Gruppo Editoriale LUMI
Edizioni Sportive, Turistiche, Musicali
www.gruppolumi.it - Bondeno (FE)

Sportcomuni
Edizione Bondeno

COPIA OMAGGIO

Anno I - N° 3
Marzo - Aprile 2007
Finito di stampare il 30/03/07
www.sportcomuni.it

il mensile sportivo del territorio

PRIMAVERA, TEMPO DI SPORT

Tiro a Segno · Pattinaggio Artistico · Pallavolo · Tennis · Atletica · Squash · Basket · Hockey su Prato · Badminton

Calcio a 5 · Ciclismo Turistico · Calcio · Tiro con l'arco · Nuoto · Bocce - Boccette · Scherma · Arti Marziali · Canoa

Cari lettori,
E' finalmente iniziata la primavera! Molti di noi iniziano a sentire la necessità di tornare all'aria aperta. L'inverno non è stato freddo; tuttavia ci ha costretti a passare molto tempo in casa.

Marzo è stato pieno di eventi sportivi degni di nota, sia a livello internazionale che (nel piccolo) a livello locale. Sono iniziati i campionati di Formula Uno e di motociclismo, che vedono protagonisti rispettivamente la Ferrari e Valentino Rossi, con grande gioia dei tifosi. In queste gare (in modo particolare quando in pista scende "The Doctor" con la moto numero 46) le emozioni e i sorpassi sono all'ordine del giro… Lo show è pertanto assicurato! Grandi soddisfazioni per l'Italia sono giunte dai campionati del mondo di nuoto, dove i nostri atleti -dopo una partenza in sordina- hanno ottenuto risultati molto significativi, basti pensare alle gare (ed al record mondiale) della Pellegrini.
Per aprile il panorama mondiale sportivo vedrà in Spagna e precisamente a Valencia l'inizio della spettacolare Luis Vuitton Cup, la competizione che designerà lo sfidante di Alinghi in Coppa America. Assieme alle Olimpiadi è la manifestazione velica più importante in assoluto. Tre i sindacati italiani iscritti: Luna Rossa, Mascalzone Latino e +39.

Dal contesto internazionale passiamo brevemente a quanto successo in Italia. Nella Serie A di calcio si continua ad assistere al dominio dell'Inter, che dopo anni bui sta ritrovando gioco e risultati. Anche l'inseguitrice Roma -nonostante i molti punti di svantaggio dalla capolista- sta ottenendo molte soddisfazioni, come l'accesso ai quarti di finale di Champion's League, assieme ad un Milan che si sta gradualmente ritrovando (merito di Ronaldo?). Intanto iniziano a circolare le prime ipotesi di calciomercato per il prossimo anno, con tutte le conseguenti congetture del caso, che certamente terranno banco nei prossimi mesi.
Passiamo ora al panorama sportivo locale. Come non ricordare innanzitutto l'Hockey Bondeno? Il campionato è finalmente ripreso! I risultati sono lusinganti, la squadra è addirittura tra le primissime in zona play off. Tutto l'organico sembra deciso a mantenere alta la concentrazione! Dall'Atletica giungono altri lusinganti risultati: il bondenese Giuseppe Macerino, in forza alla Prosport di Massimo Magnani nella "Ferrara Marathon" è giunto quinto. Sicuramente ne sentiremo ancora parlare, essendo stata la sua prima esperienza in questa difficile specialità. Non possiamo poi dimenticare i gemelli Zapparoli, in forze all'Atletica Bondeno: Alessia è giunta terza ai campionati italiani indoor di marcia sulla distanza dei tre Km, mentre Andrea nei campionati italiani di corsa campestre è giunto nelle primissime posizioni. Il Ponte Rodoni nel campionato di calcetto di serie C2 regionale si sta comportando molto bene. Il nuoto bondenese ha raggiunto un importante risultato: la prima partecipazione di un proprio atleta - Filippo Valieri - ai campionati italiani assoluti.
Buona lettura!

FRANCESCO LAZZARINI

pag. 2 Hockey Bondeno

pag. 3 Gianni Morandi

pag. 7 Campanile Sera

pag. 8 Giovanni Cervi

pag. 9 Alessia Zapparoli

pag. 12-13 Lara Wielingen

pag. 18 Tennis

pag. 19 Daniele Bolognesi

pag. 21 Maratona

pag. 25 Giovanni Grazzi

FANTASILANDIA
Servizio di consulenza e di fornitura di oggetti promozionali personalizzati, regali d'affari e peluches
Servizio di stampa, ricamo, marchiatura al laser
Tel: 051 / 686.11.26 Fax: 051 / 686.21.05 www.fantasilandia.it info@fantasilandia.it

Edizioni Sportive, Turistiche, Musicali
Gruppo Editoriale LUMI
via per Burana, 65 - C.P. 94 - 44012 Bondeno (FE)
Tel. 0532-894142 Fax: 0532-898301
www.gruppolumi.it - info@gruppolumi.it

La salvezza rimane però obiettivo prioritario

HOCKEY SU PRATO SERIE A1 / BONDENO ENTRA IN ZONA PLAY OFF

Alla ripresa, i matildei perdono a Torino prima, vincono a "tavolino" poi, e battono il Cernusco dopo

Mai così in alto. Il quarto posto in classifica. Bondeno in zona play off nella massima serie di hockey su prato. Incredibile, ma vero, dopo nove giornate di campionato. I biancazzurri centrano quota quindici, sei lunghezze dietro le capolista Roma e Suelli, al termine del girone d'andata. Un evento infrequente, in A1, per una matricola.

Luigi Gavioli

La corsa salvezza dei matildei – tappa comunque prioritaria – subisce un'impennata proprio nella gara inaugurale della fase primaverile. Il Cus Torino sconfigge di misura il Bondeno (1-0), con la complicità della difesa biancazzurra al 7', e lo relega in sesta posizione. Quindi, il giudice sportivo assegna la vittoria a "tavolino" (2-0) alla squadra allenata da Umberto Collina e Luigi Gavioli, team manager dei bondesani. Infine, batte il Cernusco 2000 con un gol allo scadere di Leo Fiocchi (2-1).

«Col Cus Torino era la prima partita dopo la pausa invernale – ha commentato Luigi Gavioli –. Credevo ci fossero più difficoltà ad ingranare e invece la squadra ha mostrato di essere cresciuta anche attraverso l'indoor. D'altronde, ci siamo allenati bene, in campo abbiamo tenuto bene. Ci poteva stare il pareggio. Loro hanno fatto gol su un nostro errore. Sui tiri di corner corto abbiamo invece pagato lo scotto di una superficie di gioco che rendeva la dinamica più lenta a quella in cui siamo abituati».

La sorpresa arriva a metà settimana, alla vigilia della gara interna col Cernusco 2000: il giudice sportivo rileva l'irregolarità dell'inserimento in lista dell'under 21 nord africano El Kettan, infliggendo la sconfitta a tavolino del Cus Torino (0-2), la penalizzazione di due punti in classifica nonchè 300 euro di ammenda ai piemontesi. L'ambiente è galvanizzato benchè non manchino ordinari momenti di confronto serrato fra giocatori e staff tecnico, alla ricerca di qualche miglioramento di natura tecnica e tattica. La sfida col Cernusco, infatti, potrebbe imprimere la svolta definitiva alla stagione. Ne sono consapevoli i giocatori che contro i lombardi infatti dosano su buoni livelli spirito d'abnegazione, sagacia tattica, qualità della manovra e condizione atletica. Un momento di deconcentrazione in fase difensiva conduce tuttavia il Cernusco al gol del temporaneo pareggio, dopo la rete su angolo corto di Fedossenko. La stella di Leo Fiocchi, rapinatore d'area nell'hockey indoor, si riaccende dopo tempo anche sull'erba del "Giatti": uno stop, una finta sul rovescio, con il portiere avversario, spiazzato, che caracolla prima del tiro in diagonale che conduce la sfera sull'angolo basso alla destra del portiere avversario. E' la rete del 2-1. E' il tripudio.

«La squadra ha reagito bene – ha spiegato l'allenatore Umberto Collina a fine partita –. Il risultato è meritato, nonostante il Cernusco abbia fatto il possibile per portare a casa la vittoria: le occasioni le abbiamo avute, ne abbiamo concretizzate tuttavia solo un paio. Ma soprattutto i ragazzi hanno giocato alla pari contro gente esperta. Teniamo conto poi che noi siamo una neopromossa. Non avrei mai creduto di chiudere il girone d'andata con quindici punti. Un bellissimo successo. Raramente, a questo punto del campionato, una matricola ha centrato quest' obiettivo. Speriamo però nel girone di ritorno di fare quei tre quattro punti necessari a raggiungere la salvezza».

L'allenatore Collina

In questo modo, anche la trasferta a Cagliari nel mitico tempio dell'Amsicora, incute meno paura così come lo spettro della retrocessione mai come adesso così lontano.

Kripak e Tassinari in azione

Lo stage in Spagna segna la partenza del nuovo corso tecnico

Hockey su prato Serie A1 / BOLOGNESI E GUIDORZI IN NAZIONALE

Buon debutto di Guidorzi, positiva riconferma di Bolognesi

Marcello Bolognesi

Il nuovo corso della Nazionale maggiore guidata dall'italo argentino Fernando Ferrara porta in dote al club biancazzurro due convocazioni. La prima è una conferma ed è quella del portiere Marcello Bolognesi, classe 1983, che vanta già una decina di presenze in maglia azzurra; la seconda, invece, riguarda l'esordio del libero Nicola Guidorzi, classe 1984, osservato speciale del nuovo c.t. da un po' di tempo. Lo stage tecnico di sei giorni nei Paesi Iberici ha coinvolto pertanto i due atleti bondesani dal 4 al 10 marzo. Quattro le gare disputate: un successo contro il Deportivo Terrassa (5-1), un pareggio contro il Bacellona (1-1) e due sconfitte (Club Egara e Polo Club). «Una bella esperienza – racconta Marcello Bolognesi, estremo difensore del Bondeno –. La prima con un nuovo allenatore, già dall'inizio: quindi significa che c'è stima nei miei confronti. Ho giocato una partita e un tempo contro il Barcellona e il Deportivo Terassa mentre contro il Real Polo e l'Egara ha giocato Marchi il portiere dell'Adige di Mori». La Spagna, nazione in grande ascesa nella scala europea e mondiale sia maschile che femminile, segna la svolta anche nella vita sportiva di Nicola Guidorzi, classe 1984, libero della formazione allenata da Umberto Collina, che di fatto l'ha lanciato nel nuovo ruolo. «Tutto bene – ammette Nicola Guidorzi –. E' stata una bella esperienza. Ci siamo divertiti. Come prima convocazione sono stato contento. Alla fine ho giocato spezzoni in tutte le gare».

Il presidente Bolognesi: «Nessuno è eterno»

VIA LIBERA AL PROGRAMMA DI RINNOVAMENTO

La società punta gradualmente al ricambio dirigenziale

Il ricambio dirigenziale. E' questo l'obiettivo principale di lungo periodo posto all'ordine del giorno di un recente consiglio direttivo dell'Hockey Club Bondeno. Il presidente Daniele Bolognesi - alla guida della società da circa un decennio - e il suo vice Ermanno Bacchiega, coordinatore della macchina burocratica da più tempo ancora, lo ritengono anzi elemento fondamentale per lo sviluppo futuro dell'hockey su prato.

«Nessuno è eterno - ha ammesso il presidente Bolognesi - Stiamo seriamente pensando ad affiancarci ai nostri ragazzi più anziani. Qualcuno probabilmente smetterà di giocare». Il cuore pulsa ancora forte e la passione per questo sport praticato in gioventù ha talvolta mitigato nei vertici dirigenziali anche quei sacrifici e quelle delusioni che velatamente non sono mancate e si sono insinuate nell'ordinarietà della vita, pur tuttavia, in un decennio di grandi soddisfazioni.

Pensare al futuro in questi termini, allora, è a maggior ragione un grande segno di lungimiranza: «Speriamo che questo passaggio di consegne avvenga in modo indolore e in un momento di fulgore per la società ma pur sempre col nostro appoggio incondizionato, evitando così ogni traumatismo psicologico per chi eventualmente subentrerà e ogni impatto pratico per la società», ha infine precisato Bolognesi, impegnato anche a livello nazionale per la crescita e lo sviluppo della costituenda Lega delle società di serie A di hockey su prato.

AUGUSTO PARESCHI

IDENTIKIT

Nome: Nicola
Cognome: Guidorzi
Professione/studi: Studente in Giurisprudenza
Sport praticato con successo: Hockey su prato
Quanto tempo dedico al mio sport?: Tanto
Cosa farò da grande?: Non lo so, spero qualcosa inerente ai miei studi
Il mio sport preferito: Basket
I miei interessi extra sportivi: Musica,uscire con gli amici e divertirmi
Il mio atleta preferito: Alessandro del Piero
Il film preferito: Il Gladiatore
Il mio genere di musica: Rap/Hip Hop
Il mio cantante/gruppo musicale preferito: Articolo 31
La mia vacanza ideale: Ibiza

RISULTATI 8ª GIORNATA:

Amsicora - Superba	5-1
Lazio Ceramiche Appia Nuova - Roma	0-0
Brà - Suelli	4-2
Cus Torino - Bondeno	1-0
Cernusco 2000 - Villafranca	4-4

RISULTATI 9ª GIORNATA *(ultima di andata):*

Lazio - Amsicora	2-1
Suelli - Roma	1-2
Bondeno - Cernusco	2-1
Superba - Brà	2-3
Villafranca - Cus Torino	1-1

CLASSIFICA GENERALE DOPO NOVE GIORNATE:

Hc Roma De Sist	21
Hc Suelli Sapori di Sardegna	21
Hc Brà	17
Hc Bondeno	15
Sg Amsicora Terra Sarda	11
Lazio Ceramiche Appia Nuova	11
Cus Torino	9
Hc Cernusco 2000	8
H. Villafranca	5
Hc Superba Genova	1

Maratona

SPORT E SOLIDARIETÀ: UN BINOMIO VINCENTE

Gianni Morandi si racconta a Sport Comuni.

Red Ronnie, Morandi ed il sindaco di Pieve di Cento, Milena Correggiari, all'arrivo della Maratona delle quattro Porte

E' uno dei cantanti più amati dalle famiglie e dalle donne italiane. Le sue canzoni, infatti, hanno fatto innamorare diverse generazioni di giovani. L'uomo di spettacolo chiamato affettuosamente "l'eterno ragazzo", è da sempre un convinto sportivo. Ha inciso qualcosa come 34 album musicali e 400 canzoni. E' tra i fondatori della Nazionale Cantanti, e ultimamente si sta interessando anche alla corsa. Ha partecipato anche alla Maratona di Pieve di Cento, svoltasi lo scorso 11 marzo. Stiamo parlando di Gianni Morandi. Sport Comuni lo ha intervistato.

Cosa significa per Lei fare sport *(calcio, corsa…)?*

"E' importante. Anche se non lo pratico ad alti livelli, è da una vita che lo seguo. Il calcio è una delle mie grandi passioni e la Nazionale Cantanti mi ha permesso di continuare a giocarci. Ora da un po' di tempo ho iniziato a correre e a partecipare a qualche gara, un po' per divertimento e un po' per mantenermi in forma".

Solidarietà, sport e spettacolo. Lei è uno degli esempi più significativi di questo bel connubio. Ci può raccontare qualcosa della Sua esperienza?

La Nazionale Cantanti è un modo per raccogliere fondi da destinare ai più bisognosi. Chi ne fa parte può "dare di più"! Con le nostre partite riusciamo a sensibilizzare tanta gente e raccogliamo fondi per aiutare chi è in difficoltà. Mi piace lo sport e anche adesso lo pratico attivamente: corro e gioco a calcio.

Nella Sua lunga carriera - in cui si è esibito in prestigiosi teatri e stadi in tutto il mondo- ha mai cantato a Bondeno?

"Si, mi ricordo un episodio di inizio di carriera. Quando cantavo con la mitica Orchestra Scaglioni di Bologna, mi sono esibito al Teatro Orfeo di Bondeno. Ero ancora un ragazzino di circa dodici anni però è stato un successone, infatti ho un ricordo molto piacevole. Inoltre il ferrarese è una bella terra ed ho diversi amici."

Ed ora quali sono le Sue attività?

"Sto presentando in giro per l'Italia il mio ultimo libro "Diario di un ragazzo italiano". Si tratta della sintesi delle pagine più belle che ho scritto. Ho iniziato a scrivere fin da quando avevo dodici anni. Racconto i miei successi, ma anche i momenti di sconforto e di crisi. A volte scrivevo anche durante i tour, nei momenti di noia."

Dopo una lunga e brillante carriera come la Sua, ha ancora qualche sogno nel cassetto? Quali sono i suoi prossimi obiettivi?

"Premettendo che è necessario porsi sempre nuovi obiettivi, non mi sento ancora arrivato. Infatti desidero fare un po' di cinema, ad esempio impersonando un nonno. E poi vorrei ancora cantare…"

Chi Le ha fatto da guida?

"Devo molto a mio padre. Infatti mi ha insegnato a stare con i piedi per terra e a guardare in faccia alla realtà. Ad esempio mi ha costantemente ricordato dopo l'uscita dei primi dischi che il successo finisce prima o poi…Ha continuato a farmi lavorare e per questo mi ha trasmesso un forte senso di serietà e dovere."

Gianni Moranti intervistato all'arrivo della minimaratona

24° MARATONA DELLE QUATTRO PORTE

Una domenica sportiva a Pieve di Cento

Si è svolta domenica 11 marzo a Pieve di Cento la 24 ° Maratonina delle 4 Porte, organizzata da Gruppo podistico a.s.d."I cagnon".

La Mezza Maratona - della distanza di Km 21,097- prevedeva un percorso costantemente su terreno piano ed asfaltato. I partecipanti sono stati 647, cui si devono aggiungere i 19 cicloni. Altre sono state le attività organizzate in parallelo, come ad esempio una mini camminata, la "camminata e alternativa" e la Maratonina non competitiva, per un totale di ben 4559 partecipanti.

La partenza della gara competititva

Nella gara competitiva maschile ha vinto Cherkaoui Laalami (Latina Runner), secondo Isaak Tanui (A S D Bruni Publ.Atl. Vomano) mentre terzo è arrivato John Rotich Kipsele (M\Fondo Recanati Grottini Team). Per quanto riguarda la classifica femminile, prima è arrivata Stefania Benedetti (G. Alpinistico Vertovese), seconda Ilaria Bianchi Team Suma) e terza Maria Cocchetti (Sport & Sportivi Cover).

Nella classifica cicloni ha vinto Roberto Brigo (Aspea Padova), 2° è giunto Flavio Billi (Apre Olmedo) e terzo Giovanni Angeli (Basket e non solo UD).

La partenza della minimaratona

La manifestazione ha visto la partecipazione anche del famoso cantante Gianni Morandi, da anni impegnato nello sport e nella solidarietà.

