupa dei processi cognitivi, emotivi e comportamentali connessi con le prestazioni sportive e con l'esercizio fisico, sia nei singoli atleti che nelle squadre. Qualsiasi performance sportiva, come già anticipato, è infatti influenzata anche da fattori mentali. Una condizione di ansia, ad esempio, produce numerose ripercussioni, aumentando tensione muscolare, frequenza cardiaca, pressione, sudorazione, rilascio di adrenalina e ormoni dello stress.

Lo psicologo dello sport può lavorare con atleti e squadre di qualsiasi livello, applicando tecniche per massimizzare la probabilità di raggiungere obiettivi agonistici, ma può lavorare anche con enti e organizzazioni per promuovere lo sport in fasce target di popolazione come bambini, adolescenti, anziani, nonché soggetti con determinate patologie.

Rispetto allo psicologo clinico che si occupa prevalentemente di curare disturbi psicopatologici, lo psicologo

dello sport si occupa essenzialmente di prevenzione e promozione del benessere, lavora per migliorare la prestazione sportiva, aiutando il singolo atleta e la squadra a promuovere la consapevolezza rispetto a pensieri, emozioni e comportamenti che rischiano di inficiare con effetti negativi la gara o l'allenamento, e insegnando tecniche psicologiche per incrementare la performance.

Dunque, per facilitare la sintesi espositiva, il lavoro dello psicologo sportivo comprende:

- **La valutazione** psicologica dell'atleta, al fine di identificare punti di forza e di debolezza, il livello di motivazione, il modo di reagire alle difficoltà e agli stress, il modo di relazionarsi con gli altri, le abilità mentali usate, eventuali disturbi che possano interferire con la prestazione sportiva (e su cui il professionista può intervenire, soprattutto se anche psicoterapeuta, oltre che psicologo).

- **Sostenere** e rafforzare la motivazione; aiutare a impostare obiettivi "smart" (specifici, misurabili, raggiungibili, rilevabili) e un dialogo interno positivo (un "self talk" orientato in senso positivo, ovvero parlare a sé stessi in termini positivi, evitando le rimuginazioni su ciò che potrà andare male); aumentare il senso di autoefficacia (quanto crediamo in noi stessi e sentiamo di poter affrontare una sfida) analizzando i risultati ottenuti.

- **Gestire** lo stress da competizione e le pressioni da parte dell'allenatore, della squadra, della società sportiva, della famiglia; gestire l'ansia da prestazione e da gara e la reazione all'errore.

- **Insegnare** tecniche di rilassamento muscolare, come il training autogeno, la meditazione e la Mindfulness. Il rilassamento ha come obiettivo anche il miglioramento della concentrazione e può essere parte integrante di altre tecniche, come l'allenamento ideomotorio.

- **Insegnare** l'allenamento ideomotorio, una tecnica di visualizzazione finalizzata all'apprendimento e perfezionamento di un gesto sportivo. Consiste nel ripetere mentalmente il gesto tecnico mentre si è in uno stato di rilassamento, percependosi con tutte le sensazioni possibili, ma senza eseguire veramente il movimento. Immaginare il movimento determina una stimolazione dei muscoli interessati che consolida la traccia in memoria del movimento, facilitandone la successiva esecuzione.

- **Gestire** il post-infortunio, ivi compresi gli aspetti emotivi ad esso correlati.

- **Accompagnare** e preparare alle fasi di transizione, come ad esempio il fine carriera dell'atleta professionista, che



rappresenta una vera e propria forma di lutto, spesso traumatica, in quanto determina la fine di un intero stile di vita condotto per decenni.

- **Valutare** le dinamiche all'interno della squadra e rafforzare coesione, cooperazione, senso di appartenenza (member-ship), concentrazione su obiettivi comuni, buona leadership dell'allenatore; sensibilizzare sugli aspetti psicologici dello sport e insegnare tecniche di comunicazione e gestione della squadra.

\*\*\*

Diversamente, per il mental coach non è richiesta una laurea, dunque non è laureato in Psicologia, o abilitato come Psicologo, ma può esserlo in un'altra disciplina. E' spesso un ex atleta- allenatore-preparatore atletico, che ha frequentato qualche corso tipo PNL e/o Mental Training. Non può lavorare su disturbi e/o patologie e non può utilizzare strumenti di stretta pertinenza dello psicologo. Motiva,

utilizzando tecniche di mental training e/o PNL, acronimo di Programmazione Neuro Linguistica".

Un mental coach, pur essendo preparato sugli schemi tipici di autoefficacia, performance e raggiungimento degli obiettivi, non ha competenze sulla gestione delle emozioni

Al riguardo, l'UNI, Ente di Normazione Internazionale per la definizione delle nuove professioni non regolamentate, nel 2021 ha concluso i tavoli tecnici di lavoro per il riconoscimento delle attività di counsellor e di coach, stabilendo che l'attività di questi ultimi continua a non essere normata e a non rappresentare una professione a sé stante. Pertanto, ogni attività che si sovrapponga a quella dello psicologo è perseguibile penalmente per abuso della professione.

In sintesi, lo psicologo sportivo si occupa anche di mental training, mentre il mental coach non può occuparsi di questioni emotive e psicologiche!