Sport comuni Edizione Bondeno

questo giornale è stato stampato interamente su carta riciclata

Registrazione del tribunale di Ferrara n.1 del 03/01/2007
Editore: Gruppo Editoriale LUMI s.a.s. - Via per Burana, 65 - C.P. 94 - 44012 Bondeno (FE)
Tel. 0532.894142 Fax: 0532.898301 - info@gruppolumi.it - www.gruppolumi.it
Direttore responsabile: Alberto Lazzarini; **Redazione, grafica, stampa:** Via per Burana, 65 44012 Bondeno (FE)
Redazione: redazione@sportcomuni.it; **Grafica:** grafica@sportcomuni.it
Coordinatore redazionale: Francesco Lazzarini; **Consulenza grafica:** Alejandro Lorenzin
Hanno collaborato: Alessandro Lodi, Augusto Pareschi, Carlo Costanzelli, Christian Poletti, Daniela Faretti, Daniele Bolognesi, Daniele Guandalini, Edmo Mori, Elena Blo, Elisa Buzzi, Eros Tartari, Federica Camurri, Federico Bianchini, Giorgio Marcialis, Giovanni Grazzi, Lisa Cattabriga, Manuele Mazza, Monica Caffini, Paolo Ferrarini, Simone Bergamini, Simone Bragaglia, Stefania Tugnoli, Vittorio Mistretta.
Un ringraziamento: Alessandro Vaccarella, Alessia Zapparoli, Alan Fabbri –Assessore allo Sport Comune di Bondeno-, Antonio Gatti, Barbara Zappaterra, Cristiano Beltrami, Daniele Boschetti e tutto il Comitato "Chi Gioca Alzi la Mano", Gabriele Grazzi, Gianni Morandi, Giovanni Trevisani, Lara Wielingen, Monica Ferri, Nicola Tassinari, Stefano Grechi.
Per la tua pubblicità: spot@sportcomuni.it

GRUPPO EDITORIALE LUMI

Sotto l'Alto Patrocinio di: Ministero delle Politiche Giovanili e Attività Sportive, Provincia di Ferrara, Ferrara terra e acqua, Comune di Bondeno, C.O.N.I. Ferrara, C.S.I. Ferrara

POGAS POLITICHE GIOVANILI E ATTIVITÀ SPORTIVE

Provincia di Ferrara

Ferrara terra e acqua

Comune di Bondeno

Italia Coni Comitato Provinciale Ferrara

Comitato Provinciale Ferrara CENTRO SPORTIVO ITALIANO

Ponte Rodoni

UN GRANDE ORGOGLIO PER UNA PICCOLA COMUNITÀ

Sono ormai 6 anni che Ponte Rodoni si propone come punto di riferimento dell'Alto ferrarese per il calcio a 5 indoor.
La struttura di via per Vigarano edificata per volontà e sacrificio della comunità di Ponte Rodoni, col sostegno primario della Sagra del Cinghiale che qui si svolge nel mese di agosto, ospita quest'anno cinque squadre di calcetto per allenamenti e campionato.
Tre di queste fanno capo direttamente alla Polisportiva Ponte Rodoni che vanta l'unica compaggine ferrarese nel campionato regionale di serie C2 e due squadre, una maschile e una femminile, che militano nei rispettivi campionati provinciali u.i.s.p.
Ovvio e scontato è l'orgoglio della " Prima squadra " che, allenata da Cristiano Beltrami, dopo un avvio di campionato non proprio brillante, ha trovato le armi giuste e, con i gol di Dolcetti e Setti e le prodezze di Bibo Manzali tra i pali, nel momento in cui scriviamo è quinta in classifica e punta ai play off in vista del prossimo campionato.
Irrinunciabile è diventata la splendida e rumorosa cornice di pubblico della "Curva Tello" che accompagna la squadra nelle partite di casa.
Tantissime e inattese soddisfazioni sono arrivate dalla u.i.s.p. maschile di Mr. Formigoni che partita dopo partita, trascinata dai bomber Gatti e Rossi, si è insediata in vetta alla classifica del girone A distanziando di alcune lunghezze le dirette inseguitrici quando mancano solo 5 giornate alla fine del campionato e che, nella pausa invernale, si è aggiudicata con una finale esaltante terminata ai rigori, la Coppa di Lega U.i.s.p.
Buono, perchè pregiudicato da infortuni, assenze ed avvicendamenti tecnici, il 4° posto ottenuto, con grandissimo impegno, dalla formazione femminile di Alvisi e Simcic nel girone A del campionato provinciale u.i.s.p, anche se ad inizio campionato si puntava decisamente più in alto.
Piena soddisfazione quindi per i risultati ottenuti fino ad ora in campo sportivo, per l'attenzione che il pubblico bondenese, quest'anno in maniera ancora maggiore, ha dedicato alla nostra attività e per la considerazione che sponsor e stampa ci dedicano continuamente.
In attesa della fine dei campionati, il gruppo dirigente guarda al prossimo anno sportivo, valutando il rafforzamento delle formazioni in essere e la realizzazione di una squadra giovanile che serva come approcio formativo per i giovani, maschi o femmine, che vogliono iniziare col " calcetto ".
A tal proposito ci teniamo ad informare che la nostra struttura è aperta a tutti coloro che, anche per semplice curiosità, gratuitamente, vogliano avvicinarsi a questo sport nelle serate di lunedì e mercoledì per il femminile, martedì e giovedì per il maschile dalle 20.00 in poi, unico requisito richiesto è l'aver compiuto 12 anni per le ragazze e 15 per i ragazzi.
Un ringraziamento sincero da parte di tutti, atleti e dirigenti, alla comunità di Ponte Rodoni, in particolar modo alle signore, colonna portante della Sagra e cuoche disponibilissime e pazienti.

CALCIO A 5 PONTE RODONI

Mosquito Team serie C2: *All. Beltrami, Campini S., Manzali, Minarelli, Fornasari, Talmelli, Setti, Saveri, Tomasi, Neri, Gavagna*
Seduti: *Dolcetti, Zonari, Baraldo, Campini L., Accorsi, Mattioli.*

Mosquito Team U.i.s.p: *Aleotti, Gatti, Minarelli F., Minarelli L., Bergamini, Mattioli, All. Formigoni, Rossi, Costanzelli, Zanchetta, Galliera, Galeotti.*

Mosquito Team Femminile: *Tassi, Zecchi, Balestra, Gatti, Mistretta, Busoli, Simcic, Bonazzi.*
Seduti *All. Alvisi, Tralli, Zucchi, Buganza, Longhi, Fabbri, Cranchi.*

Calcio

Bondenese: Un viaggio nelle giovanilli

Ecco le squadre Allievi e Juniores

Per parlare di A.D.S. Bondenese Calcio, in questo ultimo decennio, non si può trascurare il settore giovanile. Infatti il frutto del lavoro paziente di tante persone, che si sono succedute, ha sortito l'arrivo di tanti ragazzi, definibili come i classici "frutti del vivaio" quando giungono in 1° squadra con somma soddisfazione di tutta la dirigenza. Questo orientamento, che al giorno d'oggi assume una importanza rilevante per tutte le società, siano esse professioniste che dilettanti, è stato intrapreso dall'A.D.S.Bondenese Calcio, da circa una trentina di anni. Per questo il merito e la soddisfazione è ancora maggiore, sapendo di esser stati, un po' per oculatezza - e tanto per necessità- gli antesignani di questa scelta vitale per le società sportive.
E' chiaro che questa decisione, così logica e facile a dirsi, sia costata, allora, una sorta di rivoluzione interna. Si tratta di una scommessa su dove concentrare gli investimenti, sperando di non commettere errori a lungo termine prima di poter godere dei frutti.
Le colonne portanti, di qualsiasi attività sportiva, vale a dire, volontà, spirito di sacrificio, e passione sono diventate le pietre angolari, su cui si è edificata la costruzione, considerando che tutti all'interno della società, dovevano e devono sottostare a queste linee guida.
Infatti, sia i tecnici, sia i dirigenti -a cui è necessario dare il merito di aver scelto le persone giuste al posto giusto, e di aver deciso di abbattere quella sorta di "campanilismo", così tanto radicato nel nostro territorio, facendo collaborare le piccole frazioni del comune, a questo progetto di avviamento e formazione giovanile al calcio, sia ai ragazzi stessi, che si sono impegnati in questi anni. Tutti, in definitiva, hanno seguito i dettami annunciati, con grande soddisfazione ed interesse per il movimento medesimo.

Squadra Allievi. Da SX: *Mudatis, Teofili (allenatore), Bergonzini, Savonuzzi, Resca, Costanzelli F., Vacchi, S. Pinca, Gamberoni, Ga, Ansaloni S., Ferranti E. (massaggiatore), Ansaloni D. Rafe k. Gamberoni Gi, Ferranti R., Pennucci, Costanzelli C., Poltronieri*

A onor del vero, però, non sempre le stagioni, che si sono succedute, sia pure con il nostro impegno massimo, sono state facili; qualche volta si è" steccato", non si è raggiunto il risultato auspicato, ma questo fa parte dello sport, in genere, e del calcio in particolare. E', invece, importante che sia rimasta sempre alta la propria auto-stima, e la capacità di credere fermamente nel proprio lavoro, e questo è già un buon antidoto, nei momenti di '"magra".
Quindi, per onorare, sia i tecnici, sia gli atleti si vuole presentare due delle compagini che attualmente stanno tenendo alti, nei rispettivi campionati, la maglia dell'A.D.S. Bondenese Calcio.
Alludo alla formazione "juniores", definibile come la seconda squadra, che guidata da mister Luciano Sandonati, (un vero decano degli allenatori della Bondenese, circa una decina di panchine continuative, con la stessa categoria), si sta brillantemente comportando nel proprio campionato, ma ciò che è importante, (come sempre del resto) si sta "affinando" qualche pedina utile per il prossimo campionato della 1° squadra.
Per chi ha dimestichezza delle giovanili, questa categoria è una delle più difficili dell'intero lotto. Infatti, spesso, per esigenze superiori (leggi 1° squadra), i migliori vengono sacrificati alla causa, lasciando all'abilità, alla capacità, ed alla fantasia dell'allenatore, la possibilità di rimpiazzare le pedine mancanti, senza avere contraccolpi di classifica, nel proprio campionato. Mister Sandonati, sotto questo aspetto, è un vero maestro, e tutto questo gli è ampiamente riconosciuto.
La seconda formazione, di cui vorrei spendere due parole, è quella degli "allievi", con il loro allenatore Valter Teofili. Questa categoria, è un po' come il liceo della scuola calcio. Chi ne esce, effettua una sorta di esame di maturità, che ne identifica l'esatta dimensione futura. Questi ragazzi, si stanno applicando con molto zelo, per conseguire la loro dimensione, e nonostante la maggioranza di loro, sia giovane per la categoria, si stanno comportando brillantemente nel loro campionato, dimostrando un'ottima predisposizione al calcio come collettivo.
E' ovvio che a tutto questo, non può essere estraneo "mister " Teofili, un buon mix di grinta, e spirito di sacrificio ,che fa ben sperare per il futuro.
Questi sono due degli esempi delle tante formazioni che l'A.S.D. Bondenese calcio settore giovanile è in grado di metter in campo ogni anno nei rispettivi campionati con un solo scopo: la propria sopravvivenza, nella speranza che la propria storia, quasi centenaria, possa durare ancora a lungo. Colgo l'occasione per ricordare a tutti coloro che fossero interessati, che la società inizia con il mese di aprile per i nati negli anni 1999, 2000, 2001 una stage di primavera di avviamento al gioco del calcio, completamente gratuito. Per informazioni rivolgersi al Sig. Tartari, presso il campo sportivo comunale di Bondeno.

EROS TARTARI

Squadra Juniores. Da SX: *Boschetti, Benetti, Gilli, Martini, Moscato, Saba, Meneghini, Belloccio, Pellegatti, Maggio.* ***Accosciati:*** *mass. Fergnani, Passaro, Orlando, Montemorro, Biavati, Marca, Arrivabeni, Meneghini, Gagnolati.*

Azienda Agricola CERUTTI
vendita diretta
- Uova biologiche certificate fresche di giornata
- Riso Vialone Nano, Carnaroli
- Farina di riso
- Semola di riso per polenta
Burana Via Ponti Santi, 219
tel. 0532 880717 cell. 3384691211

FORMEC
CONCESSIONARIO UFF. FERRARA E PROV. ASSISTENZA AUTORIZZATA
syneco ROTAIR KOMATSU EFFE
ASSISTENZA E RIPARAZIONE AUTOCARRI, MACCHINE MOVIMENTO TERRA, OLEODINAMICA
Via C. Ragazzi, 23/B - 44012 Bondeno (FE)
Tel. 0532 897889 - Fax: 0532 898021
E-mail: ggf.formec@libero.It

"LE CASETTE"
Alloggio in appartamenti e camere con bagno climatizzati
Via Virgiliana, 137 - 44010 Burana (FE)
Tel. e Fax: 0532 880736
Cell. 347 9759287
e-mail: fondocasette@libero.it
www.agriturismolecasette.it

FARMACIA Dott. Pasti
FARMACIA PASTI S.n.c.
delle dott.sse
Pasti Maria e
Pasti Elisa
P.zza Garibaldi, 38/40
Bondeno (Fe)
Tel. 0532 / 89 31 97
e-mail: farm.pasti@libero.it
http://farmaciapasti.googlepages.com

I messaggi pubblicitari su Sport comuni sono molto efficaci...
...infatti sono letti anche alla rovescia
www.sportcomuni.it - spot@sportcomuni.it

NONOSTANTE TUTTO NON MOLLIAMO!

A pochissime giornate dalla conclusione, la situazione della Gavellese rimane critica

Rimane difficile la situazione della Gavellese, che sta terminando in zona retrocessione il proprio campionato di Seconda Categoria. Infatti a ormai due giornate dal termine, è necessario ottenere altrettante vittorie. La squadra tutta è decisa a lottare con i denti, convinta delle proprie potenzialità. Purtroppo ha pesato negativamente il pareggio per uno a uno in casa del Marrara (sua diretta avversaria nella lotta salvezza), ottenuto da quest'ultima al 95'. Quando la Gavellese si è portata in vantaggio, probabilmente si è illusa di avere la partita in mano, ma poi non ha saputo tenere lontana la palla dalla propria porta, fino al gol beffa finale.

L'organico come sottolinea la società è composto da giocatori molto giovani. Probabilmente nel corso dell'anno è forse mancata l'esperienza e la malizia necessaria per affrontare i momenti più delicati.

"Quando la classifica ti condanna alla lotta per la salvezza, tutto sembra andare male", è così che ha sintetizzato la stagione il Presidente Giovanni Trevisani, che tuttavia si è detto ancora speranzoso di vedere salva seppur in extremis la sua Gavellese.

Portieri: *Scannapieco, Tartarini.* ***Difensori:*** *Angelici, Benvenuti, Gavioli, Terracciano, Vincenti, Zambrini.* ***Centrocampisti:*** *Sonetti, Casaluce, Di Bari, Folchi, Gavioli, Greco, Poletti, Preti.* ***Attaccanti:*** *Amendolara, Benedesi, Orti.* ***All.:*** *Croci.* ***Prep.:*** *Lugli.*

NUOVA AURORA: CALCIO E NON SOLO

La società è impegnata su tanti fronti

La Nuova Aurora a poche giornate dalla conclusione del campionato di Seconda Categoria si trova in una posizione di medio alta classifica. La società si dice soddisfatta per i risultati raggiunti in questo campionato. Infatti se la squadra è concentrata può dare filo da torcere a tutti i suoi avversari, nessuno escluso, mentre se la giornata inizia male, rischia maggiormente. Lo staff composto da Gavioli, Calzolari e Romagnoli ha svolto un significativo lavoro nel mantenere unito l'organico. Il giocatore Della Rovere, essendo ormai giunto al settimo campionato con i colori della Nuova Aurora, merita una particolare menzione per la fedeltà dimostrata. Voci attendibili affermano che la società sarà protagonista del prossimo calcio mercato estivo, ma nessuno si sbilancia ulteriormente.

Per quanto riguarda la vita di Scortichino, è importante l'apporto che la medesima società Nuova Aurora sta dando -nelle persone del Presidente, del vice presidente di alcuni consiglieri e collaboratori – per sostenere il Comitato nell'organizzazione della fiera del paese, dopo le dimissioni di alcuni dei suoi membri.

Passando agli eventi organizzati direttamente dalla società, una novità di rilievo riguarda l'organizzazione di una singolare manifestazione: per sabato 2 giugno è infatti in programma lo **"Scudetto dei tifosi"**. Si tratta di un'iniziativa volta a riunire i tifosi locali della squadra che vincerà il campionato di Serie A, cioè il più seguito ed il più discusso d'Italia. La società Nuova Aurora preparerà i suoi tradizionali piatti, con l'intenzione di offrire ai supporters locali una sana occasione di festa. I partecipanti potranno portare vessilli, gagliardetti, striscioni e sciarpe, per festeggiare la propria squadra. E' importante sottolineare che tale iniziativa verrà riproposta negli anni, indipendentemente da quale squadra risulterà vincitrice.

Per prenotazioni ed iscrizioni 380 4610840

BONDENO, CENTRO D'INTERESSE PER L'ARCHEOLOGIA

Al Museo G. Ferraresi sono raccolti molti reperti significativi

"Nel comune di Bondeno numerosi sono i ritrovamenti archeologici che attestano la presenza umana dal Neolitico all'epoca post-classica. Unica eccezione riguarda l'Età del Rame, epoca di cui finora non abbiamo alcuna testimonianza." E' questa l'incoraggiante introduzione all'archeologia locale che ci è stata data dalla Dott.sa Barbara Zappaterra, esperta di archeologia e responsabile del Museo Civico Archeologico "G.Ferraresi"di Bondeno. "Già nel Neolitico–prosegue la Dott.ssa Zappaterra-, un gruppo di uomini si era insediato in un villaggio vicino a un ramo, ora estinto, del Po, nei pressi del Parco Urbano, dove una volta era funzionante il complesso di Fornace Grandi. A circa sei metri di profondità, sono stati ritrovati, attorno al 1955, oltre a fondi di capanne e focolari anche utensili e oggetti della vita quotidiana databili all'inizio del IV millennio a.C." Per quanto riguarda l'Età del Bronzo, la nostra guida ci spiega che "il sito più importante è stato individuato nel 1989 a Pilastri. Qui la Soprintendenza per i Beni Archeologici dell' Emilia Romagna ha realizzato uno scavo riportando in luce tracce di un villaggio terramaricolo di circa 3500 anni fa che ha restituito molti frammenti di vasi, ciotole, pesi da telaio, frecce e oggetti in bronzo. Tali manufatti testimoniano di quanto all'epoca fossero già numerosi e piuttosto dinamici gli scambi commerciali e culturali, anche con realtà molto lontane dal Bondenese. Si pensi che sono stati recuperati frammenti di ambra di probabile provenienza baltica, a testimonianza di una consolidata organizzazione nei trasporti e nel commercio." Proseguendo nella linea del tempo, e avvicinandoci di qualche secolo, la Dott. ssa Zappaterra ci fa notare che "il territorio risulta popolato –come già accennato- anche al tempo degli Etruschi e, successivamente, dei Romani. Di questi ultimi abbiamo molte testimonianze." E' infatti impressionante vedere la carta archeologica del territorio in cui sono segnati i ritrovamenti, in prevalenza nell'area occidentale del comune. "Si tratta spesso di semplici utensili impiegati nella vita quotidiana e lavorativa, che ci parlano di una realtà basata su agricoltura, artigianato e scambi commerciali e nella quale si inseriscono anche legionari in congedo, come Marco Nevio Marcello e Tito Giulio Urbano, che conosciamo grazie al ritrovamento delle rispettive lapidi funerarie." Queste testimonianze sono visibili presso il Museo Civico Archeologico "G. Ferraresi".