*LA NOSTRA BIBLIOTECA/ 1 - Compiuti i 90 anni Nicola, figura simbolo del tennis italiano ma anche di tutto lo sport, si è raccontato a Paolo Rossi, firma che a Repubblica ha raccolto l'eredità di Gianni Clerici. Qui il giornalista ci descrive come è nato il libro e le sensazioni provate ripercorrendo un'esistenza mai insignificante*

# PIETRANGELI, UNA VITA SULLE MONTAGNE RUSSE

*Paolo Rossi è un sessantenne di origini sannite. S'è laureato a Napoli e poi, grazie a una scuola di giornalismo (la Luiss) è entrato nella redazione del giornale per cui scriveva Gianni Clerici, la Repubblica. Quotidiano dov'è tuttora, e dove scrive esclusivamente di tennis: ma il nuoto, la Formula 1 e lo sci di fondo lo hanno accompagnato (anche alle Olimpiadi) per questi oltre trent'anni di giornalismo.*

Foto sotto, Paolo Rossi con Nicola Pietrangeli in occasione di una delle presentazioni del loro libro

**E**ra una sera di maggio... no, no. Non scherziamo. Si trattava invece di un pomeriggio post natalizio del 2022, la Befana ancora non s'era vista. Invece spuntò Nicola. Sul telefonino e, onestamente mi sorprese il suo nome sul display: solitamente ero sempre io a chiamarlo per interviste, opinioni o dichiarazioni. "Nicola, auguri! Che succede?". "Niente, tutto bene. Volevo dirti che dovremmo farlo, che il momento s'avvicina e poi non facciamo più in tempo...". Non c'era il soggetto, perché l'argomento libro era diventato un tormentone: oltre vent'anni fa iniziai a

proporglielo, ma non aveva voglia. E poi, d'improvviso, subentrò Lea Pericoli (ubi maior, minor cessat) che lo coinvolse in un suo progetto di racconto a quattro mani, e dunque io mi ritirai in buon ordine.

Piccolo ricordo: il giorno della presentazione di quel libro, io ero in prima fila. Nicola (immagino non lo ricordi...) disse: "Avevo promesso la mia biografia a lui (indicando me), ma a Lea non potevo dire di no". Quindi il progetto era bello che sepolto.

Invece, scavallato il nuovo anno, Nicola aveva già ben presente che il suo prossimo compleanno (quello che ha festeggiato l'11 settembre) avrebbe avuto una forte connotazione simbolica: novanta son novanta. E chissà che il pensiero di dire la sua per un'ultima volta non abbia avuto la meglio sulla pigrizia (non lo ammetterà mai...).

Così abbiamo iniziato a vederci: a gennaio-febbraio-marzo sono andato quasi tutti i pomeriggi (week end esclusi) a casa sua, quartiere Balduina di Roma, molto vicino a quella Villa Stuart che 'aggiusta' gli sportivi 'acciaccati'.

A ripensarci, oggi, sono stati pomeriggi divertenti. Io, nonostante sia un malato del tennis (lo sport che amo e che ritengo mi abbia insegnato più degli altri praticati - calcio e pallamano - le regole della vita) e lo segua da giornalista praticamente da sempre, mi sono ritrovato incantato



**NICOLA PIETRANGELI**  
**SE PIOVE, RIMANDIAMO**  
LA MIA VITA



**NICOLA PIETRANGELI**  
**SE PIOVE RIMANDIAMO**  
**LA MIA VITA**

*di Nicola Pietrangeli  
e Paolo Rossi*

**Editore Sperling & Kupfer**  
**256 pagine - 19,90 euro**



**PER DUE VOLTE È STATO  
"RE" DI PARIGI E DI ROMA**

*Nato a Tunisi l'11 settembre 1933, Nicola Chirinsky Pietrangeli ha fatto la storia del tennis italiano a cavallo degli anni 50-60 ed è stato una figura simbolo del tennis mondiale nel periodo preopen. Nel suo curriculum brillano i due successi al Roland Garros (1959 e 1960), con finali nel 1961 e 1964, e i due agli Internazionali d'Italia (1957 e 1961), a cui si deve aggiungere una semifinale a Wimbledon, dove anche fu finalista in doppio con Orlando Sirola con cui ha formato una coppia epica.*

*In Coppa Davis ha conquistato, sempre con Sirola, due finali (1960 e 1961) vincendone una da capitano non giocatore (1976). Ha conquistato 48 titoli e vinto 687 incontri sui 965 disputati (oltre il 71%). In Coppa Davis detiene una sorta di primato avendo vinto 120 incontri, tra singolare e doppio, dei 184 disputati. Come singolarista si è ritirato nel 1974 ma giocò in doppio fino al 1977.*

e rapito nell'ascoltarlo raccontare storie che avevo onestamente rimosso.

Per questo, se devo definire il "parto" del bambino, come lo chiama Nicola quando mi chiede notizie e aggiornamenti su come va nelle librerie, io penso sempre a un viaggio nel tempo. Sì, Nicola mi ha riportato indietro, ha ricordato me stesso ragazzino con la racchetta di legno, le palline bianche (quanto erano belle, anche se si sporcavano subito del rosso della terra). E, con il dovuto rispetto del paragone, quando mi parlava dei momenti glamour io rivedevo quel piccolo torneo estivo della mia città d'origine (Benevento) che, portando il nome dell'azienda del premio letterario, Strega, era l'appuntamento imperdibile del jet-set locale.