Sala dell'Età del Ferro

preistoria "Sala Età del Bronzo"

Grazie al lavoro sinergico fra Soprintendenza per i Beni Archeologici dell'Emilia Romagna e Comune di Bondeno, il Museo è stato aperto nel 2004 presso la casa di Virginio Ariosto a Stellata, dove gli spazi espositivi occupano il piano nobile della dimora cinquecentesca, mentre al piano terra è allestito un laboratorio per la didattica dell'archeologia. A causa dei lavori di ristrutturazione dell'edificio, da ottobre del 2006 le collezioni sono state riallestite al pianoterra della Pinacoteca Civica "G. Cattabriga" di Bondeno, dove proseguono le attività didattiche rivolte alle scuole.
Il Museo è aperto al pubblico sabato e festivi dalle 15.00 alle 19.00, la domenica dalle 9.30 alle 12.30 e dalle 15.00 alle 19.00, per info: 0532 899293, casariosto@comune.bondeno.fe.it

FRANCESCO LAZZARINI

SOTTO IL CAMPANILE, UN COLLEZIONISTA SINGOLARE

Vittorio Mistretta ha raccolto materiale quotidiano dal secondo dopoguerra ai giorni nostri

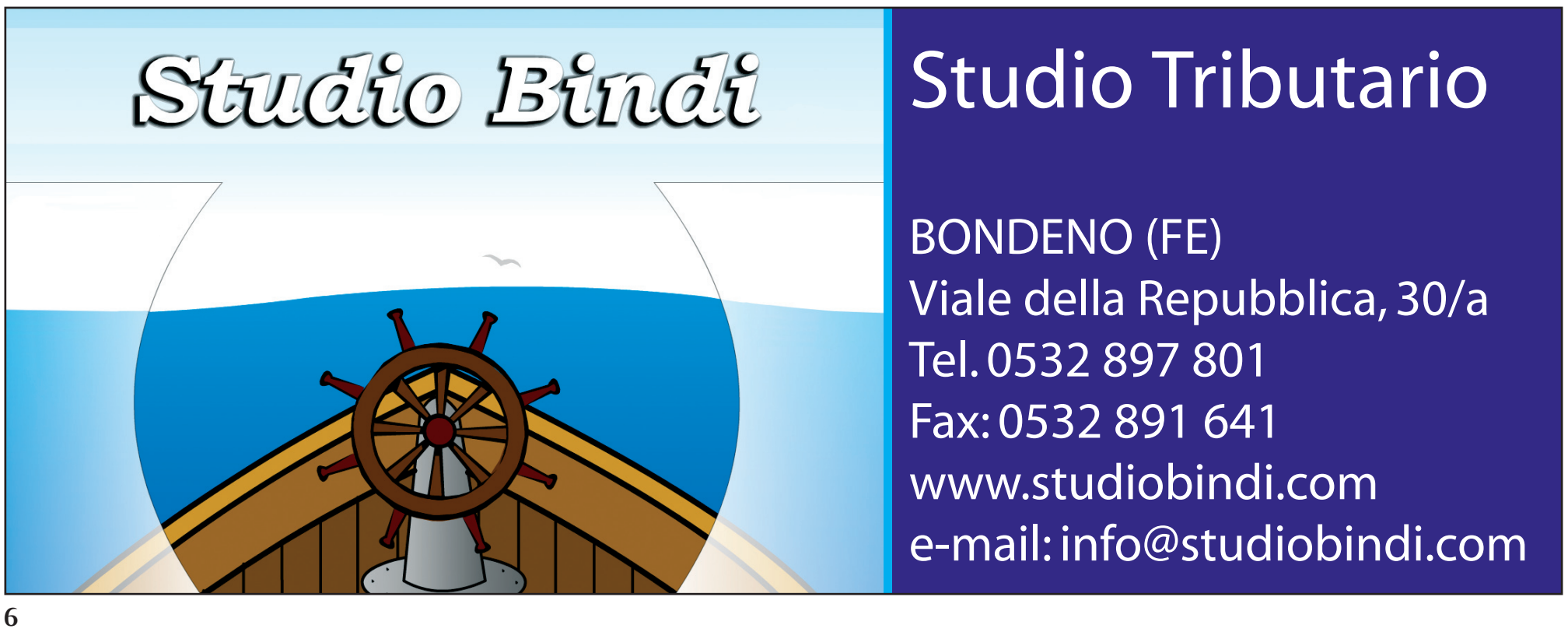
Bondeno può vantare tra i suoi paesani un singolare collezionista. Infatti entrare nel mondo di Vittorio Mistretta vuol dire fare un passo indietro tra gli anni '30 e gli anni'60. Stiamo parlando di un autentico amante di cose d'altri tempi, raccolte con cura e tanta passione, raggruppabili in una cinquantina di collezioni. Non stiamo parlando di beni dall'elevato valore economico (come per esempio rare monete d'oro, francobolli rari o mobili d'antiquariato), ma di collezioni di oggetti quotidiani, dalle foto di Bondeno, ai santini, per passare alle scatole di latta (sono circa un migliaio…).
Mistretta è un vero e proprio amante della storia contemporanea. Il suo magazzino è di fatto il luogo ideale per la raccolta di tanti oggetti della vita di tutti i giorni. Girando tra i materiali raccolti si possono trovare oggetti impiegati nell'agricoltura (come zappe, cappelli di paglia…), giocattoli (come bambole, piccoli fucili e palloni da calcio) e tante testimonianze provenienti dai quotidiani. E' superfluo ricordare che tutti i "ritrovamenti" sono conservati amorevolmente. Sono stati recuperati in maniera quasi maniacale nei mercatini, nelle soffitte e nelle cantine, aperte all'insaziabile curiosità di Vittorio, che in circa cinque - sei anni è riuscito a raccogliere così tanto materiale.

Collezione di bambole

Parte della collezione

Una parete con ceramiche e suppellettili

Mistretta nella sua collezione di scatole



Sport comuni
Edizione Bondeno

L'evento mediatico

PROTAGONISTI A CAMPANILE SERA

Il pubblico ripreso in piazza con alle spalle un vistoso campanile di cartone riproducente la Torre matildea.

Vista parziale del palco allestito nella Piazza Garibaldi. In primo piano Luciano Pavani, concorrente bondenese nel gioco delle freccette.

Bondeno ha avuto il suo quarto d'ora di celebrità in campo nazionale nella primavera del 1960, con la sua partecipazione alla gara televisiva di "Campanile Sera" per la regia di Romolo Siena e Giuseppe Bettatini, con il presentatore Renato Tagnali (a Bondeno) ed Enzo Tortora (paesi avversari) e con il presentatore Mike Buongiorno dal Teatro della Fiera di Milano. Scesa in campo per sei giovedì consecutivi il 7, 14, 21, 29 aprile e 5 e 12 maggio 1960 contro i comuni di Aversa (vincitrice dello scontro con Legnago), Fermo, Bitonto, Lodi, Volterra e Sarzana. Tutto il paese ha partecipato alle prove di cultura, di abilità ed alle gare sportive della P.zza G. Garibaldi, il cui palco è stato collegato telefonicamente con cinque centri di informazione o "pensatoi" comprendenti circa duecento esperti sistemati in cinque sale (tre in Municipio e due nella Casa Parrocchiale). Sul palco, allestito nel punto di collegamento della piazza con la Via Oriani (area dell'antico municipio), la portavoce Dottoressa Francesco Magrini Cagnazzo, coadiuvata dal Maestro Giulio Dal buono ed a Milano gli studenti universitari Laura Bignozzi, Carlo Zagni e Lorenza Meletti per le prove ai pulsanti. Per cinque volte il suono della campana del Municipio ha salutato la vittoria di Bondeno, ma alla sesta, i concorrenti locali, per un verdetto giudicato ingiusto e che ebbe un lungo strascico di accaldate discussioni ha estromesso il paese dalla gara. Nella sesta ed ultima partecipazione, tra varie prove i concorrenti matildei hanno dovuto affrontarne un paio legate al mondo della bicicletta. A Sarzana (il paese che ha battuto Bondeno), due concorrenti hanno dovuto confrontarsi nell'assemblaggio e nel giro della piazza. Il rappresentante matildeo era Rolando Roversi, un perfetto conoscitore della bicicletta. In vantaggio nelle fasi iniziali, dovette tuttavia cedere il passo all'avversario a causa della catena che scese dagli ingranaggi. Sorte analoga ebbe pure il concorrente matildeo nella prova svoltasi in casa. Si trattava di una gara di velocità tra due cyclette. Al nostro si ruppe il laccetto che univa i pedali ai piedi, rallentando notevolmente il ritmo delle pedalate.

I cinque gettoni d'oro assegnati dalla Rai per le vittorie sono stati conservati per qualche tempo in cassaforte, ma le necessità economiche dell'ente ne hanno imposto la vendita.

Il comitato comunale decide di accettare la partecipazione alla manifestazione. Da sinistra sono riconoscibili: il funzionario Rai V.Bolognesi (Vice Segretario), A. Pasqualini (Sindaco), E. Borsari (Vice Sindaco) e di spalle: l'assessore Dr. D. Loiacono (segretario comunale) e A. Galli (Consigliere comunale).

Renato Tagliani (presentatore inviato Rai da Bondeno).

Il pubblico entusiasta

Laura Bignozzi, studentessa inviata a Milano per le prove.

UN BONDESANO AL PRIMO GIRO D'ITALIA

IL CICLISTA GIOVANNI CERVI FU TRA I PRIMI AD AFFRONTARE LA PRESTIGIOSA GARA

Luciano Boccaccini in una pubblicazione di un paio di anni fa, (dal titolo eloquente) "Storia del Ciclismo Ferrarese" ha ricostruito alcune delle carriere più brillanti dei corridori delle due ruote ferraresi. Tra questi è stato dedicato un ampio spazio anche a Giovanni Cervi, che ha abitato per molti anni nel comune di Bondeno. La carriera di questo ciclista si è sviluppata negli anni antecedenti il primo conflitto mondiale. L'Italia, come noto, stava ancora muovendo i necessari passi per rendere reale l'unificazione; molto sentite erano le piaghe della povertà e della fame. Lo sport era ancora agli inizi. Il ciclismo era agli albori dell'attività nazionale, tanto che nel 1909 si svolse il primo giro d'Italia. Numerose erano già allora le gare organizzate sia in città che in paesini. Le biciclette da corsa erano preparate molto spesso dagli stessi corridori ed era molto concreto il rischio di bucare le camere d'aria, tanto da dover essere costretti a portarsene sul groppone un discreto quantitativo (alcune foto d'epoca ne sono la testimonianza più eloquente). Giovanni Cervi era uno dei corridori più forti del periodo e partecipò al primo giro d'Italia. Era uno degli atleti di punta del suo team, la Bianchi. Il pettorale di gara era il numero 62. Nella tappa Milano-Bologna, passante per Padova e Ferrara, arrivò tredicesimo. Tuttavia la sfortuna (di questa dobbiamo parlare!) gli impedì di continuare ai vertici la sua corsa. Si concretizzò nelle numerosissime forature, che gli arrecarono consistenti ritardi.

Illustrazione raffigurante Giovanni Cervi

I successivi due anni, 1910, 1911 furono critici per Cervi. Nella seconda edizione, infatti, la sua squadra, l' "Alcyon", aveva deciso all'ultimo momento di non partire, così il nostro ciclista fu costretto a rinunciare alla partenza. Analogamente successe l'anno seguente, quando il capo della sua squadra il Rag. Gerbi non onorò il contratto.

Nel 1912 decise di non partecipare, anche perché la gara era riservata solo alle squadre.

Il 1913 fu invece l'anno migliore per il nostro ciclista: riuscì a prendere parte e con successo al Giro, arrivando in classifica generale al nono posto. Nella tappa di passaggio da Ferrara transitò addirittura secondo, e fu festeggiato dalla società Ars et Labor! Nello stesso anno vince il Giro della Provincia Romana, composto da due tappe, svoltosi a giugno. Subito dopo vince pure il Giro delle Tre Province, battendo tra i tanti atleti di livello Alfonso Calzolai, che sarà il vincitore nella successiva edizione del Giro d'Italia. Anche Giovanni Cervi vi parteciperà, indossando i colori della Bianchi, ma ottenendo un risultato finale inferiore a quello dell'anno precedente.

Il 1914 vede questo ciclista vincere il Giro di Romagna, battendo nientemeno che Girardengo!

L'edizione del Giro d'Italia del 1919 risulta come la sua ultima partecipazione a questa importante gara.

FRANCESCO LAZZARINI

LA GAVELLESE 50 ANNI FA

U.S. Gavellese 1956/57 - Da sinistra: Bianchini, Diegoli, Trevisani, Cenacchi, Trevisani, Berlato, Zoni, Botti, Angelici, Zanchoghi, Coni

L'Intervista

...QUELLA MARCIA IN PIÙ!!!

Sport Comuni ha intervistato Alessia Zapparoli, una delle più promettenti marciatrici del momento

IDENTIKIT

Nome:
Alessia
Cognome:
Zapparoli
Sport praticato con successo:
Marcia
Quanto tempo dedico al mio sport:
Tutti i giorni sette giorni su sette per due ore
I miei studi:
Ragioneria, ultimo anno
Cosa faro' da grande:
Non lo so
I miei interessi extrasportivi:
Musica, televisione, computer
Vacanza ideale: Montagna
Partecipazioni ai raduni nazionali:
Due a Schio uno nel dicembre 2006 ed uno a fine gennaio di quest'anno.
Gare internazionali:
2006 Meeting in Tunisia, è arrivata settima classificata.
I piazzamenti del 2007:
- Vincitrice meeting indoor di Ancona (3000 m)
- Vincitrice campionati regionali indoor di Padova (3000 m)
- Terza ai campionati italiani indoor di Genova (3000 m)
- Seconda ai campionati per società di Milano (10000 m)

Incontro Alessia Zapparoli nella "palestra grande" delle scuole medie di Bondeno. Oggi non si allena, ma con sua madre rimane ad assistere agli allenamenti – sempre di Atletica- del suo gemello Andrea (anche lui una promessa della corsa, quest'anno è arrivato diciottesimo ai campionati italiani di corsa campestre e secondo ai regionali). Mentre ci presentiamo, inizia a raccontarsi. I suoi risultati attuali nella marcia sono veramente molto positivi. Ha partecipato recentemente a due raduni tecnici della squadra nazionale. L'estate scorsa è arrivata settima ad un meeting internazionale in cui hanno partecipato i migliori marciatori juniores provenienti oltre che dalla Tunisia –il Paese ospitante- , da Italia, Algeria, Marocco, Spagna e Francia. Nel 2007 ha vinto sulla distanza dei tre km: il meeting indoor di Ancona, il titolo regionale indoor a Padova, arrivando poi terza ai campionati italiani di Genova, mentre sui dieci Km è giunta seconda ai campionati italiani per società svoltisi a Milano.

Come ti sei avvicinata allo sport?
"Fin da bambina facevo sport. Ho iniziato con ginnastica artistica, pallavolo e corsa."

…e alla marcia?
"Ho fatto le prime due gare perché la società mi aveva chiesto di provare. Nessuna delle ragazze, infatti, voleva avvicinarsi a questa specialità. Intanto continuavo a correre."

Ti è piaciuta subito?
"Non direi… all'inizio la odiavo! Nelle prime gare ho dovuto fare subito delle distanze lunghe come i 5 Km. Non mi piaceva il movimento perchè non lo trovavo naturale. Poi ho iniziato gradualmente ad appassionarmi. I risultati, infatti, mi premiavano. Dai due allenamenti a settimana ho iniziato a intensificare, fino a dedicarmi esclusivamente a questo sport."

Come concili scuola e sport?
"Non rinuncio a nulla, per ora. Gli allenamenti sono molto importanti ma quando finisco torno a casa e studio. Spesso finisco verso le dieci e mezza – undici di sera. Nei fine settimana non faccio tardi, se ad esempio ho una gara alla domenica. Ho scelto io di fare questo sport…"

Chi ti ha aiutato ad ottenere questi risultati?
"L'allenatore è stato indispensabile. Ma poi devo molto anche a me stessa. Ho deciso io di puntare sulla marcia e mi sto impegnando davvero molto. Anche i miei genitori hanno un ruolo indispensabile, sia per l'incoraggiamento, sia perché mi portano alle trasferte e agli allenamenti, che con mio fratello facciamo tre volte alla settimana."

Quali sono i tuoi prossimi obiettivi?
"I campionati italiani su pista... Vorrei qualificarmi ai campionati Europei. Ho programmato anche altre gare, tra cui alcune su strada".
In bocca al lupo!

FRANCESCO LAZZARINI

Pattinaggio Artistico

PATTINI VINCENTI!

Nelle gare dei campionati provinciali le giovani pattinatrici hanno mantenuto alti i colori di Bondeno

A fine febbraio si sono svolti a Ferrara nel pattinodromo comunale i campionati provinciali di pattinaggio artistico. Alla manifestazione hanno partecipato anche numerose atlete bondenesi.

Da destra Lisa Bragaglia, Debora Cornacchini e Martina Bregoli.

Le gare sono state particolarmente impegnative, perché dopo diversi anni la Federazione di Pattinaggio Artistico ha riproposto per le più giovani la combinata. Si tratta di una gara che viene suddivisa in parte obbligatoria (in cui è necessario eseguire i cerchi disegnati sulla pista) e in parte libera. In questa ultima si esegue un programma di varie difficoltà a ritmo di musica. Infatti vengono presentati ai giudici salti, trottole e figure. La somma dei punteggi tra gli esercizi obbligatori e la parte libera determina un unico piazzamento. Questa nuova esperienza non ha per nulla intimorito le nostre atlete, che hanno saputo interpretare al meglio la gare ottenendo ben cinque podi e altri incoraggianti piazzamenti.

Nella categoria giovanissimi ha vinto Lucrezia Riccobene, terza Martina Leonelli e quarta Sara Moretti. Nella categoria esordienti A Deanna Volpi ha ottenuto un buon secondo posto. Debora Cornacchini ha poi vinto nella categoria Esordienti B. Nella categoria Allievi B Pamela Palma è arrivata quarta. Infine Lisa Bragaglia ha vinto nella categoria Promozionale B. Alle gara non ha purtroppo potuto partecipare Martina Bregoli a causa di un infortunio. Sicuramente nelle prossime competizioni la giovane atleta matildea avrà occasione di onorare al meglio i colori della società.

L'allenatrice federale Monica Ferri, con pazienza e costanza, ha saputo unire il divertimento e la passione per questa disciplina molto bella con lo spirito di sacrificio e la necessaria concentrazione. Il pattinaggio artistico è infatti una disciplina completa che unisce una preparazione tecnica e psico fisica con la componente artistica. Si tratta di uno sport praticabile fin da piccolissimi (qualcuno ha iniziato anche a quattro anni…) e con la possibilità di ottenere subito grandi soddisfazioni.

MONICA CAFFINI, ELENA BLO

Le giovanissime atlete matildee premiate e soddisfatte dei risultati ottenuti

Orari lezioni: *(palestra grande Via Manzoni, 2)*

Lunedì	16,30	-	18,00
Martedì	17,00	-	19,00
Giovedì	17,00	-	19,00

Per informazioni sull'attività è possibile contattare l'allenatrice Monica Ferri 0532 897368

GRUPPO SAI FONDIARIA
Agenzia Generale di Bondeno
Via T. Bonati 5/A - Tel. Fax: 0532.896242
UNA GIUSTA SOLUZIONE
ALLE VOSTRE NECESSITÀ
ASSICURATIVE

Marationa

PIU' RESISTENTI DEL VENTO!

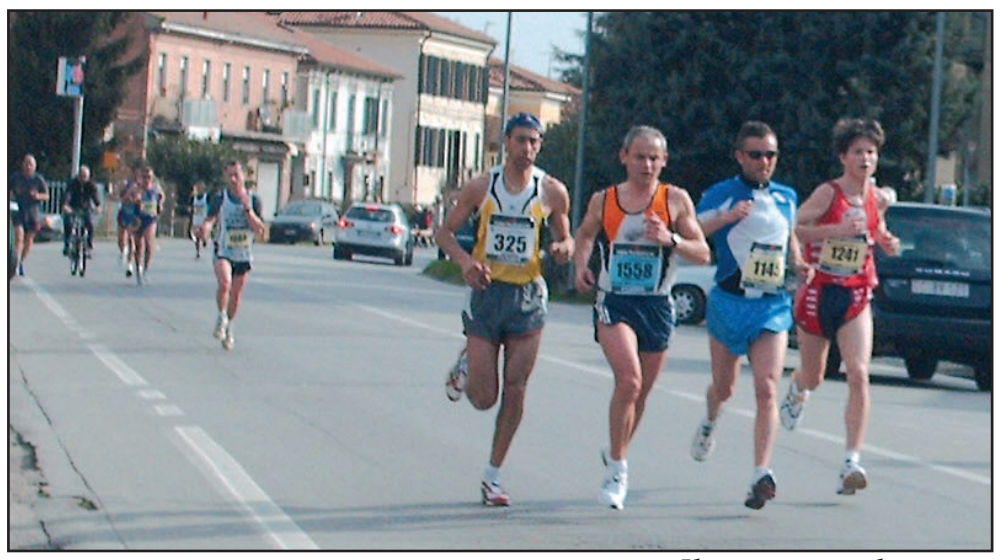
LA FERRARA MARATHON E' STATA UN SUCCESSO, NONOSTANTE LA FORTE BORA

Domenica 11 febbraio si è svolta nel capoluogo la Ferraramarathon. Nota in passato come la Vigarano Maratona, ha recentemente cambiato nome. Si tratta di un appuntamento che coinvolge un'organizzazione nutrita di amanti della corsa, ormai efficace e collaudata, tanto da arrecare solo qualche lieve disagio alla città. Numerosi infatti sono i collaboratori e i volontari che hanno permesso agli organizzatori di ben figurare con i numerosi partecipanti provenienti da tutta Italia e da oltre dodici nazioni. La maratona di 42,195 Km era l'evento più atteso, ma si sono disputate pure gare con distanze minori, come per esempio la 28 km e la 11 km. Inoltre era presente un nutrito gruppo di "cicloni", le carrozzine da gara, veri e propri fulmini, in grado di raggiungere velocità piuttosto elevate.

Gruppo di maratoneti durante i primi km del tracciato

Avverse le condizioni meteo, a causa di un vento piuttosto forte identificabile come bora. Verso metà mattina le nuvole, che nel pre-gara avevano creato qualche apprensione, hanno lasciato spazio a un sole alto e quasi primaverile.

La manifestazione principale, come da copione, vede occupare il gradino più alto del podio da un keniano Kikumu Festus Kioko, secondo lo sloveno Kosmac Tone e terzo Kirui Eliud Kibet, mentre il primo degli italiani e dei ferraresi che è giunto quinto. Si tratta di Giuseppe Mucerino, classe 1984, in forze alla società Atletica Ferrara. Ottimo risultato anche per Marina Zanardi, atleta della Gabbi di Bologna, anche lei ferrarese, arrivata prima tra le donne.


Il gruppo si disgrega

Un gruppo di agguerriti cicloni in azione

Pugilato

Memorial Carlos Duran

SPETTACOLO SUL RING E PUBBLICO DELLE GRANDI OCCASIONI

Si è svolto a Ferrara lo scorso 23 marzo l'incontro di pugilato "VII Memorial Carlos Duran". Gli organizzatori sono stati contenti di aver registrato il tutto esaurito. Anche la Rai ha trasmesso l'evento, che ha visto le nazionali di Italia e Romania affrontarsi mettendo in campo pugili di altissimo livello. Sono stati sei gli incontri disputati. La giuria ha decretato vincitore della Coppa ASI Domenico Valentino, che si è imposto nell'incontro disputato contro Nicolescu, mentre è stato conferito il Premio Duran a Diego Di Luisa.

Se la risposta del pubblico ferrarese e gli alti valori agonistici visibili sul ring sono stati degni delle grandi occasioni, tuttavia gli organizzatori hanno rilevato alcune rigidità provenienti dai gestori del Palapalestre. Infatti si sono visti costretti ad allestire il set e il ring in una sola giornata, con tutti gli inevitabili rischi dell'ultimo minuto. Come afferma il Professore Romano Becchetti, presidente provinciale Asi, la cura dei particolari nella preparazione di manifestazioni sportive di grande livello risulta non solo doverosa ma anche necessaria. Infatti ne gioverebbe maggiormente anche l'immagine della stessa città ospitante.

FRANCESCO LAZZARINI

Nuoto

CAMPIONATI ITALIANI: UN'ESPERIENZA INDIMENTICABILE!

Simone Vallieri ha difeso i colori del nuoto matildeo

Si sono svolti Domenica 11 marzo ad Imperia i Campionati Italiani di Nuoto FIN di Categoria e finalmente dopo tre anni di lavoro e sacrifici l'atleta più "anziano" dell'ASD Bondeno Nuoto è riuscito ad aggiudicarsi una corsia nei 100 mt rana. L'atleta Simone Vallieri di quindici anni accompagnato dall'allenatore Andrea Graziani hanno raggiunto un risultato mai ottenuto nel paese Matildeo e raccontano così la loro esperienza: "già al sabato all'arrivo in piscina durante il defaticamento in vasca abbiamo capito che si respirava un'atmosfera diversa introvabile in qualsiasi altro meeting, la Domenica mattina siamo arrivati in vasca alle 8.00 per il riscaldamento e tutto sembrava normale sino alle 9.00 l'ora di inizio gara. In quel momento quando hanno presentato le batterie con i nomi e i volti degli atleti per corsia sullo schermo gigante, il tifo del pubblico e dei genitori in particolare, la presenza dello speaker e dei dirigenti federali il sogno era realtà e se anche la gara non è andata al meglio l'esperienza è di quelle che ti lasciano il segno che ti formano e che ti fanno credere nelle tue possibilità …così il sogno continua e il prossimo obiettivo saranno gli Italiani estivi di Roma a luglio.."

Simone Vallieri

Per ciò che riguarda il Nuoto Sincronizzato, si è svolta sabato 17 e domenica 18 Marzo a Legnano (MI) la Manifestazione Nazionale Invernale "Tutti in piscina". Vi hanno partecipato le atlete della A. S. D. Bondeno Nuoto con un doppio categoria Assoluti formato da Benini Eleonora e Ferrioli Jessica, un solo di Ferrari Sonia per la categoria Juniores, un solo di Benini Eleonora per la categoria Assoluti, per la categoria Ragazze un doppio formato da Guandalini Maria Sara e Vincenzi Chiara e una squadra categoria Ragazze composta da Bergamini Caterina, Botti Federica, Guandalini Maria Sara e Vincenzi Chiara. Le atlete hanno ottenuto buoni piazzamenti, considerato anche l'alto livello di squadre già affermate a livello nazionale; questo è stato altresì un ottimo incentivo per le ragazze che ora sono costantemente impegnate in allenamenti in previsione dei prossimi Trofei, "Masi", "Primavera", "Bondy 2" (manifestazione organizzata dalla A. S. D. Bondeno Nuoto), "Estate" e l'ultima meta ambita dei "Campionati Italiani F. I. N. Propaganda".

Anche gli eventi interni alle Piscine Coperte Bondy Beach continuano a dare risultati, 129 i partecipanti alla Manifestazione a scopo benefico "Nuota con Noi" che si è svolta nella mattinata di Domenica 4 Marzo. Gli organizzatori Diego Ferrari e Laura Gozzi si dichiarano entusiasti nel vedere tanta gente nuotare non solo per il proprio benessere fisico ma per offrire la possibilità di destinare un aiuto ai bimbi in difficoltà con il biglietto di ingresso. Il presidente dell'Asd Bondeno Nuoto Massimo Borselli e l'assessore allo sport Alan Fabbri hanno premiato le varie categorie in programma, sono quindi saliti sul podio i vincitori Carlotta Galli con 12.600 mt e Mirco Bertasi che ha nuotato per 14.550 mt; secondi di Federica Lorenzini 11.050 mt e Vanni Molinari 10.650; bronzo per Maura Cosani 10.650 mt e Federico Rolfini 10.650. Premio anche per i signori più anziani Ivana Migliorini (classe 1933) e Alberto Pescerelli (classe 1929) e i più giovani Gloria Ramazzotti e Davide Matisi anno 2001.

CASSA DI RISPARMIO DI CENTO SpA
www.crcento.it

I fondi CAAM Formula Garantita sono disponibili presso tutte le filiali della Cassa di Risparmio di Cento.

Avvertenza: prima dell'adesione leggere il Prospetto Informativo.

CAAM SGR
SOCIETÀ DI GESTIONE DEL RISPARMIO
www.caamsgr.com

IL MIO SEGRETO? NON MI INNERVOSISCO MAI

LA GIOCATRICE DI SQUASH LARA WIELINGEN SI RACCONTA A SPORT COMUNI

Lara Wielingen è una delle atlete di punta della squadra agonistica di squash di Bondeno e Sant'Agostino "Le Palestre". Da diversi anni partecipa alle gare di serie A femminile, con un curriculum sportivo pieno di vittorie e ottimi piazzamenti in tornei regionali e nazionali. E' stata per diverse stagioni tra le prime dieci atlete in Italia. Con quest'anno ha vinto il secondo titolo regionale di singolo femminile. In occasione di un torneo a squadre l'abbiamo raggiunta per un'intervista…

Come è nata la tua passione per lo squash?

"Ho iniziato tardi, attorno ai diciotto anni. Era un divertimento e lo praticavo a tempo perso…ho preso un po' di lezioni, poi ho continuato a giocare e dopo qualche anno ho fatto un torneo, per provare. Sono arrivata terza con mia grande soddisfazione. E' stato forse allora che ho preso coraggio e mi sono buttata a capofitto nell'agonismo. Prima di incontrare lo squash, già praticavo podistica. Ad essere sincera, la sana competizione mi ha sempre affascinato…"

Come si è sviluppata la tua attività dopo le prime gare?

"Ho continuato a fare tornei e mi sono accorta di quanto fosse importante per me cercare di migliorarmi e di ottenere risultati sempre più ambiziosi. Mi sono allenata molto, quasi tutti i giorni e in tre stagioni ero già in Serie A! Vincendo molti tornei si acquistano punti sufficienti per accedere alla categoria superiore…"

Osservandovi giocare ho notato un grande dinamismo; posso supporre che nello squash praticato a livello agonistico sia molto importante saper piazzare la palla negli angoli o in parti del campo in modo da rendere difficile la risposta dell'avversario…

"In effetti lo squash ha una base di strategia. Infatti il giocatore che conquista il punto centrale del campo è in grado di raggiungere tutte le sue zone strategiche in pochi passi… Gli angoli e le palle basse sono alcune delle giocate più sensibili. E' molto importante fare in modo che l'avversario si sposti dalla sua posizione, in modo da metterlo in difficoltà. Le gare sono molto veloci ma è spesso possibile osservare le avversarie nei loro incontri precedenti. In campo femminile poi è molto sentita la competizione…"

Osservare le partite degli altri e capire i punti deboli degli avversari è quindi molto importante nel tuo sport?

"In un certo senso l'osservatore esterno è in grado di accorgersi dei punti deboli e dei punti di forza degli avversari… Chi tiene a mente quanto ha visto ed è in grado sul campo di volgerlo a proprio favore, risulta avvantaggiato rispetto all'avversario… A volte

BELLINI & BLO s.n.c.
DI BELLINI GIANNI E BLO GIUSEPPE
• RISANAMENTO
• RIPRISTINO DI IMMOBILI
• VERNICIATURE ED IMBIANCATURE
• TRATTAMENTI SPECIALI PER CEMENTO ARMATO
Sede: Via Vigarano, 184 - Ponte Rodoni - Bondeno (FE)
Recapito: V.le Costituzione, 4 - Ferrara (grattacielo)
Tel. e Fax: 0532/56650 - P. IVA 00394830384

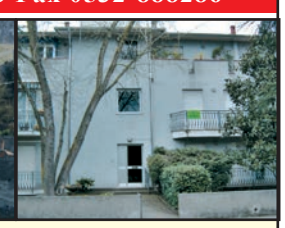
ABITARE BONDENO
STUDIO IMMOBILIARE C.so Mazzini, 10 - 44012 Bondeno (FE) Tel. 0532-892773 Fax 0532-888286

Stellata centro ampia casa ind.Te su 4 lati in parte ristrutturata composta da due unità abitative; disposta su piani: rialzato, primo, seminterrato ad uso garage e cantine con adiacente appezzamento di terreno esclusivo di circa mq. 1000.
Euro 90.000,00 tratt.

Stellata centro villetta ind. Te su 4 lati, recentemente Ammodernata, disposta ad unico piano terra e composta da: ingresso, cucina abit., soggiorno, 1 letto matrim., 1 letto singola, bagno, garage esterno con lavanderia ed ampio giardino alberato.
Euro 130.000,00 tratt.

Zerbinate vendesi villetta indipendente su quattro lati da ristrutturare, di metri quadrati 80, con ampio porticato e terreno esclusivo di circa metri quadrati 3200
Euro 82.500,00 tratt.

Bondeno periferia porzione di casa cielo/terra, in parte ristrutturata a nuovo, composta da: ingresso, soggiorno, pranzo, cucinotto, n°2 letto matrimoniali, n°2 bagni, proservizi esterni e scoperto esclusivo.
Euro 115.000,00 tratt.


Bondeno in ottimo contesto residenziale buon appartamento a piano Primo in palazzina di poche uinita' cosi' composto: ingr., soggiorno, cucina, 1 letto matrim., 1 letto singola, bagno, balconi, cantina, garage, risc. autonomo.
Euro 120.000,00 tratt.

si stabiliscono <<alleanze tra giocatrici>>. Chi fa da osservatore degli scambi altrui, nei momenti di pausa consiglia a chi sta in campo…In ogni caso lo studio dell'avversario è uno degli aspetti che curiamo maggiormente."

Quanto conta secondo te nello squash praticato ad alti livelli la preparazione fisica?

"E' una delle componenti più importanti. Infatti sono numerosi gli scatti e le sollecitazioni agli arti inferiori. Gli scambi tra giocatori esperti sono spesso lunghi; ne occorrono anche dieci o dodici prima di assegnare il punto... Inoltre la pallina vola da tutte le parti del campo ed è necessario raggiungerla e rilanciarla prima del secondo rimbalzo…Se non sei pronto fisicamente, è facile che ti manchi il fiato…"

Qualcuno ti ha aiutato a migliorarti?

"Il mio allenatore, Stefano Bergamini, "Berga". Quando ha iniziato a seguirmi ci credeva forse più di me! E' stata una figura molto importante dosando equamente bastone e carota… Mi ha confortato quando dicevo: <<Non ce la farò mai, questo non mi viene!...>>. Nel giro di un anno e mezzo è riuscito a portarmi in serie A. Che soddisfazione per tutti e due! Anche ora che ha smesso di allenare, rivivogli insegnamenti che mi ha trasmesso nei lunghi allenamenti."

Quali sono le tue aspettative per la stagione in corso?

"Da due anni consecutivi vinco il campionato regionale e questa è una grande soddisfazione. Il problema è che le gare di serie A sono distanti e non sempre riesco ad andare. E' aumentato il mio impegno nel lavoro (Lara si occupa di persone in difficoltà, in modo particolare di tossicodipendenza e giovani in difficoltà n.d.r.) e mi risulta difficile trovare il tempo per fare la preparazione fisica e gli allenamenti…
Mi propongo di disputare una stagione migliore l'anno prossimo… Credo che l'importante sia continuare a praticare questo bellissimo sport! Mi fa star bene! Ho la necessità di praticarlo, altrimenti mi sento sottotono."

Adesso vinci senza allenarti… Qual è il tuo segreto?

"Per tanti anni ho ritagliato nella mia giornata il tempo necessario per allenarmi!..."

Ci puoi raccontare qualche aneddoto curioso?

"Più che aneddoto nel circuito di serie A, sono conosciuta per essere sempre concentrata. Mi chiamano "la ragazza impassibile" perché non mi scompongo facilmente e non lascio trapelare la mia stanchezza… Molte avversarie cercano in questi casi di innervosirti, istigandoti alla lite o protestando con l'arbitro. Finora non ho mai litigato, mentre nel caso si avvicini una mia avversaria per recriminare con l'arbitro – e molte lo fanno volutamente-, mi sposto in un altro spazio del campo per mantenere la concentrazione. E' troppo importante come fattore e non si può perdere in recriminazioni! E poi se devi discutere con l'arbitro lo fai a fine gara, tanto la decisione è già stata presa e ti devi adeguare!"

Parlavi di concentrazione. Come riesci ad ottenerla prima e durante le gare?

"Cerco di isolarmi mentalmente e di pensare solo al gioco! Se inizio a pensare alla bella giornata o a cosa farò alla sera, sbaglio sicuramente! Nello squash ogni risultato è possibile finchè non vinci o perdi. Non è difficile ritrovarsi in situazioni in cui l'avversaria rimonta dall'8-0 all'8-8 per poi perdere il set. Di un punto!..."
Il tempo dell'intervista è stato piuttosto lungo, tanto che senza accorgercene i primi incontri della serata sono iniziati…

FRANCESCO LAZZARINI

Lara Wielingen premiata dal delegato regionale FIGS Vignuzzi, prima classificata Finali Regionali Assoluti.

VETRERIA TUROLA
- PRODUZIONE VETROCAMERA PER USO CIVILE ED INDUSTRIALE
- MODIFICA DI TELAI IN LEGNO PER MONTAGGIO VETROCAMERA
- LAVORAZIONE POSA IN OPERA SPECIALIZZATA
Via Grillenzoni, 13 • 44100 FERRARA
(a 50 metri da via Bologna)
Tel. 0532 762 995 • Fax 0532 766 039

FER TEC
- Lavorazione e Vendita Ferro Inox - Alluminio
- Installazione e Manutenzione Cancelli ed Inferriate
- Riparazioni Agricole
- Noleggio Furgone
Fertec di Baravelli Claudio
Via Vigarano 128/a - 44012 Ponte Rodoni di Bondeno (FE)
Tel. e Fax 0532-887115
cell. 340/2927815 - 340/4675669
P. IVA ed iscr. Reg. Imp. di FE N° 01697740387

TECNIMPIANTI
di Sauli Andrea & C.
- Impianti Elettrici Civili Industriali
- Installazione Bordo Macchine
- Cablaggi Quadri
- Assistenza Impianti
- Automazione Cancelli CAME
Via G. Bruno, 23/2 - 44012 BONDENO (FE)
Tel. e Fax: 0532.897328 - 0532.888147
e-mail: tecnimpiantisas@libero.it

Matilde's basket...

Ovvero cosa c'è nel "cesto" della primasquadra, tra allenamenti e rush-promozione...

In alto da SX: *Sita, Bergamini, Stella, Marchetti, Fabbri, Savonuzzi.*
In basso: *Vassalli, Benetti, Lorenzini, Giovanardi e l'allenatore Melloni.*

Matilde's basket, proprio così. Per chi non fosse pratico di inglese, la parola "basket" significa letteralmente "canestro", "cesto", ed è balzata all'onor delle cronache di tutto il mondo da quel 15 dicembre del 1891, quando il dr. Jones Naismith inventò e rese famosa la pallacanestro. "Matilde"..beh, Matilde è la famosa contessa, che pare abbia fondato Bondeno...e, Matilde, oggi, siamo noi! Stiamo parlando ovviamente della Pallacanestro Bondeno, che, dopo una storia di infiniti scioglimenti e rifondazioni a partire dagli anni '20 quando fu formata, oggi è comunemente conosciuta tra i giovani bondesani come "la Matilde". E non è facile portare il peso di tale nome: dopo una storia pluridecennale, proviamo a spiegare cos'è la Matilde Basket ora.