E poi la storia di Nicola Pietrangeli è davvero qualcosa di incredibile: lui snocciola nomi di una importanza storica, leggendaria, con una tranquillità e una semplicità che - a pensarci ancora adesso - sono inspiegabili. Che lui sia a cospetto del principe, o del cameriere, non cambia nulla: non sposta il suo comportamento di una virgola. È qualcosa di commovente, secondo me. Mi perdonerete questa personale digressione. La sua storia, dicevo, è una montagna russa da sceneggiatura

film: un rollercoaster incredibile, a raccontarlo/scriverlo/leggerlo. Poi, si può essere d'accordo con lui oppure no, apprezzare o no il tennis ma, ed è un dato di fatto, la sua vita non è stata insignificante.

E dunque valeva la pena metterla nera su bianco una volta per tutte, con lui unico protagonista del tomo. Fosse anche solo per mettere ordine nelle varie tappe e vicende. Perché, e anche questo suona strano, una sua biografia compiuta ancora non c'era stata. Mi sono sempre chiesto il perché, e l'unica ragione sta nel fatto che Nicola fosse finito nel buco nero in cui l'aveva gettato Paolo Galgani, l'allora presidente della Federazione tennis. Per oltre vent'anni in black list, e mai rimosso. Questa cosa Nicola non l'ha mai elaborata del tutto, l'ha sempre ritenuta un'ingiustizia (se non un'offesa) per tutto quello che aveva dato al tennis italiano.

Qualche lettore mi ha detto che ho reso Nicola "una persona", e forse è stato il miglior complimento (oltre a quello, devo dire più o meno unanime, di un libro leggero, fluido e gradevole): l'obiettivo era far comprendere appieno cosa ha passato questo signore di novant'anni, nel bene e nel male (c'è qualcuno per-fetto? Esiste?). Cosa mi resta di questi tre mesi di assidua frequentazione

con Nicola e una corsa a perdifiato per consegnare il libro a Sperling&Kupfer? Due sentimenti: invidia e amore. Il primo, per i tempi vissuti da Nicola, credo impareggiabili. E il secondo, per il tennis. Uno sport che non può non appassionarti. Aveva ragione Gianni Clerici. ●

**LA NOSTRA BIBLIOTECA - 2** / Nicola Sorrentino, celebre dietologo, ha scritto un libro per spiegare perché l'alimentazione di uno sportivo d'élite è una via da seguire. Ce ne parla Daniele Dallera, firma storica del Corriere della Sera, che per il volume ha intervistato celebri atleti sul loro rapporto con il cibo

# BUON APPETITO CARI CAMPIONI!



Nicola Sorrentino (1954) vive a Milano, dove svolge la sua attività professionale come dietologo e idrologo medico. Laureato in Medicina e Chirurgia presso l'Università degli Studi di Milano, è specializzato in Scienza dell'Alimentazione e Dietetica, in Idrologia, Climatologia e Talassoterapia. È direttore scientifico di IULM Food Academy. Relatore in numerosi convegni, è autore di articoli e di libri di carattere sia scientifico sia divulgativo, fra i quali *La Dieta Sorrentino*, *Cambio dieta*, *La dieta dell'acqua*, *Beautyfood* (con Pucci Romano) e *Il metodo Sorrentino per dimagrire*.



Daniele Dallera (Cusano Milanino/MI, 1959) dal 2006 è caporedattore dello sport al Corriere della Sera, lì dove era approdato nel 2002. Prima anni giovanili al *Giorno*, bellissima scuola di giornalismo, seguita da alcuni stagioni d'esperienza televisiva alla redazione sportiva di Mediaset. Nella prima vita è stato un pivot di 2,03, "brocco" secondo una sua valutazione scarsamente autoreferenziale. Ma la passione per il basket ha rappresentato anche il suo trampolino di lancio professionale.

**M**angiano bene i campioni. Almeno quelli che abbiamo intervistato, per "Mangia come un campione" di Sperling & Kupfer, libro originale, guida scientifica, del professore **Nicola Sorrentino**, celebre dietologo, medico preparato con una approfondita cultura dei problemi dell'alimentazione. Il suo lavoro letterario (e scientifico) è sostenuto dalle mie interviste ai protagonisti dello sport, di molte discipline. Attenti, prudenti, sanno che con l'alimentazione non si può sbagliare, difatti lo strappo a tavola è calcolato, sempre consapevole: siamo di fronte ad atleti ai quali un kg in più cambia non solo la prestazione ma la vita sportiva. Prendiamo **Oliver Giroud**, attaccante navigato del Milan, un piacere parlare di alimentazione con lui: preparatissimo su carboidrati, proteine, ma anche appassionato di cucina e vini. Un dualismo pericoloso a prima vista, ma non per lui. Intanto il nutrizionista, oltre a quello del Milan, ce l'ha addirittura in casa, in famiglia: si tratta del fratello, ex calciatore anche a lui, che ha fatto diventare il suo dopo carriera (meno prestigiosa di quella di Oliver) un laboratorio scientifico sull'alimentazione sportiva. Ha sempre seguito il fratello campione, anche da questa supervisione scientifica nasce un fisico così curato e prestante: l'attaccante del Milan, forte di testa, ha sì un fantastico senso