Innanzitutto, il nostro campionato: nella stagione in corso militiamo nella Prima Divisione maschile FIP (Federazione Italiana Pallacanestro), campionato organizzato a livello regionale, nel quale siamo inseriti nel girone di Ferrara, comprendente 10 squadre di tutta la provincia, più le finalesi.. Premio per la vincitrice del girone, ovvio, il passaggio al campionato Promozione, l'anno scorso spettato ai "cugini" dell'Olimpia Mirabello, rivali storici nelle corse-promozione...Questa stagione il torneo si è fatto particolarmente interessante (e duro), causa la presenza di squadre con maggiore esperienza e buoni organici, come Finale team A, Cestistica Argenta (unica erede della gloriosa Coopcostruttori di B1) e Rocchetta. Attualmente la classifica ci vede stazionare a media altezza, in saldo equilibrio tra i due pesi e le due misure del torneo, sperando, tra una zampata e l'altra, di fare il grande salto! Nel frattempo la nostra attività prosegue incessante, con allenamenti costanti guidati dall'head coach Valerio Melloni (anche lui ex-Matilde), affiancati da preparazione specificatamente atletica nel precampionato autunnale, coordinata dal preparatore Max Corvino. Il tutto alternato dalle partite di "regular season", che a Bondeno giochiamo nella palestra piccola delle ex scuole medie di via Manzoni, ora liceo.. Per ora siamo pienamente soddisfatti dell'andamento del campionato,che è un impegno a cui tutti ci prepariamo con serietà, con qualche rimpianto per i soliti risultati sprecati, ma.. pazienza, abbiamo ampi margini di miglioramento! La Matilde infatti in quanto a media di età dei giocatori è una delle squadre più giovani del torneo, negli ultimi 3 anni c'è stato un graduale ritiro di alcuni "pilastri" della squadra e quindi l'ingresso di giovani, con un cambio notevole della fisionomia e della "fisicità" dei quintetti, cosa che pesa nel confronto con squadre dotate di giocatori più alti ed esperti in mezzo all'area.. Come sempre e come dovrebbe essere in tutti gli sport, l'importante resta sempre e comunque divertirsi, e non c'è nulla di meglio del basket per sviluppare un forte spirito di squadra, e l'idea che, per ottenere buoni risultati, bisogna lavorare sodo,e lavorare tutti insieme.. garantito.. La Matilde sono: Cesco (C), Vassa, Savo, Cris, Marci, Dodo, John, Simo1, Simo2, Stefan, Roby, Gigi, Giò, Manu, Ste, Marci, Scone, Bonfo, e Lerio.

Un'azione di gioco del campionato in corso

Per le classifiche e i turni di campionato, basta consultare il sito ufficiale FIP su www.fip.it alla sezione campionati, selezionando EmiliaRomagna, Ferrara, e Prima Divisione/m. di solito l'aggiornamento è abbastanza veloce.

SIMONE BRAGAGLIA

IDENTIKIT

Nome: Francesco
Cognome: Lorenzini
Professione: Studente universitario
Sport praticato con successo: Pallacanestro
Specialità: Tiro dalla distanza
Quanto tempo dedico al mio sport? Quattro ore a settimana per gli allenamenti con la prima squadra e sei da allenatore del settore giovanile
Cosa farò da grande? (restando nell'ambito sportivo) Mi piacerebbe continuare ad allenare i ragazzi del settore minibasket
Il mio sport preferito: Pallacanestro
Il mio atleta preferito: Manu Ginobili
I miei interessi extra sportivi: Barista nella stagione estiva in una pasticceria del Lido di Spina
Vacanza ideale: Mare in completo relax
Cosa ti piace del tuo sport: Lo spirito di squadra
Un consiglio ai giovani atleti: Imparare a giocare divertendosi
Frase celebre: Non si può giocare cosi! (rivolto ai compagni di squadra)

Tiro con l'arco

A Bondeno gli arceri inaugurano l'inizio della primavera

La Società arcieri Bondeno ha organizzato per domenica 15 aprile una gara di preparazione per la ormai imminente gara estiva. La manifestazione si svolgerà presso il locale campo di tiro con l'arco. Sono già oltre 120 gli iscritti e gli organizzatori prevedono già il tutto esaurito! Sono previsti gli arrivi di arcieri anche da Veneto e Lombardia, ad evidenziare l'importanza della manifestazione.

Curiosità Campestre

Rievocazione storica

LA CACCIA ALLA VOLPE

A San Carlo si svolge la rivisitazione storica del tradizionale sport equestre inglese. Ma... le volpi non hanno partecipato!

La storia racconta che nel 1787 il Duca di Beaufort dopo una caccia infruttuosa incontrò una volpe che stava fuggendo, forse spaventata dai rumori dei cacciatori. I cani si lanciarono all'inseguimento e con loro anche il Duca, che -pur non avendo raggiunto l'animale- si divertì così tanto che volle ripetere nuovamente l'esperienza.
Nacque così questo sport equestre e si diffuse subito in Inghilterra e Irlanda.
In Italia è stato portato alcuni decenni dopo, nel 1836 da Lord Chesterfield.
Oggi le volpi non vengono più cacciate, ma è possibile rivivere le medesime emozioni, impiegando un cavaliere con una coda ed un involucro con tracce di urina (si chiama strusa), che scatena gli inseguimenti dei cani. E' questo un modo per mantenere viva questa tradizione inglese.
In programma lo scorso 25 marzo la simulazione della caccia alla volpe con cani e carrozze al seguito denominata "Draghunt", organizzata dal Centro Ippico Due Noci di Sant'Agostino.

Molto interessante per saperne di più è il sito:
www.duenoci.com.

Giardinaggio

ARTICOLO GIARDINAGGIO

Aprile col Giardiniere

Con l'arrivo di Aprile, il giardino inizia la sua ripresa dal torpore invernale, diventando sempre più florido e rigoglioso fino allo splendore dolce e colorato dell'estate… purché alla regia di questo spettacolo naturale vi sia un bravo giardiniere! In questo periodo di transizione è importante accompagnare la flora nel corso del suo risveglio, prestando particolare attenzione al manto erboso: durante l'inverno è facile che si sia diradato, sarà quindi compito nostro donargli nuova vita seminando, concimando e passando il tagliaerba. Occhio ai trapianti: è bene avere la massima cura delle piante appena interrate all'esterno, annaffiandole spesso e nei periodi meno caldi della giornata.
In floricoltura è giunto il tempo ideale per la riproduzione di crisantemi e lillà, mentre è opportuno eliminare i fiori appassiti delle bulbose per stimolare la loro ripresa. Il mese di aprile è ideale per mettere a dimora le conifere e i sempreverdi. Questo è anche il periodo della potatura delle siepi, quindi è l'occasione per portarle nella forma desiderata. Un piccolo segreto per avere siepi ben conformate, consiste nell'assottigliarle verso la cima in modo da avere una sezione trapezoidale.
Con la rinascita della vegetazione, si ripresenta il problema dei parassiti e delle erbe infestanti: in entrambi i casi, è importante agire in modo tempestivo ma è bene non eccedere nell'uso di prodotti chimici che potrebbero danneggiare anche le altre piante. Attenzione poi agli ultimi freddi: la luna di Aprile, infatti, è chiamata anche "Luna rossa" in quanto in questo periodo si possono verificare delle gelate che seppur non intense sono capaci di "bruciare" gemme e germogli conferendo loro una colorazione rossastra.

Illustrazione Carlo Costanzelli

CARLO COSTANZELLI

coopgiuliobellini
COLTIVIAMO INNOVAZIONE
ALBAVERDE

- Manutenzione e gestione Impianti Sportivi
- Fattoria Didattica Corte Zanluca per visite, meeting e conferenze
- Progettazione e manutenzione verde pubblico e privato
- Conduzione terreni propri e di terzi
- Garden per la vendita di piante
- Punto vendita di Ortofrutta
- Commercializzazione dei Vini della Tenuta Garusola

Stadio Paolo Mazza di Ferrara

Corte Zanluca

TENUTA GARUSOLA

Garden e Punto Vendita Ortofrutta: Via Virgiliana, 319 B - Burana di Bondeno (FE) - Tel. 0532.880730

Canoa

IL RICHIAMO DELLA PRIMAVERA

Grande fermento per la ripresa dell'attività...

La primavera è arrivata e il caldo precoce hanno rimosso i freni che hanno bloccato i pensieri dei canoisti per tutto l'inverno. Si ricomincia a pensare alle nostre piccole barche, alla manutenzione necessaria, alle vogate che ci aspettano prossimamente. Anche la sede del nostro club ha bisogno di restauri ed alcuni dei soci hanno iniziato a programmare i lavori necessari. Ma dietro questi fermenti primaverili, ci sono anche i freddi doveri burocratici e, cosa sicuramente venale ma necessaria, il reperimento dei fondi necessari alla gestione dell'anno in corso.
Per questo abbiamo chiesto ai nuovi soci di rinnovare l'adesione al club, a nuovi amici di avvicinarsi per verificare la bontà della nostra attività sociale e sportiva.
Chi volesse informazioni specifiche, si può rivolgere ai referenti del gruppo, che sono: il Presidente Paolo Ferrarini (0532 894088) e il Vice Presidente Roberto Cassetti (0532 896458).
Vi aspettiamo per pagaiare in allegria!

Le prime pagaiate...

A SCUOLA DI CANOA PER UN GIORNO

L'anno scorso una classe della scuola media ha provato l'emozione della canoa nel Cavo Napoleonico

Alla fine di maggio dell'anno scorso una classe delle scuole medie ci ha fatto visita. Era la II B ed i ragazzi erano accompagnati dai professori Balestra e Marani, che hanno organizzato questo incontro e da diversi genitori. Per il club è stato un momento particolarmente importante, per poter mostrare a questi giovanissimi amici il fascino e la bellezza del nostro sport "in un campo scuola unico" come il Cavo Napoleonico.

Vicino al Cavo Napoleonico

Anche precedentemente abbiamo svolto attività simili con gli scout. Ma torniamo alla giornata: dopo le presentazioni di rito, abbiamo fatto un "corsetto" teorico sui movimenti basilari delle pagaiate, ma soprattutto abbiamo sottolineato l'importanza della sicurezza da adottare in acqua con l'uso obbligatorio dei giubbetti salvagente, anche per chi fosse un nuotatore provetto. Rispettando queste poche norme, posso senz'altro garantire che la pratica della "canoa" è molto meno pericolosa dell'uso dei motorini sulle strade.
Osservando i ragazzi nell'attività in acqua, è stato notato che le difficoltà iniziali dei movimenti sono state sicuramente appagate dalle nuove sensazioni che hanno avuto i ragazzi nel passare per la prima volta sotto il ponte della statale e della ferrovia.
Non è mancato neppure il rovesciamento e il conseguente bagno per qualcuno, ma la sicurezza del salvagente e le personali capacità di nuoto non hanno creato apprensione, ma solo tanta allegria. Credo di avere intuito che l'esperienza sia senz'altro ripetibile e spero di poter aumentare il numero dei ragazzi coinvolti in queste bellissime prove.
I componenti del canoa club Bondeno sono sempre disponibili per incontri teorico – pratici improntati all'allegria ed allo stare insieme. Il metodo è molto semplice e si chiama: "imparare giocando"; sappiamo con certezza che funziona anche con gli adulti!

PAOLO FERRARINI

Cicloturisti

L'ATTIVITA' DEL GRUPPO CICLOTURISTI A.S.D. AVIS – AIDO BONDENO

Negli anni sessanta un gruppo di amici appassionati della biciclette, decise di costituire un gruppo di cicloturisti amatoriali a Bondeno.
Tra questi si distinsero Giulio Grechi, Mestieri e Gozzi, da cui prese nome la prima squadra di ciclisti "autoscuola Gozzi". In seguito il gruppo ha avuto la disponibilità dell'AVIS AIDO (da cui prese il nome), costituì una nuova squadra, che preparato lo statuto, si affidò all'UDACE di Ferrara. Tra i fondatori del nuovo gruppo si ricordano Lino Piva (primo presidente), Bruno Borghi (collaboratore poi presidente), attivi nel proporre manifestazioni ancora oggi sviluppate in Bondeno.
Negli anni sessanta furono i primi ideatore della Sbiciclata: Bondeno, Stellata, con lotteria e rinfresco finale. In questi anni il Gruppo cicloturisti Avis Aido si è distinto nel campionato provinciale cicloturisti UDACE e UISP, avendo partecipato con atleti alle gare fondo nazionali ed internazionali, come ad esempio "I 9 Colli", "la Maratona delle Dolomiti", e il "Giro delle Risaie".
Il gruppo cicloturisti è composta da 27 iscritti, ogni fine settimana partecipa attivamente alle varie manifestazioni in calendario. Organizza due raduni annuali del calendario provinciale UDACE, con la partecipazione di circa 350-400 ciclisti. Con l'avvento della mountain bike, molti appassionati alternano le strade con sterrati di campagna e la richiesta di competizioni ha portato il gruppo a collaborare nell'organizzazione della granfondo di mountain bike "Panaria Bike", avendo riscontri sulla stampa nazionale specializzata.

La sig.ra Gloria Cavallari e Gregorio Dondi titolari della tabaccheria e sponsor delle nuove maglie del gruppo cicloturistico Avis - Aido Bondeno. Nel gruppo: Blo, Giori, Confortini, Reggiani, Rigattieri, Borghi, Pirani, Dondi, Blo, Fabbri, Manfredini, Fabbri, Corazza, Zapponi, Mazza, Veronesi, Salani.

"UNITE PER LA VITTORIA"

Bilancio positivo al termine del Campionato Under 14

Arriva al termine con una bella vittoria il Campionato Under 14 per le giovani atlete dell'Agonistica Volley Bondeno, 3 a 1 è infatti il risultato dell'ultima partita giocata in casa.
Le ragazze hanno affrontato la gara con grinta e determinazione e spalleggiata come sempre da un pubblico strepitante di genitori ed amici che ad ogni azione le sostenevano con cori, trombe e striscioni. A fine gara incontenibile la loro gioia e le loro parole: Ilenia afferma che come prima esperienza è stata divertente ed emozionante, Sofia si sentiva disorientata e agitata durante le prime partite e adesso ha voglia di giocare ancora, Sara capisce di aver preso il ritmo di gioco solo durante le ultime gare e adesso vorrebbe subito ricominciare il campionato, Simona ritiene importante che le compagne in panchina abbiano sempre sostenuto quelle in campo e Lucia espone un pensiero comune a tutte le ragazze "abbiamo capito che non è il singolo giocatore che vince, ma la squadra, lo spirito di squadra è importante si vince e si perde tutte insieme condividendo esperienze, emozioni, fatica e… punizioni!"
Pronto al via il "Torneo Città di Ferrara" che vedrà impegnate nuovamente le ragazze della Categoria Under 16, mentre procedono i Campionati di Prima Divisione Maschile e Seconda Divisione Femminile.

Date casalinghe dei Campionati di Serie:

Prima Divisione Maschile:		Seconda Divisione Femminile:	
Giovedì 12 aprile ore	21.30	Sabato 21 aprile ore	16.00
Giovedì 26 aprile ore	21.30	Sabato 28 aprile ore	16.00

Gli incontri si disputano nella Palestra di via Manzoni, 2
(Palestra Piccola ex scuole medie).

Benati Simona, Benedusi Cristina, Bergonzini Ilenia, Carandina Giulia, Cavallini Giulia, Chierici Lucia, Corazzari Anna, Dall'Olio Lucia, Ferrarini Elisabetta, Folchi Francesca, Lorenzini Federica, Mulinari Eleonora, Padovani Sofia, Scapinelli Cecilia, Signorini Sara, Testoni Claudia, Verri Vanessa, Zapparoli Samanta

Motociclismo

Raduno di Centauri a Stellata

Cena, e premiazione ai fedeli delle due ruote

Si è svolta sabato 3 Marzo scorso presso il Ristorante La Rocca di Stellata, la tradizionale cena sociale nel corso della quale sono stati premiati i soci (Conduttori e passeggeri), che nel corso della passata stagione hanno partecipato al maggior numero di raduni in Italia ed all'estero.
Sono state circa una settantina le presenze dei partecipanti alla stessa, oltre ad alcune Autorità del Paese.

Questo l'elenco dei premiati:

Conduttori:
1° a pari merito: ACCORSI MAURO e MARI SEVERINO
3° FACCENDA FRANCO
4° LUPI GIULIANO
5° LUPI DARIO
6° MENGHINI SILVANO

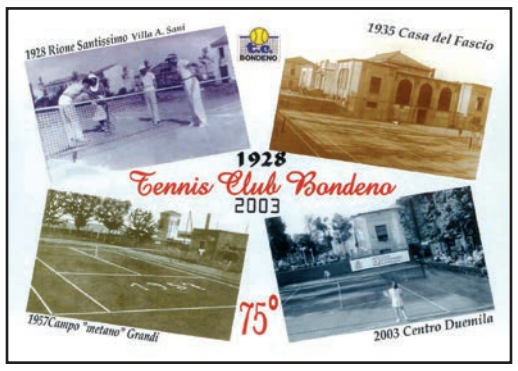
Passeggeri:
1° BARALDI TANIA
2° MORANDI MERSIA

Ditta GAMBERONI CESARE
di GAMBERONI ROBERTO
Lattoniere - Idraulico - Impianti acqua, Gas, Riscaldamento e Condizionamento
44012 Bondeno (FE) - V.le Matteotti, 52/A - Tel. e Fax 0532/893191
Cell. 337 627411
Codice Fiscale GMB RRT 46C23 D548J - Partita IVA: 00668980386

AUTOMOBILE CLUB FERRARA
Delegazione di Bondeno
Viale Matteotti 99 – Tel. / Fax: 0532898242
- TESSERE SOCI ACI
- PAGAMENTO BOLLO
- PASSAGGI DI PROPRIETÀ
- REVISIONI
- VISITE MEDICHE PER RINNOVO PATENTE
- DUPLICATI PATENTI
- CAMBI DI RESIDENZA
- REIMMATRICOLAZIONI
- CAMBIO TARGA
- SCONTI E VANTAGGI RISERVATI AI SOCI

STORIA DEL TENNIS CLUB BONDENO

Nel 1928 in piena era fascista è costituito il Tennis club Bondeno. Sul terreno di Achille Sani, noto agricoltore locale, nei pressi della sua villa nel rione Santissimo, nasce il primo campo in terra battuta. La "paciarina" e la "maragna" erano gli strati che lo componevano. Nel 1933 Sani mise a disposizione un'area più ampia nello stesso rione, per la costruzione di due campi da gioco. Il T.C.Bondeno è uno dei primi circoli sorti nella provincia; a Ferrara esisteva solo quello di S. Giorgio. Il primo presidente fu Roberto Andreoli. Mario Castaldini e Ada Vallini furono i primi campioni sociali. Alessandro Serafini e Gaetano Nino Sani i giocatori più rappresentativi. Nel 1935 il club venne trasferito alla casa del fascio, prima denominata "Vaticano" Circolo "Littoria", "Casa del popolo", ed infine, ai giorni nostri, "Duemila".



Per giocare occorreva esibire la tessera del partito fascista. Nel periodo bellico 1940-45, il campo da tennis è abbandonato e lo spazio viene adibito a deposito di mezzi militari. Un comando tedesco si installa all'interno della casa del fascio.

… Dal crepuscolo alla fine di ogni giornata, per sedici anni 1932-48 il custode Lucindo Dalbuono richiudeva con i pesanti cancelli di ferro l'accesso da Via Peroni e quello da Viale Mussolini.

Nel dopoguerra, nell'area Grandi, zona adiacente ai pozzi per l'estrazione del metano, è ricavato uno spazio per il gioco del tennis, in terra battuta. Sabato 8 luglio 1950 è inaugurato il nuovo campo da tennis. Il quotidiano d'informazione "Gazzetta Padana" pubblica la notizia con questo titolo: "è sorto a Bondeno un tennis club". Dopo tre anni il metano ottenuto per trivellazione dal sottosuolo si esaurisce e Grandi chiude l'attività estrattiva; il campo segue la stessa sorte.

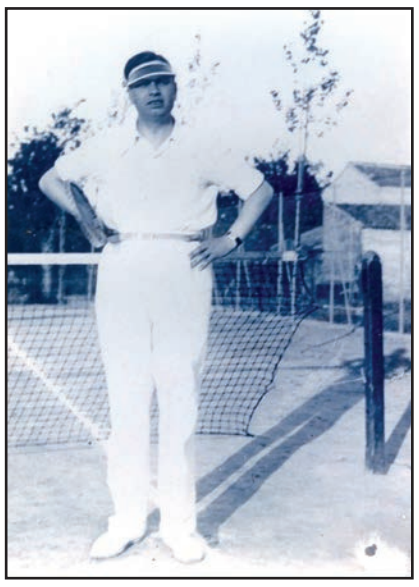
Foto di gruppo,anno 1929

Nel 1957 Laura Pinca subentra con la nuova generazione bondesana.

Il terreno di gioco concesso gratuitamente dallo stesso Grandi presenta i segni del degrado del tempo. Le profonde fessure nel terreno di gioco, le erbe infestanti, le vecchie incomprensioni con l'amministrazione comunale, le tante difficoltà e i mille ostacoli sono superati da questa instancabile figura femminile. Nella primavera di quell'anno, dopo aver lavorato per giorni dalle prime luci dell'alba al tramonto, così si presenta il circolo: un pollaio trasformato in spogliatoio, la recinzione di qualità migliore montata dalle poderose braccia del "Papin", sei uomini di fatica del Comune, il campo da tennis con un proprio strato di terra rossa come forse non ha mai avuto e le righe del singolo e del doppio tracciate con una tecnica particolare, polvere di gesso.

Nel 1959 occasionalmente, si gioca sull'ex campo asfaltato della pallacanestro, situato a Borgo Paioli (cul dal sac). Quasi contemporaneamente, alla fine degli anni '50, un gruppo di amici, trascinato da Euno Borsetti, fonda la Red Devils, con presidente il maestro Andrea Zimbelli. Nell'estate 1960 il sindaco Enzo Borsari e Mons. Guerrino Ferraresi inaugurano la sede nei locali a pianoterra, lato sud dell'edificio "casa del popolo" ora "duemila". È qui che riprende a giocare, in pantaloncini bianchi, una bella ragazza, Mirella Meletti, che trascinerà molti giovani al gioco del tennis. Il campo in terra battuta era diviso da una serie di panchine a mo' di rete, poiché le casse della società non permettevano l'acquisto di una regolamentare. L'agonismo non era esasperato; i molti praticanti si sollazzavano scendendo in campo poco vestiti e scalzi.

All'inizio degli anni '70, dopo una lunga crisi, grazie all'iniziativa e all'impegno dell'assessore allo sport Maurizio Aleotti, è affidata a Vanni Calzavarini e all'entusiasmo giovanile di Alberto Costanzelli e Gledes Zucchini la rinascita del tennis matildeo. Nel 1972 è rifatto il fondo in terra rossa e viene organizzato un torneo zonale. Forte del successo di quest'ultima iniziativa, l'anno successivo, il tennis club Bondeno è regolarmente affiliato alla Federazione Italiana Tennis. Un gruppo di giocatori forma la squadra di Coppa Italia maschile ed è installato il primo impianto d'illuminazione. Si gettano le fondamenta per il futuro con la creazione di una scuola di tennis estiva per bambini e con svariate iniziative rivolte ai giovani. Nel 1982 è inaugurato il centro sportivo Bihac con due campi da tennis. Dal 1985 in poi si portano sostanziali migliorie al centro Duemila: un nuovo e più efficiente impianto di luci artificiale, i servizi igienici, la tribuna, le piante ornamentali, i camminamenti e i cartelli pubblicitari, che delimitando il perimetro di gioco, permettono di iniziare un dialogo costruttivo con gli sponsor. Nell'estate 1988 è inaugurata dal sindaco Bracciano Lodi e da don Marcello Vincenti l'area verde attigua al campo da gioco. Il 10 marzo 1991 il sindaco Daniele Biancardi inaugura la sede del circolo. Dopo 11 mesi sono stati ristrutturati e resi agibili nel piano terra dell'edificio Duemila 80 mq di locali comunicanti con il campo da gioco. Nel 1994, finalmente, il campo sintetico del centro sportivo Bihac è coperto con una struttura geodetica. Per tanti giovani iniziano l'attività invernale e l'avviamento al tennis, affidata ad istruttori federali. Il 30 agosto 2003 il sindaco Davide Verri inaugura l'ala nuova della sede.



Il primo campione sociale, anno 1928, Mario Castaldini, presso il campo nel quartiere "Santissimo" di Bondeno

A 75 anni dalla nascita, il tennis club Bondeno opera con gran soddisfazione e riconoscimento a livello locale, provinciale e regionale, svolgendo un'importante attività sportiva e sociale che lo ha portato ad essere un significativo punto di riferimento dello sport matildeo. L'aspetto fondamentale dell'attività del T.C.Bondeno è sicuramente la S.A.T. per bambini e ragazzi di entrambi i sessi ed età compresa tra i 6 e i 16 anni. Importanti anche i corsi estivi e il potenziamento della collaborazione con l'amministrazione comunale e con le scuole sul territorio.

"Casa del Fascio" (ora "Centro 2000") anno 1935, con il campo da tennis

Molto intensa l'attività agonistica nel corso degli ultimi anni. Nei tornei a squadre, in ambito regionale, sono state schierate diverse formazioni: D1 maschile D2 femminile e due rappresentative D3 maschili. La promozione in serie C della prima squadra maschile, nel 2003, e i positivi risultati ottenuti nel corso dell'anno con la riconferma per il 2004 sono molto lusinghieri. Tanti tornei individuali organizzati sul Centrale Duemila. Il nazionale femminile, il memorial "G.F.Poggioli", l'under 16/18 sono le manifestazioni che più si sono consolidate e potenziate nel tempo, insieme al tradizionale "over 35" e al sociale, che completano il quadro dell'attività agonistica del club.

Questa lunga storia del tennis Bondeno non consente di enumerare tutti gli atleti che hanno contribuito, in diverse misure e qualità, alla tenuta sportiva e sociale di questa disciplina, che da un passato timido ed elitario è sfociata in sport di massa. (G.Z.)

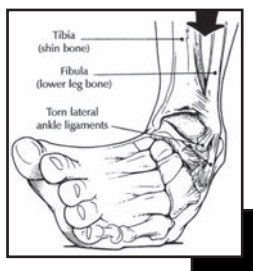
Foto del 2006, durante la finale del torneo "Poggioli" a settembre

Il Professionista

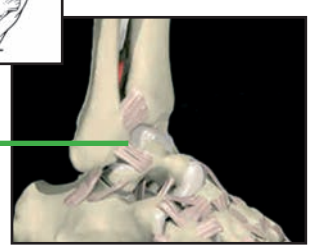
L'angolo del dott. Bolognesi

I TRAUMI DISTORSIVI DELLA CAVIGLIA NEGLI ATLETI

In Italia si contano ogni giorno circa 50000 traumi distorsivi della caviglia: è quindi il piu' frequente trauma muscolo-scheletrico dell'arto inferiore.
Gli sports dove tale trauma è piu' frequente sono: pallavolo (56%), basket (55%), calcio (51%) e la corsa di resistenza(40%). Tutto cio' provoca negli sportivi uno stop forzato dalla pratica agonistica e se,non adeguatamente trattato, puo' portare ad esiti invalidanti.
I traumi da sport coinvolgono principalmente il compartimento esterno della caviglia,con un movimento di "eversione " della articolazione



movimento di "eversione"



Leg. Peroneo Astragalico Anteriore

Il legamento maggiormente interessato è il legamento peroneo astragalico anteriore, e senza addentrarci in troppi dettagli anatomici, veniamo ai vari gradi delle distorsioni, che cercheremo di analizzare in modo schematico e chiaro.
DISTORSIONE I GRADO:
E' una lesione in cui il legamento laterale ha conservato la propria stabilità. Gli sportivi che hanno subito una distorsione di primo grado in genere possono camminare e dare peso sull'arto leso. Il dolore è presente solo in una zona isolata, sede della lesione legamentosa, con un minimo gonfiore localizzato.
DISTORSIONE II GRADO:
Il trauma è maggiore, viene applicata una forza aumentata, in grado di lacerare parzialmente uno o piu' legamenti. I pazienti non sempre sono in grado di caricare sulla tibiotarsica lesa. L'edema,il gonfiore ed il dolore sono piu' diffusi, indicando la presenza di un considerevole sanguinamento da uno o piu' legamenti parzialmente lesi.
DISTORSIONE III GRADO
Una distorsione di grado III è grave e comporta la lacerazione di una o piu' strutture legamentose della caviglia.
La maggior parte dei Pazienti non sono in grado di camminare e il dolore puo' essere importante anche a riposo.. L'edema , il gonfiore della caviglia sono importanti ed in genere è presente un versamento di sangue, così che l'articolazione è tumefatta sia all'interno, che all'esterno.

Edema

In queste distorsioni l'evento traumatico subito dall'atleta è violento e spesso riferisce di aver sentito anche un "rumore di lacerazione" al momento del trauma.
L'instabilità articolare è importante.
DIAGNOSI
Fondamentale è, come al solito l'esame clinico, per valutare punti dolente e la stabilità della articolazione.
Gli esami radiologici standard e sotto stress, sono importanti per escludere lesioni ossee ed allargamenti delle rime articolari, segno indiretto di lesione legamentosa.
Ulteriori accertamenti (ad esempio la Risonanza Magnetica Nucleare) non sono necessari in urgenza, ma solo nei postumi per valutari eventuali danni cartilaginei o legamentosi.
TRATTAMENTO
FASE ACUTA
Nelle distorsioni di I e II grado negli sportivi il trattamento non va sottostimato.
In fase acuta i provvedimenti sono seguendo l'acronimo inglese P.R.I.C.E. (Protection,Rest,Ice,Compression,Elevation): i classici: riposo, arto in scarico, ghiaccio ad intervalli per le prime ore, con immobilizzazione della articolazione o con bendaggio funzionale o con applicazione di un tutore dinamico.

Tutore

L'immobilizzazione ed il riposo devono essere di almeno 15-20 giorni.
Anche la maggior parte delle distorsioni piu' gravi (quelle di grado III , con lacerazione legamentosa) guariscono con un trattamento incruento.
La chirurgia è limitata al 10-20% di pazienti a cui residua, al termine del trattamento conservativo, una instabilità cronica laterale, che determina la ricomparsa di dolore e di tumefazione ad ogni nuovo episodio distorsivo ed un senso di instabilità dell'articolazione.
Fondamentale è quindi , una volta risolta la fase acuta, il momento della rieducazione.
FASE SUBACUTA
Si puo' suddividere il trattamento in diverse fasi:
RECUPERO DELLA PROPRIOCETTIVITA'
I vantaggi di una immobilizzazione non prolungata sono rappresentati da un piu' veloce riassorbimento dell'edema, dal mantenimento del tono muscolare, dalla piu' rapida guarigione dei legamenti, sottoposti a sollecitazioni funzionali, inoltre non interrompe la stimolazione dei propriocettori capsulari (piccole terminazioni nervose che ci sentono un corretto appoggio del piede anche su terreni non completamente piani).
Il loro compito è importantissimo ed è quello di inviare continuamente informazioni sullo stato di stiramento dei tessuti per pemettere al nostro sistema nervoso di reagire in modo adeguato ed estremamente rapido con contrazioni della muscolatura , idonee a stabilizzare l'articolazione e quindi conservare i rapporti articolari stessi, anche in situazioni dinamiche particolarmente stressanti per la caviglia.
Nel piede i propriocettori si situano in particolare sulla capsula e sui legamenti della tibiotarsica.
In seguito ad un trauma, le lesioni di alcune fibre capsulari e tendinee, l'insorgenza di edema delle strutture,e gli stimoli dolorosi alterano il sistema di "feed back" stimolo propriocettivo-risposta neuromuscolare", aumentando i rischi di nuove distorsioni dell'articolazione colpita.
Per il recupero della propriocettività. si utilizzano soprattutto le tavolette Freeman.

Importante è comunque iniziare precocemente questa fase rieducativa , anche in "scarico" , (a paziente seduto), se il carico diretto non è ancora stato concesso.
RINFORZO MUSCOLARE
Per il rinforzo muscolare si possono anche usare strumenti semplici come elastici
o palle di spugna oltre che le mani sapienti dei fisioterapisti, con l'obiettivo di recuperare il tono muscolare ottimale di gamba e coscia

Rinforzo muscolare con elastici

Si puo' anche eseguire contestualmente la rieducazione in piscina, per poi affrontare nelle fasi finali del trattamento la rieducazione del passo e alla corsa, che preludono al recupero totale del gesto atletico, che deve avvenire con gradualità .Spesso, nei primi tempi, un taping alla caviglia può essere utile per evitare recidive ed ottimizzare il gesto atletico.

Conclusioni.
I traumi distorsivi della caviglia sono frequentissimi negli atleti e spesso la necessità e l'aspirazione al ritorno precoce all'attività rappresentano un dibattito ancora aperto.
Ritengo che un trattamento adeguato, senza affrettare ad ogni costo i tempi di recupero, possa prevenire le complicazioni piu' gravi di questi frequenti traumi distorsivi della caviglia che sono le instabilità ed il dolore cronico.

Bibliografia:
1)Brostom L.: Sprained ankle:anatomic lesions in recet sprains:Acta Chir Scan 132,551-565,1996
2)Gerber JP,Williams GN: Persistent disability associated wiyh ankle sprains: A prospective examination of an athletic population ; Foot Ankle Int 1998
3) Prete F.,Ravasio G., Trattamento conservativo dei trami della caviglia dell'atleta. Minerva Ortopedica traumatologica 1998
4)Freeman MA:Instabily of the foot after injures to the lateral legament of the ankle. J Bone Joint Surg 1996,47b:678-685

DANIELE BOLOGNESI,
nato e residente a Bondeno (Fe), il 27.10.1953, sposato, con Morena, 3 figli.
Laurea in Medicina e Chirurgia presso l'Università degli Studi di Padova (sede di Verona) il 20.12.1979
Specializzazione in Ortopedia presso l'Università degli Studi di Modena,nel 1986;
• Dirigente Medico presso l'Unità Operativa di Ortopedia e Traumatologia dello Ospedale di Mirandola (Modena) dal 1981, con la responsabilità di modulo di Day Surgery.
Mi interesso particolarmente di Chirurgia Artroscopica, chirurgia mano e Traumatologia dello Sport.
• Numerose partecipazioni, in Italia ed all'estero, anche come relatore a Congressi di Ortopedia, Traumatologia, e problematiche inerenti alla Traumatologia dello sport.
Curriculum Sportivo
Portiere della Bondenese , nelle squadre giovanili, fine anni 60.
Portiere dell'Hockey Club Bondeno, per circa 20
Tennis, sci.
Presidente dal '98 dell'Hockey Club Bondeno

Chi volesse richiedere informazioni e domande al dott. Bolognesi relative a questa rubrica può farlo inviando un e-mail all'indirizzo: **redazione@sportcomuni.it**

ALLA RICERCA DEL KIMÈ

INTERVISTA CON IL MAESTRO CARLO CRISTOFORI (5°DAN)

Una delle numerosissime realtà sportive presenti nel Comune di Bondeno, pratica ormai da moltissimi anni il karate, sotto la guida di un esperto Maestro. Si tratta di Carlo Cristofori, cintura nera quinto dan. E' direttore commerciale della "Lavoranti in Legno", una realtà economica ferrarese particolarmente dinamiche.
Sport Comuni, curioso di ottenere un quadro generale sul karate, ha ottenuto una intervista con il Maestro.

Che cos'è il karate?

"Il karate è un'arte di difesa, e chi la pratica è ben consapevole di non dover mai attaccare per primo. E' anche chiamata "l'arte della mano vuota". Con il tempo il vero karateka comprende che è necessario evitare il confronto diretto, visto idealmente come l'ultimissima risorsa da impiegare. Il Maestro Funakoshi, colui che ha avuto il merito di presentare e formare nel mondo il karate a tal proposito ricordava che il combattente è abbastanza abile se vince cento combattimenti su cento, ma lo molto di più se è in grado di far arretrare il proprio avversario senza ricorrere allo scontro diretto.

Il Maestro Critofori durante una manifestazione sportiva

La difesa contro un attacco multiplo

Il metodo del karate è composto essenzialmente da tre parti: il Kion, i fondamentali, i katà, la forma, e infine il kumite, combattimento. Inoltre si può praticare sempre, a qualsiasi età, dal bambino di sei anni al signore di ottanta! L'arte del Karate è nata in Giappone alcuni secoli fa, e si è evoluta riflettendo l'unicità e l'omogeneità culturale di quella Nazione. Solo nel secolo scorso è stata diffusa nel mondo. Molti eserciti lo hanno impiegato per formare e per preparare i propri soldati".

Come si è avvicinato al Karate?

"Nel 1976 con un amico appassionato dei film di Bruce Lee mi ritrovai a praticare una disciplina che non conoscevo. Ho iniziato con 5 amici, ma ora rimango soltanto io a praticarlo… Fino al 1980 ho seguito le lezioni del maestro Stroscio, poi da militare ho continuato a Udine. Al ritorno ho iniziato a seguire le lezioni del Maestro Orio Ghedini in Via Ortigara e ancora oggi mi alleno da lui. A Bondeno, che è una delle palestre più vecchie della provincia, insegno da oltre dieci anni."

Che cos'è la kime'?

"E' l'essenza del Karate. La potenza deriva dall'applicazione della massima forza possibile nel momento dell'impatto, dipendente dalla velocità d'esecuzione. Non è infatti necessaria la sola forza fisica nell'esecuzione delle tecniche. L'allenamento è infatti volto alla ricerca ed allo sviluppo del nostro massimo potenziale, in termini di energia, forza fisica, volontà, autocontrollo e autodeterminazione. E' per questo che il Karate è veramente speciale!"

Che ruolo ricopre nel karate la figura del Maestro?

"E' un importantissimo punto di riferimento almeno per tre aspetti: etico, morale e tecnico. E' una guida per l'allievo, perchè lo aiuta a migliorare la tecnica, la concentrazione, la resistenza fisica e mentale. Il Maestro per poter fungere da punto di riferimento per i suoi allievi sente la necessità di una pratica costante e assidua per migliorare le tecniche che successivamente farà applicare durante l'insegnamento."

Quali sono le attività principali del movimento del karate a Bondeno?

"Innanzitutto una costante e metodica pratica dell'arte!. La palestra conta una ventina di cinture colorate ed una ventina di cinture nere, tra cui due terzi dan e due quarti dan. Studiamo molto le tecniche fondamentali e le loro applicazioni, oltre al kumite vero e proprio.

La squadra di Bondeno a un trofeo Topolino degli anni '80

La partecipazione agli stage federali con la presenza dei migliori maestri italiani è la garanzia dello sviluppo continuo del karate nelle sue più innovative soluzioni".

FRANCESCO LAZZARINI

***IL KARATE** (LE REGOLE DEL DOJO)*

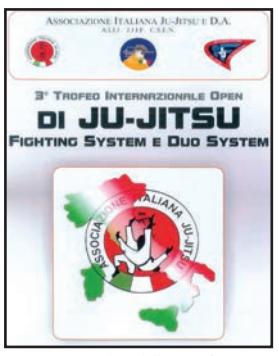
- *E' mezzo per perfezionare il carttere*
- *E' via di sincerita'*
- *E' mezzo per rafforzare lo spirito*
- *E' mezzo per imparare il rispetto universale*
- *E' mezzo per acquisire l'autocontrollo*

JU JITSU: Gare internazionali

Gli atleti del CSR si fanno onore in casa

Si è svolto 17-18 MARZO scorsi il 3° INTERNATIONAL OPEN – CENTO.

Centosessanta gli atleti iscritti, con la partecipazione di una nutrita squadra slovena, oltre alle più prestigiose palestre italiane di ju-jitsu. Non poteva mancare una rappresentativa bondesana a questa importante competizione. Il Centro sportivo "Il Gabbiano" di Bondeno è affiliato con il Centro Studi e Ricerca, che complessivamente ha ottenuto numerosi piazzamenti sul podio. Anche in questa occasione gli atleti matildei hanno mostrato continui progressi.