Sofia Goggia ha confessato di avere un rapporto un po' conflittuale con il cibo ("ingrasso solo a guardarlo..."). Dice che ama soprattutto fare colazione, lì dove le uova non mancano mai. Nella foto, che ha postato sul suo account di Facebook, si sta gustando, su una barca, un piatto di pasta al nero di seppia

di posizione in area, pronto a trasformare in gol cross e passaggi volanti, ma ha pure una spiccata elevazione, anche da fermo, che lo aiuta a raggiungere e frequentare vette per altri impraticabili. L'altezza poi lo aiuta. Ma questo fisico capolavoro ben allenato e perfettamente nutrito, da sempre, fa il resto. L'organizzazione del Milan, lasciata quella di casa Giroud, sul piano dell'alimentazione e della salute è di una precisione e attenzione scientifica assoluta. Il giocatore francese è felice testimone di tutto questo, colazione e pranzo vengono consumati a Milanello, la casa tecnica della squadra rossonera. Appena sveglio? "Acqua che mi pulisce l'organismo. Un frutto, privilegio il kiwi. Pane tostato con il miele, spremuta d'arancia e caffè...". Pranzo? "Voi italiani mangiate primo e secondo, io preferisco un piatto solo dove unisco i cibi, pasta o riso, carboidrati quindi, con pesce o carne, le proteine. Il tutto con dosi giuste e bilanciate...". Più rivoluzionaria e personale la dieta di **Sofia Goggia**, regina dello sci, che ha una battaglia quotidiana con la bilancia. Sorridendo confida nel libro "Mangia come un campione": "Sono una di quelle che ingrassa solo a guardare il cibo, che condanna...". Ma è un'atleta eccezionale, capace di

correre a 120 km all'ora sugli sci, là dove bisogna saltare e volare, quindi consapevole che a un durissimo allenamento bisogna accompagnare una dieta corretta. Così nascono le vittorie e le medaglie d'oro di Goggia. Ama la colazione: "È un momento particolare che adoro, cerco di godermelo e di trattarmi bene. Le uova non mancano mai: due, tolgo il tuorlo e li annego sciogliendoli nel caffè. Così la frutta, accompagnata da avena e porridge. Le dosi dipendono dalla quantità energetica di cui ho bisogno in funzione del l'allenamento e, se sono a casa, della palestra...".

Leggera e volante **Larissa Lapichino**, il salto in lungo non permette variazioni sul tema, quello alimentare. Anche se per sua stessa ammissione, le piace mangiare, il giusto. Allenata e alimentata dal padre, Gianni, cuoco provetto d'accordo, ma prima di tutto tecnico che sa dosare proteine e carboidrati a disposizione della figlia campionessa: "Non avendo problemi con la bilancia mi tolgo qualche sfizio, la pasta è uno di questi. Sempre tenendo tutto sotto controllo: non seguo un piano dietetico severo e rigido, ho uno schema fisso che adotto tutto l'anno". Questa e altre interviste ai campioni come **Charles Leclerc**, **Pecco Bagnaia**, **Bebe Vio**, **Irma Testa**, **Daniilo Gallinari**, **Giacomo Raspadori**, **Vincenzo Nibali**, ex calciatori come **Roberto Mancini** e **Daniele Adani**, protagonisti dello sport come **Flavio Briatore**, raccontano la loro vita alimentare, compresi i peccati di gola.

Il professore Sorrentino affronta nel libro tutti gli aspetti scientifici dell'alimentazione sportiva, un racconto di competenza e studio. C'è anche il contributo di due suoi colleghi (e amici): **Piero Volpi**, una vita all'Inter come ortopedico e medico sportivo dopo una carriera da calciatore, e **Gianluca Melegati**, medico e preparatore con una approfondita esperienza nel calcio, nel rugby (grande la sua passione per questo sport), ciclismo e molte altre discipline. In tempi ahimè di scommesse non lecite, soprattutto nel calcio, ne facciamo una interessata sostenendo che si può puntare su questa lettura. Il bookmaker è il co-autore.



## MANGIA COME UN CAMPIONE

*La dieta per chi fa sport*

**di Nicola Sorrentino  
con le interviste  
di Daniele Dallera**

Editore  
Sperling & Kupfer

240 pagine - 18,90 euro

## COLLABORAZIONI SPORTIVE, I NUOVI OBBLIGHI

di SALVO SPINELLA

**S**ono considerati lavoratori sportivi l'atleta, l'allenatore, l'istruttore, il direttore tecnico, il direttore sportivo, il preparatore atletico, il direttore di gara nonché ogni altro tesserato che svolge le mansioni rientranti tra quelle necessarie per lo svolgimento di attività sportiva (ad oggi nessuna Federazione e Disciplina Associata ha pubblicato le mansioni in aggiunta a quelle previste dalla norma) che, senza alcuna distinzione di genere, esercitano l'attività sportiva verso un corrispettivo. Ricorrendone i presupposti, l'attività di lavoro sportivo può costituire oggetto di un rapporto di lavoro autonomo abituale con partita IVA o di lavoro autonomo nella forma di collaborazioni coordinate e continuative. Il lavoro sportivo si presume oggetto di contratto di lavoro autonomo, nella forma della collaborazione coordinata e continuativa, nell'area del dilettantismo, quando la durata delle prestazioni oggetto del contratto, nella medesima ASD o SSD, pur avendo carattere continuativo, non supera le ventiquattro ore settimanali, escluso il tempo dedicato alla partecipazione a manifestazioni sportive. Nel momento in cui viene stipulato un contratto di lavoro sportivo nella forma di lavoro autonomo abituale con partita IVA o di collaborazione coordinata e continuativa, le ASD o le SSD, destinatarie delle prestazioni sportive, sono tenute a comunicare al Registro delle attività sportive dilettantistiche i dati necessari all'individuazione del rapporto di lavoro sportivo entro il trentesimo giorno del mese successivo a quello in cui è stato stipulato il contratto. Per i lavoratori sportivi, sarà necessario effettuare l'iscrizione alla Gestione separata INPS e, limitatamente ai lavoratori sportivi titolari di contratti di collaborazione coordinata e continuativa, occorrerà effettuare una comunicazione mensile in un'apposita funzione telematica istituita nel Registro delle attività sportive dilettantistiche e non vi è obbligo di iscrizione all'INAIL a condizione che siano tesserati, con copertura assicurativa ai sensi dell'articolo 51 della Legge 289/2002, all'Ente di Promozione Sportiva, alla Federazione Sportiva, alla Disciplina Associata a cui l'ASD o la SSD firmataria del contratto è affiliata.

Sui compensi erogati ai lavoratori titolari di contratti di collaborazione coordinata e continuativa o di prestazioni autonome con partita IVA, iscritti alla Gestione separata INPS, che svolgono altra attività lavorativa e risultino, pertanto, assicurati presso altre forme obbligatorie, si applica l'aliquota contributiva pari al 24 mentre se non svolgono altra attività lavorativa l'aliquota contributiva applicata è pari al 25 per cento. Fino al 31 dicembre 2027 le predette aliquote vanno applicate sulla metà del compenso erogato rimanendo esentato l'ulteriore 50% del compenso. Ai compensi erogati a soggetti che non svolgono altra attività lavorativa vanno applicate anche le al-

iquote aggiuntive rispettivamente del 2,03% nel caso di collaborazioni coordinate e continuative e del 1,23% nel caso di lavoratori autonomi con partita IVA.

Le predette aliquote contributive in ogni caso sono calcolate sulla parte di compenso eccedente i primi 5.000,00 per l'anno 2023. A tal proposito l'INPS ha chiarito che concorrono al raggiungimento della soglia predetta tutti i compensi di lavoro sportivo erogati dal 1° luglio 2023 al 31 dicembre 2023 e quelli erogati nel medesimo periodo ma riferiti a prestazioni eseguite prima del 1° luglio 2023.

Nel momento in cui l'ASD o la SSD determina l'importo complessivamente dovuto all'INPS, applicando le predette aliquote, sui compensi di lavoro sportivo nella forma di collaborazione coordinata e continuativa, tratterà al lavoratore un terzo dell'importo totale dei contributi da versare. Nel caso si tratti invece di compensi erogati al lavoratore autonomo sportivo con partita IVA sarà quest'ultimo a dovere versare gli importi contributivi scaturenti dall'applicazione delle predette aliquote all'INPS.

Gli importi così determinati dovranno essere versati all'INPS a mezzo modello F24, per i collaboratori coordinati e continuativi, dalle ASD o SSD entro il 16 del mese successivo al pagamento del compenso ovvero dai lavoratori autonomi con partita IVA entro i termini previsti dalle istruzioni del modello UNICO per il versamento delle imposte sui redditi dichiarati. In sede di prima applicazione, i versamenti dei contributi previdenziali e assistenziali dovuti per le collaborazioni coordinate e continuative di cui al presente articolo, limitatamente al periodo di paga da luglio 2023 a settembre 2023, possono essere effettuati entro il 16 dicembre e gli adempimenti entro 30 dicembre 2023.

Ai fini fiscali (IRPEF) i compensi di lavoro sportivo nell'area del dilettantismo non costituiscono base imponibile fino alla concorrenza di un importo complessivo annuo di euro 15.000,00. ●



*Siciliano di Catania, Salvatore Bartolo Spinella è dottore commercialista. È vicepresidente Vicario dello CSAIn e ha inoltre la responsabilità di tesoriere. Fra gli altri numerosi incarichi è revisore dei conti della Federturismo Confindustria*

# LE PIÙ IMPORTANTI SCADENZE FISCALI E PREVIDENZIALI DEL MONDO SPORTIVO DA NON DIMENTICARE

## 15 DICEMBRE

- Registrazione dei corrispettivi conseguiti nell'esercizio di attività commerciale nel mese di novembre da parte delle Associazioni Sportive Dilettantistiche che hanno effettuato l'opzione per il regime fiscale agevolato di cui all'art. 1 della L. n. 398/1991.
- Registrazione dei corrispettivi specifici relativi a prestazione sportive, didattiche e formative rese nel mese di novembre da parte di Società Sportive Dilettantistiche e Cooperative Sportive Dilettantistiche che hanno effettuato l'opzione per il regime fiscale agevolato di cui all'art. 1 della L. n. 398/1991.