***Sopra:** Locandina della manifestazione*
***A destra:** Gli atleti vincenti del Csr Italia e lo staff degli allenatori.*

FIGHTING SYSTEM

SPERANZE 63Kg			
5°class. Gennari Francesco		csr ju-jitsu	italia
SPERANZE 69 Kg			
3°class Alberghini Matteo		csr ju-jitsu	italia
3°class Pedrazzi Simone		csr ju-jitsu	italia
5°class. De Maio Giannandrea		csr ju-jitsu	italia
SPERANZE 75Kg			
3°class Borsari Alex		csr ju-jitsu	italia
SPERANZE 100 Kg			
2°class Chieregato Maggie		csr ju-jitsu	italia
SPERANZE 62Kg	*femminile*		
3°class Melloni Eleonora		csr ju-jitsu	italia
JUNIORES 70Kg	*femminile*		
1°class Mandello Jessica		csr ju-jitsu	italia
JUNIORES 77Kg			
5°class. Bonora Marco		csr ju-jitsu	italia
JUNIORES 94 Kg			
1°class De Pinto Alessandro		csr ju-jitsu	italia
SENIORES 77 Kg			
1°class Pelati Fabio		csr ju-jitsu	italia

DUO SYSTEM

MISTO	
1°class	
Ragazzi Linda	
Paganini Sara	csr ju-jitsu italia
FEMMINLE	
2°class	
Mrselli	
Resca	csr ju-jitsu italia
MASCHILE	
1°class	
Valieri Michele	
Zaccaria Vito	csr ju-jitsu italia

DUO BASIC

6-10 ANNI	
1°class	
Zena Micaela	
Riina Sara	csr ju-jitsu italia
2°class	
Ferlito Matilde	
Bez Andrea	csr ju-jitsu italia
3°class	
Girotti Martina	
Meotti Linda	csr ju-jitsu italia
11-13 ANNI	
1°class	
Menghini Sara	
Colognesi Chiara	csr ju-jitsu italia
2°class	
Mazzone	
Memola	csr ju-jitsu italia
3°class	
Turcu Marius	
Diuno Alessandra	csr ju-jitsu italia
3°class	
Guandalini Michele	
Iazzetta Gianmarco	csr ju-jitsu italia
14-16 ANNI	
1°class	
Zena Davide	
Aleotti Kevin	csr ju-jitsu italia

Comitato "Chi Gioca Alzi la Mano"

CONCORSO "VOTA LO SPORTIVO DI BONDENO 2007"

Il "Comitato Chi Gioca Alzi la Mano" si sta già attivamente organizzando per dare il proprio importante apporto alla "Festa dello Sport e del Volontariato", che si svolgerà il 2 e il 3 giugno prossimi presso il Centro Fiera. Sono già stati numerosi i contatti con il Comune di Bondeno, allo scopo di rendere indimenticabile questa seconda edizione dell'evento.
Il Presidente del Comitato Daniele Boschetti, ricorda che lo sport come valore è uno dei principi chiave del movimento cittadino. Durante il mese di maggio, in preparazione a questa significativa due giorni, molte associazioni sportive locali - nell'intento di avvicinare i più giovani al mondo sportivo locale – organizzeranno alcune dimostrazioni e/o rappresentazioni. Le date delle stesse verranno pubblicate nel prossimo numero di questo mensile.
Una ulteriore iniziativa del "Comitato" in collaborazione con Sport Comuni è volta ad organizzare un Concorso denominato "Vota lo sportivo di Bondeno 2007". Nel mese di maggio sarà possibile esprimere la propria preferenza. I vincitori saranno premiati in occasione della Festa dello Sport e del Volontariato. I tempi e le modalità verranno esposte nel prossimo numero del nostro mensile, oltre che nel sito: **www.chigioca.it**

Un poco di Storia

COME NACQUE LA MARATONA

Una Storia di Guerra Avvenuta nel IV Secolo A.C.

C'era una volta, una polis potente e temuta dalle altre città-stato greche. Il suo nome onorava la potente dea della guerra e delle arti, Atena. Ma, come spesso accade, anche tanti secoli fa in politica internazionale non erano solo rose e fiori; infatti questa Atene aveva un nemico, molto potente e in grado di invadere l'intera penisola greca. Si trattava dell'Impero persiano, che vedeva la nostra polis (ed anche l'intera Grecia) come una terra di conquista, perché aveva osato dare appoggio – con successo…- alle colonie greche ribelli situate nelle coste dell'Asia Minore. L'impero si era organizzato con minuzia, trasportando per mare un esercito forte e ben più numeroso di quello ateniese (che combatteva da solo, visto che le altre città greche non si erano ancora convinte a scendere in guerra contro l'invasore). Lo scontro doveva avvenire nella pianura di Maratona, (distante poche decine di Kilometri da Atene) e luogo dello sbarco delle truppe persiane. Gli strateghi ateniesi (erano in dieci) avevano scelto nelle colline sopra Maratona il posto ideale per sferrare l'attacco. L'ansia di liberarsi dalla minaccia, temendo che una parte dell'esercito avversario avesse preso il largo per attaccare direttamente la città, portò quindi i vertici militari ateniesi ad accorciare i tempi…la battaglia fu piuttosto repentina e gli esiti furono favorevoli ad Atene. Questo capitolo di storia ci viene raccontata dal greco Erodoto, che aggiunge un particolare -forse difficile da immaginare da noi moderni-. Si tratta della grande corsa fatta a perdifiato da un certo Fidippide, per comunicare agli abitanti di Atene gli esiti favorevoli della battaglia. Vi chiederete quale fosse la sua professione? Ebbene faceva l'emerodromo. In parole semplici, si trattava di corridori di professione, che avevano il compito di portare messaggi ed informazioni in tutta la Grecia. Ebbene, il nostro Fidippide al termine della battaglia raggiunse a tempo di record la sua città. La distanza che percorse era di 42,195 Km, che tuttavia gli risultarono fatali. Il poveretto, infatti, riuscì a comunicare la lieta notizia, ma subito dopo si accasciò al suolo spirando. Poco allenamento, vi chiederete? Troppi vizi e troppo vino? No, non credo. Infatti prima della battaglia aveva percorso circa 500 km in due giorni per chiedere aiuto a Sparta, ma…quella corsa non aiutò la sua città. La leggenda narra anche che nel viaggio verso Maratona, il primo maratoneta della storia incontrò il dio Pan, che gli svelò il segreto per vincere i terribili persiani: venerarlo!

Dipinto decorativo greco

La facciata del Partenone, il tempio simbolo di Atene.

Cenni storici sulla Maratona Moderna

In onore della vittoria ateniese e del buon Fidippide, durante la prima olimpiade dell'epoca moderna avvenuta nel 1896, si svolse una corsa che prese il nome dal luogo della storica battaglia: Maratona appunto! Di questo termine se ne fa un ampio utilizzo, sia nel mondo sportivo che in quello quotidiano per indicare una grande fatica protratta nel tempo. Ad esempio spesso si sente parlare di "maratona televisiva", indicando alcuni programmi (generalmente legati alla raccolta di fondi per beneficenza) dalla durata di diverse ore per più giorni.
Tuttavia il termine Maratona nell'Atletica Leggera indica una corsa specifica, particolarmente difficile, ma che ha riscosso un grande interesse fin dalla sua comparsa alla prima Olimpiade Moderna. L'ideatore fu Michel Bréal, che trovò in Pierre De Cubertin (il famoso ideatore dei Giochi Olimpici) un importantissimo sostenitore. Fu così che venne organizzata una selezione per gli atleti partecipanti. Vinse Charilaos Vasilakos in 3 ore e 18 minuti. Tuttavia questo atleta non vinse la gara olimpica; primo arrivò infatti Spyridon Louis, che impiegò 2 ore, 58 minuti e 50 secondi. Si racconta che durante la gara si fermò per una sosta presso un'osteria e si ristorò con un buon bicchiere di vino.
La Maratona fin dalla prima edizione dei Giochi Olimpici divenne la gara di conclusione della manifestazione.
Un aspetto piuttosto interessante riguarda la distanza, che per diverse edizioni dei Giochi non venne standardizzata. Si passò dai 40 ai 42,195 km, in quanto la priorità era di rendere uguale per tutti i partecipanti la distanza del percorso. Una curiosità riguarda il percorso delle Olimpiadi di Londra del 1908. Il traguardo fu portato davanti al palco reale, allungando il tracciato fino ai nostri 42,195 Km. Nelle successive due edizioni la distanza fu ulteriormente modificata, fino al 1921 quando la Federazione mondiale di Atletica Leggera non stabilì definitivamente la distanza in 42,195 Km.

L'atleta greco Louis Spyridon, vincitore della maratona ai primi Giochi Olimpici dell'era moderna svoltisi ad Atene nel 1896.

PREPARARSI ALLA MARATONA

…Non è uno scherzo! E' infatti necessario un allenamento costante e duraturo nel tempo, anche cinque o sei giorni alla settimana. Si tratta di una gara che, se da un lato affascina molti di noi, dall'altro comporta un dispendio di energie mentali e fisiche non indifferenti. Occorrono almeno quattro o cinque mesi di preparazione, applicando tabelle e programmi specifici per arrivare al traguardo senza essere eccessivamente affaticati. E' importante essere predisposti per la corsa, oltre ad essere seguiti da un buon preparatore.
I 42,195 Km risultano maggiormente impegnativi quando attorno al 32° Km si esauriscono le scorte di glicogeno. L'alimentazione pre-gara, i punti ristoro piazzati sul percorso, sono finalizzati a mantenere il più a lungo possibile ed a "nutrire" tali scorte.

PIPPO GUTEMBERG

PANATHLON FERRARA INCONTRA ALCUNI PROTAGONISTI DEL CICLISMO

Il locale club ha organizzato una serata conviviale per approfondire il tema

Martedì 13 marzo presso il Ristorante/Hotel Duchessa Isabella di Ferrara si è svolta una serata organizzata dal locale club del Panathlon, dedicata al ciclismo di livello sia locale che nazionale. Numerosi e tutti molto titolati erano gli ospiti intervenuti.
A condurre gli interventi è stato il socio del Panathlon Ferrara Avv.to Celestino Salanti, Presidente Regionale F.i.c. Ospite d'onore era Roberto Conti. Erano presenti anche: il sig. Gian Domenico Mangoni di Cotignola, Responsabile Regionale del ciclismo giovanile su pista; il signor Stefano Marabini Presidente provinciale F.i.c. di Biologna; il Signor Alberto Dalletona di Parma, corrispondente sportivo per il ciclismo della Gazzetta di Parma; il Sig. Franco Chini responsabile regionale del settore giovanile della F.i.c. su strada, che ha fatto presente il forte impulso del movimento tra i più piccoli, infatti sono 1350 in Emilia Romagna i giovani ciclisti che tra i 7 e 14 anni partecipano alle gare; l'assessore allo Sport e al Turismo della Provincia di Ferrara, che ha affermato che si spera di ristrutturare il motovelodromo di Ferrara per ridare nuovi stimoli al movimento ferrarese; Franco Mancini, Presidente della società Rinascita di Ravenna –sorta nel 1947-, che per diversi anni ha organizzato il giro d'Italia Dilettanti; infine l'Avvocato Valentino Galeotti Presidente del Panathlon club Ferrara.

NUMERI UTILI

SALUTE
Pronto Intervento medico.....118
Farmaci a domicilio.....0532 767678
Guardia Medica.....335 7128639
Ospedale F.lli Borselli.....0532 884211
Drogatel.....840 002244
Tel Aids.....800856080
Tel Azzurro.....19696
Tel Arcobaleno antipedofilia.....800 02577

EMERGENZE
Polizia di Stato.....113
Carabinieri pronto intervento.....112
Carabinieri Bondeno: Via Mazzini.....0532 893008
Carabinieri Burana.....0532 880712
Vigili del Fuoco.....115
Emergenza Incendi.....1515
Emergenza sanitaria.....118
Soccorso Aci.....803116
Guardia di Finanza.....117
Soccorso in mare, capitaneria di Porto.....1530
Servizio antincendi.....1515
Cciss – viaggiare informati.....1518
Hera Ferrara.....0532 780111
Hera Servizio clienti.....800 999500
Gas e igiene ambientale.....800 114722
Emergenze 24 ore su 24.....800481999
Servizio idrico.....800 235343
Enel segnalazione guasti (24 ore su 24).....803500
Polizia Municipale.....0532 899300
Corpo forestale dello Stato.....0532 248248 - 800 841051

Utilità

TURNI FARMACIE

26 marzo-02 aprile	02 aprile- 09aprile	09 aprile-16 aprile
SALES	**BENEA**	**SCORTICHINO**
		Apertura diurna sabato e festivi **ADDOLORATA**

16 aprile-23 aprile	23 aprile-30 aprile	30 aprile-7 maggio
PILASTRI	**STELLATA**	**ADDOLORATA**
Apertura diurna sabato e festivi **SALES**	Apertura diurna sabato e festivi **BENEA**	

ORARI
STRUTTURE SPORTIVE COMUNALI

Centro sportivo Bihac

Lunedì:	13.00	–	23.00
Martedì:	13.00	–	23.00
Mercoledì:	13.00	–	23.00
Giovedì:	13.00	–	23.00
Venerdì:	13.00	–	23.00
Sabato:	10.00	–	20.00
Domenica:	10.00	–	20.00

Palestre via Manzoni, 2

Lunedì:	15.00	–	23.00
Martedì:	17.00	–	23.00
Mercoledì:	15.00	–	23.00
Giovedì:	15,30	–	23.00
Venerdì:	15.00	–	21.00

Giochi

N° 1

1						6		
		9		5			3	
5	6		7		9	1		
		8			7			1
	4			9			6	
6			4	2		9		
				1				8
	3	4	5		8	2		
	1			6				9

N° 2

	4		9			8		
2	5			3				1
		9		1			2	
4	7				8		6	
	8			4		9		7
6		3					8	2
	1			8		2		6
8			3		6		4	
	3			2	4	5	7	

N° 1

1	8	7	2	4	3	6	9	5
4	2	9	1	5	6	8	3	7
5	6	3	7	8	9	1	2	4
2	9	8	6	3	7	4	5	1
3	4	1	8	9	5	7	6	2
6	7	5	4	2	1	9	8	3
7	5	6	9	1	2	3	4	8
9	3	4	5	7	8	2	1	6
8	1	2	3	6	4	5	7	9

N° 2

1	4	7	9	6	2	8	5	3
2	5	8	4	3	7	6	9	1
3	6	9	8	1	5	7	2	4
4	7	1	2	9	8	3	6	5
5	8	2	6	4	3	9	1	7
6	9	3	7	5	1	4	8	2
7	1	4	5	8	9	2	3	6
8	2	5	3	7	6	1	4	9
9	3	6	1	2	4	5	7	8

A CURA DI GIORGIO MARCIALIS

Focus

LA GINNASTICA DOLCE IN ACQUA

La più efficace medicina preventiva per conservare e difendere la salute è il movimento

Partiamo da questo presupposto, che pare il solito luogo comune, ma non lo è affatto: tante volte abbiamo sentito dire questa frase…quante volte però vi siete fermati a riflettere sul che cosa voglia dire davvero "fare movimento"?
Innanzitutto per attività fisica regolare si intende un impegno di 3 volte settimanali organizzato in due sedute di ginnastica a corpo libero o con attrezzi, e una volta alla settimana una bella camminata o pedalata.
Numerose ricerche evidenziano l'importanza dell'attività motoria nell'arco della vita; vorremmo approfondire ora i benefici che si ottengono nella terza età.
Sono davvero numerosi: previene problemi cardiaci e articolari, migliora la respirazione, combatte ansia e depressione, migliora il sonno, previene dolori e aumenta il tono muscolare.
L'esercizio fisico va programmato con il vostro istruttore e va supervisionato dal vostro medico: la ginnastica deve essere pensata in modo che il partecipante non corra alcun pericolo né di cadere né di infortunarsi.
A questo proposito ci sentiamo di proporre con convinzione l'attività con la A maiuscola per questa fascia d'età: la ginnastica in acqua.
Il soggetto può eseguire esercitazioni graduate secondo le sue necessità e soprattutto senza stress fisici.
Basta avere l'altezza dell'acqua al petto per lavorare in completo scarico dorsale; inoltre la mancanza di forza di gravità permette di eseguire movimento altrimenti irraggiungibili con il conseguente miglioramento di elasticità muscolare e ampiezza articolare.
La resistenza idrostatica sollecita tutta la muscolatura anche con una semplice camminata.
L'esempio che amiamo fare riguarda i muscoli addominali: con la sola immersione del corpo in acqua lavorano costantemente perché ricevono una spinta continua da parte dell'acqua e sono costretti a lavorare.
Questo discorso vale per tutti i muscoli posturali.
Proprio perché basta cosi poco gli esercizi proposti sono di facile esecuzione anche per chi ha problemi più gravi.
Queste lezioni solitamente sono organizzate in gruppi e questo. E' questo un momento di aggregazione, che aiuta tanto anche la mente.
Ognuno deve trovare la sua motivazione per iniziare: che sia principalmente per benessere fisico o per quello psicologico ha poca importanza.
Tanto si sa che i due fattori sono strettamente collegati e dipendenti l'uno dall'altro.
Abbiamo intervistato alcune signore facenti parte dei nostri corsi di ginnastica dolce in acqua:
Istruttore: "Da quanto tempo frequenti il corso di ginnastica dolce in acqua?"
Cliente: "Da circa un anno"
I: "Come sei venuta a conoscenza del corso di ginnastica dolce?"
C: "Con il passaparola tra coetanee"
I: "Dopo quanto tempo hai trovato giovamento?"
C: "Subito dopo il primo mese sono stata molto meglio, poi assieme al resto del gruppo siamo diventate molto affiatate e veniamo molto volentieri, anzi se si potesse ci piacerebbe venire tutte le mattine!"
I: "Sai fare a nuotare?"
C: "Io non so nuotare, infatti all'inizio ho impiegato un po' di tempo per decidermi ad iniziare il corso, ma poi grazie all'incoraggiamento di alcune amiche e alla sicurezza che trasmette l'istruttore, è bastato iniziare e adesso non uscirei più dall'acqua!"
I: "Quali sono le lezioni che preferisci?"
C: "Quando usiamo gli attrezzi e quando facciamo lezioni divertenti in gruppo"
I: "Senti il bisogno di fare delle pause specialmente nel periodo invernale quando fuori fa molto freddo?"
C: "Assolutamente no perché l'acqua è ad una temperatura gradevolissima e anche l'ambiente della vasca è molto caldo"
I: "Consiglieresti alle tue amiche la ginnastica dolce in acqua?"
C: "Certo lo sto già facendo!"
DOTT.SSE LISA CATTABRIGA E STEFANIA TUGNOLI DEL CENTRO ZENIT PROFESSIONE BENESSERE

COME PREVENIRE I FURTI IN ABITAZIONE

Iniziativa della Questura di Ferrara in collaborazione con Hera

La Questura di Ferrara ed Hera sono nuovamente insieme per dare tutte le informazioni utili a prevenire possibili furti in abitazione. Come ricorderete lo scorso anno la collaborazione era stata realizzata per allertare i cittadini su i sempre più frequenti tentativi di "truffa" soprattutto a danno delle persone anziane.

La polizia di Stato, per venire incontro alle vostre esigenze e consentirvi il disbrigo di determinate pratiche in maniera pèiù agevole e veloce, ha approntato il servizio "Denuncia via Web", un progetto che avvia un nuovo rapporto di collaborazione, perché sarete voi ad iniziare il "lavoro".
Da casa, dall'ufficio o da ogni altro luogo a voi più comodo potrete, infatti, avviare l'iter per sporgere una denuncia, per ora solo di Furto o Smarrimento, con evidenti risparmi in termini temporali, sia perché all'atto della presentazione negli uffici di Polizia avete già espletato alcune delle incombenze necessarie, sia perché troverete, nelle nostre sedi, una corsia preferenziale per tali procedure.