## 16 DICEMBRE

- Versamento contributi previdenziali, ritenute IRPEF, addizionali comunali e regionali su redditi di lavoro dipendente relativi al mese di novembre.
  - Versamenti delle ritenute IRPEF, addizionali comunali e regionali sui compensi di lavoro sportivo derivanti da rapporti di collaborazione coordinata e continuativa, erogati nel mese precedente nei confronti di lavoratori sportivi che hanno superato la fascia di esenzione IRPEF di € 15.000,00 prevista dall'art.36 del Decreto Legislativo 36/2021.
  - Versamento dei contributi previdenziali per compensi di lavoro sportivo, derivanti da rapporti di collaborazione coordinata e continuativa relativi ai mesi di luglio, agosto e settembre erogati nei confronti di lavoratori sportivi che hanno superato la fascia di esenzione previdenziale di € 5.000,00 prevista dall'art.35 del Decreto Legislativo 36/2021.
  - Liquidazione e versamento dell'Iva mensile di novembre per ASD, SSD e COOP SD, che sono in regime ordinario non avendo optato per la Legge 398/1991.
- Versamento dell'imposta sugli intrattenimenti relativa al mese precedente.
- Versamento saldo IMU 2023.

## 27 DICEMBRE

- Liquidazione e versamento dell'Acconto Iva del mese di dicembre (soggetti IVA mensili) o del quarto trimestre 2023 (soggetti IVA trimestrali) per ASD, SSD e COOP SD, che sono in regime IVA ordinario non avendo optato per la Legge 398/1991.
- Presentazione elenchi INTRA mensili relativi alle cessioni di beni e/o prestazioni di servizi intracomunitari effettuate nei confronti di soggetti facenti parte della Comunità Economica Europea (Modello INTRA 1, INTRA 1-bis, INTRA 1-quarter) effettuate rispettivamente nel mese di Novembre.

## 2 GENNAIO

- Trasmissione UNIEMENS flussi contributivi e retributivi unificati all'INPS relativamente ai dati di novembre dei lavoratori dipendenti.
- Trasmissione UNIEMENS flussi contributivi e retributivi unificati all'INPS relativamente ai dati di novembre dei lavoratori sportivi con cui si è stipulato un contratto di collaborazione coordinata e continuativa e che abbiano superato la fascia di esenzione previdenziale di € 5.000,00 prevista dall'art.35 del Decreto Legislativo 36/2021;
- Trasmissione UNIEMENS flussi contributivi e retributivi unificati all'INPS relativamente ai dati di luglio, agosto e settembre dei lavoratori sportivi con cui si è stipulato un contratto di collaborazione continuativa e che abbiano superato la fascia di esenzione previdenziale di € 5.000,00 prevista dall'art.35 del Decreto Legislativo 36/2021 (punto 11.1 Circolare INPS n.88 del 31/10/2023).
- Presentazione telematica del MODELLO INTRA 12 per gli acquisti di beni e servizi effettuati dalle Associazioni sportive dilettantistiche

non soggetti passivi d'imposta che abbiano effettuato acquisti intracomunitari di beni nel mese di ottobre oltre il limite di 10.000 euro e abbiano optato per l'applicazione dell'imposta in Italia su tali acquisti.

- Liquidazione e Versamento IVA relativo ad acquisti intracomunitari registrati nel mese di novembre da parte delle A.S.D. nell'esercizio di attività istituzionale.

## 16 GENNAIO

- Versamento contributi previdenziali, ritenute IRPEF, addizionali comunali e regionali su redditi di lavoro dipendente relativi al mese di dicembre.
- Versamenti delle ritenute IRPEF, addizionali comunali e regionali sui compensi di lavoro sportivo derivanti da rapporti di collaborazione coordinata e continuativa, erogati nel mese precedente nei confronti di lavoratori sportivi che hanno superato la fascia di esenzione IRPEF di € 15.000,00 prevista dall'art.36 del Decreto Legislativo 36/2021.
- Liquidazione e versamento dell'Iva mensile di dicembre per ASD, SSD e COOP SD, che sono in regime ordinario non avendo optato per la Legge 398/1991.
- Versamento dell'imposta sugli intrattenimenti relativa al mese precedente.

## 15 GENNAIO

- Registrazione dei corrispettivi conseguiti nell'esercizio di attività commerciale nel mese di dicembre da parte delle Associazioni Sportive Dilettantistiche che hanno effettuato l'opzione per il regime fiscale agevolato di cui all'art. 1 della L. n. 398/1991.
- Registrazione dei corrispettivi specifici relativi a prestazione sportive, didattiche e formative rese nel mese di dicembre da parte di Società Sportive Dilettantistiche e Cooperative Sportive Dilettantistiche che hanno effettuato l'opzione per il regime fiscale agevolato di cui all'art. 1 della L. n. 398/1991.

## 25 GENNAIO

- Presentazione elenchi INTRA mensili e trimestrali relativi alle cessioni di beni e/o prestazioni di servizi intracomunitari effettuate nei confronti di soggetti facenti parte della Comunità Economica Europea (Modello INTRA 1, INTRA 1-bis, INTRA 1-quarter) effettuate rispettivamente nel mese di dicembre e nel IV trimestre 2023.

## 31 GENNAIO

- Trasmissione UNIEMENS flussi contributivi e retributivi unificati all'INPS relativamente ai dati di dicembre dei lavoratori dipendenti.
- Trasmissione UNIEMENS flussi contributivi e retributivi unificati all'INPS relativamente ai dati di dicembre dei lavoratori sportivi con cui si è stipulato un contratto di collaborazione coordinata e continuativa e che abbiano superato la fascia di esenzione previdenziale di € 5.000,00 prevista dall'art.35 del Decreto Legislativo 36/2021.
- Presentazione telematica del MODELLO INTRA 12 per gli acquisti di beni e servizi effettuati dalle Associazioni sportive dilettantistiche non soggetti passivi d'imposta che abbiano effettuato acquisti intracomunitari di beni nel mese di novembre oltre il limite di 10.000 euro e abbiano optato per l'applicazione dell'imposta in Italia su tali acquisti.
- Liquidazione e Versamento IVA relativo ad acquisti intracomunitari registrati nel mese di dicembre da parte delle A.S.D. nell'esercizio di attività istituzionale.

# L'ORGANIGRAMMA CSAIn

## CONSIGLIO NAZIONALE

### **PRESIDENTE**

Luigi Fortuna

### **PRESIDENTI ONORARI**

Giacomo Crosa  
Enea Goldoni  
Natale Mazzuca  
Dino Zoff

### **VICEPRESIDENTI**

Salvatore Bartolo Spinella  
*(vicario e Tesoriere)*  
Marcello Pace  
Amedeo Di Tillo  
Marco Vercesi

### **MEMBRI DI GIUNTA**

Luigi Cavaliere  
Romeo Mignacca  
Pier Carlo Iacopini  
Fabrizio Berveglieri  
Valentina Spampinato

### **CONSIGLIERI NAZIONALI**

Marina Del Pezzo  
Franca Ferrami  
Raffaele Marcoccio  
Massimo Piludu  
Gennaro Rega  
Massimo Ragona  
Germana Sperotto  
Chiara Vidotto  
Elisa Cinzia Zoggia

### **REVISORI DEI CONTI**

Domenico Corsini *(presidente)*  
Paolo Bramante *(effettivo)*  
Gaetano Profeta *(effettivo)*

### **PROCURATORE NAZIONALE**

Gianpaolo Paglia

### **COMMISSIONE NAZIONALE DI APPELLO**

Gianfranco Barbagallo *(effettivo)*  
Salvatore Costarelli *(effettivo)*  
Pasquale Pio Grasso *(effettivo)*

## COMITATI REGIONALI

### **VALLE D'AOSTA**

Presidente: Claudio Hérin  
Villaggio Jeanceyaz 37,  
Quart (AO) Cell. 333.1885055  
csain.aosta@gmail.com

### **PIEMONTE**

Presidente: Piercarlo Iacopini  
Via Campiglia 25, Torino  
Tel. 011.290938  
Cell. 339.7105135  
valangamail@gmail.com  
csain.forino@gmail.com

### **LOMBARDIA**

Presidente: Marco Vercesi  
Via Vittorio Alfieri 64, Rozzano (MI)  
Cell. 347.7634811  
presidente@csainmilano.it  
segreteria@csainmilano.it

### **TRENTINO ALTO ADIGE**

Presidente: Pino de Nicolò  
Via del Macello 57, Bolzano  
Cell. 348.0062104  
dspinelli71@gmail.com

### **VENETO**

Presidente: Gian Pietro Cancian  
Via Benzi 86, 31100 Treviso  
Cell. 3404556930  
cancian.gianpietro@libero.it

### **FRIULI VENEZIA GIULIA**

Commissario: Amedeo Di Tillo  
Piazza Denis Bergamini  
87100 Cosenza  
Cell. 342.1650452  
indiano72@libero.it

### **LIGURIA**

Commissario: Mattia Superina  
Via Isonzo, 15713, Genova  
Cell. 380.5184482  
mattia.superina@gmail.com

### **EMILIA ROMAGNA**

Presidente: Fabrizio Berveglieri  
Via dei Gelsomini 59  
Malborghetto di Boara (FE)  
Cell. 348.7374405  
csainemiliaromagna@gmail.com  
www.csainemiliaromagna.it

### **TOSCANA**

Presidente: Francesco Luparini  
Via Poggio della Propositura 28,  
Calci (PI)  
Cell. 347.0951284  
frencescoluparini@gmail.com

### **UMBRIA**

Commissario: Fabrizio Berveglieri  
Via dei Gelsomini 59  
Malborghetto di Boara (FE)  
Cell. 348.7374405  
csainemiliaromagna@gmail.com

### **MARCHE**

Presidente: Giovanni Mascambruni  
Via G. Ungaretti 13, Ancona  
Cell. 348.7109631  
g.mascambruni@alice.it

### **LAZIO**

Presidente: Marcello Pace  
Via Erasmo Gattamelata 26, Roma  
Tel. 06.83664599 - Cell. 335.5399582  
segreteria@csainlazio.it

### **ABRUZZO**

Presidente: Noemi Tazzi  
Via N. Mariani 2, 67100 L'Aquila  
Cell. 3663010902  
noemi.tazzi@gmail.com

### **MOLISE**

Commissario: Marinangela Bellomo  
Corso F.lli Brigida 140 c - 86039 Termoli - CB  
Cell. 328 9172559  
bellomomarinangela@gmail.com

### **CAMPANIA**

Presidente: Gennaro Rega  
Via Scotola 34,  
Somma Vesuviana (NA)  
Cell. 346.3632853  
gen.rega@libero.it

### **PUGLIA**

Presidente: Angelo Solazzo  
Via Pennetta 24,  
S. Pietro Vernotico (BR)  
Cell. 347.6560440  
Cell. 349.1738345  
Tel. 0831.6703232  
csain.puglia@libero.it

### **CALABRIA**

Presidente: Amedeo Di Tillo  
Piazza Denis Bergamini  
87100 Cosenza  
Cell. 342.1650452  
indiano72@libero.it

### **BASILICATA**

Presidente: Vito Mecca  
C. da Piancardillo snc (piano terra)  
85010 Pignola (PZ)  
Cell. 3476153171  
vitomecca@gmai.com

### **SICILIA**

Presidente: Raffaele Marcoccio  
Via del Fasano 41,  
Catania  
Tel. 095.397040  
Cell. 329.5956169  
csainsicilia@tiscali.it

### **SARDEGNA**

Presidente: Giorgio Sanna  
Via Trincea delle Frasche 12/A  
Cagliari  
Tel. 070-3328515  
Cell. 334.3651340  
csain.sardegna@gmail.com

# IL CALENDARIO 2024

Anche Mondiali di nuoto ed Europei di calcio e atletica

## TUTTE LE STRADE PORTANO A PARIGI



Gianmarco Tamberi



Gregorio Paltrinieri



Ruggiero Tita e Caterina Banti

Il 2024 è l'anno di Parigi, è l'anno della 33ª edizione dei Giochi olimpici. Tutti gli sport a cinque cerchi guardano a quell'appuntamento, ma anche alla strada che li porta perché i primi mesi della stagione migliaia di atleti e centinaia di team saranno impegnati nella conquista della qualificazione olimpica. Al di là dei Giochi, il 2024 presenta anche i Mondiali di nuoto, di canottaggio e di ciclismo, oltre ai tradizionali appuntamenti di F1, motomondiale, tennis e ancora ciclismo. Da tenere in evidenza anche gli Europei di calcio, con finali in Germania, e quelli di atletica che tornano a Roma dopo cinquant'anni.

### GIOCHI OLIMPICI

- **26 luglio/11 agosto** XXXIII edizione, Parigi

### GIOCHI PARALIMPICI

- **28 agosto/8 settembre** XVII edizione, Parigi

### ATLETICA LEGGERA

- **1/3 marzo** Campionati mondiali indoor, Glasgow
- **30 marzo** Campionati mondiali di cross, Belgrado
- **4/5 maggio** Campionati mondiali di staffette, Nassau
- **6/11 giugno** Campionati europei, Roma
- **29 agosto** Golden Gala Pietro Mennea, Roma

### AUTOMOBILISMO

- **3 marzo** GP del Bahrain, gara d'apertura del Mondiale di F1
- **19 maggio** GP Emilia-Romagna, Imola
- **1° settembre** GP d'Italia, Monza
- **8 dicembre** GP Abu Dhabi, ultima gara del Mondiale di F1

### CALCIO

- **22 maggio** Finale Europa League, Dublino
- **29 maggio** Finale Conference League, Atene
- **1° giugno** Finale Champions League, Wembley
- **14 giugno/14 luglio** Campionati europei in Germania finale a Berlino

### CANOTTAGGIO

- **18/25 agosto** Campionati mondiali, St. Catharines(Can)

### CICLISMO

- **16 marzo** Milano-Sanremo
- **4/26 maggio** Giro d'Italia
- **29 giugno/21 luglio** Tour de France
- **21/29 settembre** Campionati del mondo su strada, Zurigo

### MOTOCICLISMO

- **10 marzo** GP Qatar, gara apertura del Mondiale
- **2 giugno** GP d'Italia, Mugello
- **8 settembre** GP San Marino, Misano

### NUOTO E SPORT ACQUATICI

- **5/10 dicembre** Campionati europei in vasca corta, Otopeni (Romania)
- **4/16 gennaio** Campionati europei pallanuoto uomini Dubrovnik e Zagabria
- **5/13 gennaio** Campionati europei pallanuoto donne, Eindhoven
- **11/18 febbraio** Campionati mondiali (nuoto, nuoto sincronizzato, pallanuoto e tuffi), Doha
- **5/9 marzo** Campionati assoluti, Riccione
- **21/23 giugno** Sette Colli, Roma

### PALLACANESTRO

- **24/26 maggio** Final Four di Euroleague per club, Berlino
- **2/7 luglio** In quattro sedi torneo preolimpico uomini con 24 nazioni compresa l'Italia che giocherà in Portorico

### PALLAVOLO

- **6/10 dicembre** Finali mondiale per club uomini e donne, India
- **29 aprile/5 maggio** Finali europeo per club, sede da assegnare
- **26/30 giugno** Finali Nations League uomini e donne, sede da assegnare

### PUGILATO

- **4/11 marzo** Torneo di qualificazione olimpica, Busto Arsizio

### SPORT INVERNALI

- **22 febbraio/3 marzo** Campionati mondiali di skeleton e bob, Winterberg (Ger)
- **7/18 febbraio** Campionati mondiali di biathlon, NoveMesto
- **15/17 marzo** Campionati mondiali short track, Rotterdam
- **18/24 marzo** Campionati mondiali pattinaggio artistico, Montreal

### TENNIS

- **15/28 gennaio** Open d'Australia, Melbourne
- **6/19 maggio** Internazionali d'Italia, Roma
- **26 maggio/10 giugno** Roland Garros, Parigi
- **1/14 luglio** Wimbledon, Londra
- **26 agosto - 8 settembre** US Open, New York

INSIEME 365 GIORNI ALL'ANNO CON :



[www.csain.it](http://www.csain.it)

SEGUICI SU:



**DIVENTIAMO  
TUTTI AMICI!**

LIKE & HEART