ABITAZIONE SICURA
È opportuno rendere sicure porte e finestre. Ideale è una porta blindata con serratura e spioncino. Se si abita al piano terra o in una casa singola, la sicurezza è oggi possibile anche per le finestre, adottando vetri antisfondamento. In alternativa è sempre valido il ricorso alle grate, purché abbiano una robustezza che scoraggi i malviventi.
Lo spazio tra le sbarre non deve superare i 12 cm. Se si ha la possibilità, è opportuno dotare la casa di un idoneo sistema di antifurto elettronico.
Se l'interruttore della luce è all'esterno, bisogna proteggerlo con una cassetta metallica per impedire che qualcuno possa staccare la corrente.
Assicurarsi, uscendo e rientrando, che la porta di casa ed il portone del palazzo restino ben chiusi. Se si dispone di apertura a distanza e qualcuno suona, è meglio non aprire senza essere certi dell'identità di chi vuole entrare. In genere è meglio non far sapere quante persone vivono in casa. Non è opportuno far sapere, al di fuori dell'ambiente familiare e degli strettissimi amici, se in casa ci siano oggetti di valore o casseforti o la centralina dell'allarme.
È meglio non tenere grosse somme di danaro, molti gioielli o oggetti di valore. Vanno depositati in luoghi sicuri.
Si consideri che i primi posti esaminati dai ladri sono: gli armadi, i cassetti, i vestiti, l'interno dei vasi, i quadri, i letti, i tappeti.
È utile fotografare tutte le cose di valore che si ritenga possano essere oggetto di furto.

BREVE ASSENZA DA CASA
Lasciare qualche luce accesa, la radio o il televisore in funzione: scoraggia i ladri.
Chiudere sempre la porta a chiave, non lasciare le chiavi sotto lo zerbino, né in altri luoghi che siano a portata di chiunque.
I messaggi sulla porta dimostrano che in casa non c'è nessuno.
Se tornando a casa si trova la porta aperta o chiusa dall'interno, non bisogna entrare. Dentro l'appartamento potrebbe esserci il ladro… è opportuno che entri per prima la Polizia. Non bisogna fare gli eroi, chiamate il 113.

LUNGA ASSENZA DA CASA
Non va reso noto ad estranei il programma di viaggi e vacanze. Non va divulgata la data del rientro.
Le segreterie telefoniche possono essere un aiuto nella prevenzione, ma non vanno lasciati messaggi che informino sulle assenze da casa.
I vicini possono essere sensibilizzati affinché sia reciproca l'attenzione ai rumori sospetti sul pianerottolo o nell'appartamento che si sa essere vuoto. Nel caso, non si esiti a chiamare la Polizia.
I eviti l'accumularsi di posta nella cassetta delle lettere.
È opportuno avvertire dell'assenza una persona di fiducia e lasciare il recapito dove, in caso di bisogno, è possibile essere rintracciati.
La luce ed il rumore tengono lontani i malviventi.

NUMERI UTILI	
Soccorso pubblico	113
Questura	0532-294311
Polizia Stradale	0532-218911
Polizia Postale	0532-978348
Polizia Ferroviaria	0532-770377
Sito internet: http://questure.poliziadistato.it/Ferrara.nsf	
Poliziotti di Quartiere. Cellulari si servizio	
Pattuglia	335.7111553
	335.7111559
	335.5329780
Ufficio	0532-294507
e-mail: upgsp.fe@poliziadistato.it	

GRUPPO HERA

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Ferrara

InformaSalute

LO SPORT FA BENE ALLA MENTE

Calcio, volley, ginnastica e nuoto per gli ospiti del Centro Maccacaro

La Polisportiva Club Integriamoci, già descritta nel numero precedente, coinvolge prevalentemente utenti del centro socio riabilitativo Maccacaro di Ferrara ed altri pazienti segnalati dal Centro di salute Mentale (C.S.M.). L'attività fisica, per questo tipo di utenti, rappresenta per lo più un elemento di socializzazione, un momento di condivisione e di integrazione. Per questo è fondamentale fare "spogliatoio", come si dice in gergo sportivo. Prima e dopo ogni seduta di allenamento, infatti, gli atleti si ritrovano nello spogliatoio per parlare, confrontarsi e, attraverso la figura dell'operatore che ha, fra gli altri, il compito di creare un clima positivo fra i ragazzi, si creano momenti di socializzazione. Calcio e pallavolo sono attività che impegnano ognuna 15 ragazzi e sono seguite da allenatori UISP e da operatori del centro Maccacaro; Luciana Simani e Michele Tenani per la Pallavolo, Andrea Bandiera e Luisa Caradossi per il calcio. Le sedute di allenamento si svolgono più o meno allo stesso modo: un momento iniziale della durata di circa 15 minuti in cui i ragazzi si ritrovano nello spogliatoio per socializzare; segue l'allenamento vero preceduto dal riscaldamento specifico per ciascuna disciplina, infine, si fa la partitella; poi, di nuovo, tutti nello spogliatoio per discutere, commentare, sfogarsi. In questo momento la figura dell'operatore è molto importante perché può accadere che un ragazzo abbia qualche difficoltà, ad esempio, a tollerare la frustrazione per uno sbaglio in campo. Ecco che l'operatore interviene per ricreare quel clima positivo, e divertente, che deve caratterizzare l'attività sportiva. ANPIS (Associazione Nazionale Polisportive per l'Integrazione Sociale) organizza, per entrambe le discipline, tornei da novembre ad aprile con le altre polisportive dell'Emilia Romagna. Questi tornei non prevedono una classifica finale perché ciò che conta non è vincere ma, nel più puro spirito decoubertiano, partecipare e, soprattutto, divertirsi. Ginnastica dolce e nuoto coinvolgono ciascuna una decina di utenti con età compresa tra 30 e 65 anni. Anche in questo caso l'attività sportiva è gestita da istruttori qualificati e dagli operatori del Maccacaro e del CSM; Rita Nuvoli per la ginnastica dolce, Andrea Guidetti e Alessandro Moroni per il nuoto. Ancora una volta ritrovarsi nello spogliatoio è un elemento molto importante, perché si tratta di sport individuali, dove lo spirito di gruppo è, necessariamente, meno sentito. La ginnastica dolce è considerata un primo passo verso l'attività fisica per le persone con disturbi psichici, poiché è meno impegnativa dal punto di vista emotivo rispetto agli sport di squadra che prevedono la competitività ed un rapporto più forte con gli altri. Al nuoto si dedicano persone abili fisicamente, relativamente autonome che traggono beneficio dall'allenamento in acqua; spesso, infatti, i farmaci assunti, ma anche la stessa malattia mentale, irrigidiscono la muscolatura e rendono difficili i movimenti a terra ma non in acqua. Per queste attività non sono previsti tornei o incontri con altre polisportive, ma vengono organizzate feste a cui partecipano utenti, famigliari, istruttori ed operatori. Inoltre per i ragazzi del nuoto è stata organizzata anche un'esperienza alle piscine termali di Abano. Queste diverse discipline offrono la possibilità di inserire ogni persona nel programma sportivo ad essa più congeniale, tenendo conto degli obiettivi da raggiungere e del programma terapeutico di ciascuno. Ci sono anche casi di persone che frequentano più discipline a riprova dell'utilità dello sport per le persone con patologie psichiche. Luciana Simani, operatrice del Maccacaro e coordinatrice del progetto, sottolinea con un po' di rammarico che "al momento frequentano la Polisportiva solo utenti del Maccacaro o inviati dal C.S.M. ma la Polisportiva è aperta a tutta la cittadinanza; purtroppo è difficile coinvolgere altre persone, la diffidenza, il timore nei confronti della malattia psichica sono ancora troppo forti, ma stiamo lavorando anche su questo fronte". Offrire, attraverso lo sport, l'occasione della piena integrazione sociale è, infatti, il motivo principale per cui è stata creata la Polisportiva.

Gruppo del nuoto

Squadra di pallavolo

Gruppo della ginnastica dolce

FEDERICA CAMURRI

InformaSalute Periodico dell'Azienda USL di Ferrara
Marzo 2007
Direttore Responsabile: *Fosco Foglietta,*
Redazione: *Ufficio Comunicazione Az. USL,*
Responsabile: *Carla Lanfranchi,*
Coordinamento: *Simonetta Beccari,*
Tel. 0532 235872 e-mail:comunicazione@ausl.fe.it
Hanno collaborato: *I. Masina, L. Simani*

Eventi

UNA SERATA SULLA SALUTE E L'ATTIVITÀ FISICA

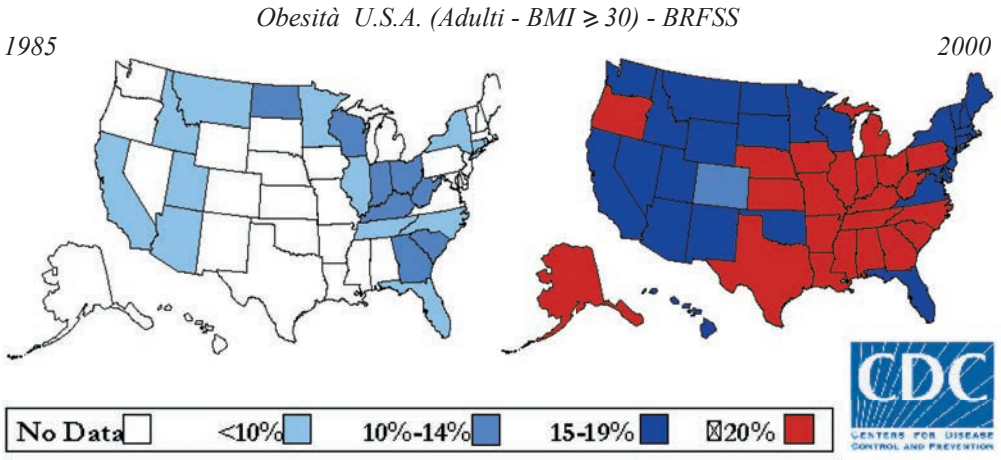
OSPITE DEL LIONS CLUB BONDENO IL DOTTOR GRAZZI

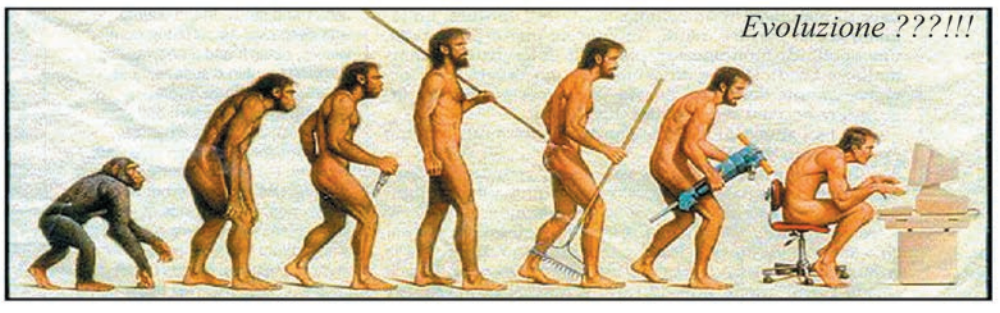
Il Dottor Grazzi espone la sua relazione

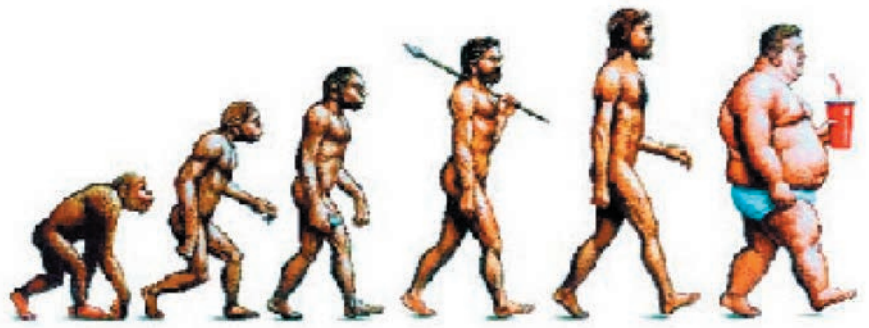
Nella serata di venerdì 9 marzo si è svolta presso il Ristorante Tassi una conviviale, il cui tema era incentrato sul ruolo dello sport nella prevenzione di numerose malattie. Numerosi sono stati i soci e gli ospiti intervenuti. Relatore era il Dottor Grazzi, che ha parlato del regime di vita sedentario e delle sue conseguenze. Particolarmente efficaci sono risultati alcuni passaggi della sua relazione. Per esempio si è parlato della tendenza nella popolazione statunitense ad un regime sedentario negli Stati Uniti. E' questo uno dei maggiori pericoli a cui vanno incontro gli abitanti della popolazione mondiale; sono stati poi illustrati i danni arrecati dall'inattività fisica e la differenza tra fitness e salute.
Il primo degli argomenti esposti riguarda una allarmante tendenza: negli Usa nel 1985 l'obesità era un problema diffuso nella popolazione di diciannove stati. In un arco di quindici anni il medesimo problema era diventato di portata nazionale, comprendente tutte le componenti della Federazione Statunitense. Inoltre, per 23 Stati il fenomeno coinvolgeva direttamente più del 20% della popolazione, mentre negli altri i dati raggiungevano mediamente più del 15%.

Obesità U.S.A. (Adulti - BMI ≥ 30) - BRFSS

1985 *2000*







Sindrome Metabolica

Anche in Italia le stime del Ministero della salute sui costi sociali riguardanti l'obesità si aggirano a circa 65 mld di EURO in un anno.
Dopo aver esposto questi allarmanti risultati, l'intervento del Dottor Grazzi è proseguito trattando tematiche come fitness e salute. Il primo concetto si può definire come "… la capacità di svolgere attività fisica da moderata a vigorosa… e di mantenere tale abilità nel corso della vita". Ma cosa si intende per attività fisica, vi domanderete? Vi è innanzitutto un primo aspetto, legato a un tipo di sforzo motorio identificabile con la prestazione sportiva. Vi è poi un secondo aspetto riconducibile alla salute, intesa come mantenere, migliorare o eventualmente recuperare le proprie capacità motorie. Sono successivamente stati analizzati anche i dati riguardanti la percentuale di italiani che si può definire sedentaria: si tratta del 40,6% dell'intera popolazione, un dato che non può non farci riflettere…Attorno al 38,5% si attesta la percentuale di coloro che svolgono attività sportiva in modo discontinuo. Infine il rimanente 20,9% pratica sport quotidianamente.

Pratica sportiva in Italia

Conseguenze dell'inattività fisica (OMS)

1,9 milioni di decessi
Tra il 10 ed il 16% dei tumori seno e colon
Il 22 % dei casi di diabete tipo II
Raddoppia l'incidenza di mal. cardiovascolari

Il presidente del Lions club, Vittorio Zucchi, che ringrazia il relatore della serata

FOTO OTTICA GRECHI
Servizi Fotografici Matrimoniali

Viale Repubblica, 42/D
44012 Bondeno (FE)
Tel. 0532/893297

autOrsatti
TUTTE MARCHE - NUOVO E USATO
-LANCIA YPSILON 1.3.MJET KM 0 B-COLORE AVORIO/BLU: ABS/ CLIMA/ RADIO/CERCHI LEGA 16/EURO4
-DISPONIBILITA LANCIA YPSILON 1.2.BZ KMO ARGENTO METALLIZZATO: ABS/ CLIMA/RADIO/EURO4.
-LANCIA MUSA ORO 1.4.16V KMO AZZURRO ANGELICO: ABS/ CLIMA/ AIR BAG/ FENDINEBBIA/ RADIO CD/ ESP/ EURO 4
-DISPONIBILITA LANCIA MUSA ARGENTO 1.4.BZ 8V PERLA VASARI: ABS/CLIMA/AIR BAG/RADIO CD MP3/ESP/EURO4

Via Per Zerbinate, 43 - Tel. e Fax 0532/892535
44012 BONDENO (Ferrara)

SPALLA D'AGNELLO ALL'ABRUZZESE

PREPARAZIONE:

Fare disossare una spalla d'agnello e tagliarla a pezzi piccoli, tipo spezzatino.

Fare rosolare insieme cipolla e agnello, poi cuocere con vino bianco e sale per circa venti minuti.

A parte cuocere una confezione di funghi porcini surgelati o freschi tagliati a pezzi piccoli.

Aggiungere peperoncino, alloro e poco sugo di pomodoro e far cuocere.

A cottura ultimata rimettere l'agnello.

Piatto veloce. Durata 45'

LA CRESCIA O PIZZA PASQUALE

(ricetta tradizionale marchigiana)

INGREDIENTI:

1000 gr. di farina
150 gr. Formaggio grana
150 gr. Formaggio pecorino
5 uova
150 gr. di battuto di lardo
50 gr. di burro
Mezzo bicchiere di latte tiepido
4 o 5 scacchetti di lievito
Sale e pepe

PREPARAZIONE:

Impastare circa 100 grammi di farina con 4 o 5 scacchetti di lievito, dopo che sono stati sciolti in poca acqua tiepida. Lasciare lievitare per circa 30'. Impastare la farina con i formaggi e le uova, sale e pepe. Quando si è impastato, aggiungere il panetto lievitato. Impastare regolando con il latte.

Mettere l'impasto in una teglia imburrata e lasciare lievitare per quattro ore circa. Cuocere in forno a 200° per un'ora.

Buon appetito !!!

"I simboli della Pasqua"

AGNELLO

Come simbolo liturgico: Piccolo, candido e immacolato. E' il simbolo dell'innocenza. Gli Ebrei lo sacrificavano durante la Pasqua. Nella religione cristiana simboleggia Gesù, che viene infatti definito "l'Agnello di Dio".

La gastronomia: ormai in tutta Italia è rimasta la tradizione di mangiare agnello nel periodo pasquale. Sono innumerevoli le modalità in cui viene cucinato e servito in tavola, come per esempio al forno, l'abbacchio alla romana, le costolette fritte.

COLOMBA

E' innanzitutto riconosciuto universalmente come un simbolo di pace.

Come simbolo liturgico: Nelle Sacre Scritture Noè viene avvertito proprio da una colomba della fine del diluvio universale. Il bianco volatile teneva con il becco un ramo di ulivo.

Nel Nuovo Testamento rappresenta lo Spirito Santo. Risulta perciò presente in tre momenti come l'Annunciazione, il Battesimo di Gesù e la Pentecoste.

L'UOVO

E' presente in numerose nella tradizione di numerose popolazioni l'idea dell'uovo primordiale, come ad esempio Cinesi,Giapponesi, Indù, Vietnamiti, Tibetani, Cananei, Fenici, egiziani, Greci e Celti, oltre ad alcune sudamericane ed africane.

Antiche culture orientali identificano l'Uovo come una forza avvolta dal Caos, tale da essere vista come embrione della vita.

Come simbolo liturgico: Nella cultura cristiana l'uovo è uno dei simboli che raffigurano la resurrezione di Cristo. Una leggenda merita di essere ricordata: si racconta di come le uova deposte da Maria Maddalena ai piedi della croce siano state arrossate dal sangue del Cristo il giorno della sua morte.

Le uova e la gastronomia: durante il periodo pasquale gli italiani aumentano il consumo di uova di circa il 30%. Nel 2004 il loro consumo nel nostro Paese, nelle due settimane precedenti la Pasqua è stato di 365 milioni di uova di gallina.

Ritaglia e presenta questo coupon alla
FARMACIA B.V.ADDOLORATA
a Bondeno in via De Amicis tel. 0532 893020
RICEVERAI IN OMAGGIO CAMPIONI PERSONALIZZATI DI COSMETICI NATURALI

Sport comuni
Edizione Bondeno

GIOCHI DI LUCE

"Gasoline"

Curriculum, o quello in cui credo.
Amo la pittura. L' osservazione e l' espressione costituiscono una grossa parte della mia idea di libertà e di coscienza. Ho l' esigenza di dipingere e di "segnare" da quando ero bambina; non è soltanto una scelta, ma una vera e propria esigenza, a volte inquietante e tormentosa, come un richiamo al quale non sia possibile resistere.
Non mi piacciono gli elenchi, nè le collezioni, e per questo, pur conoscendo il mio itinerario, ciò che oggi mi porta sempre più vicina ad ottenere, quando dipingo o scrivo, qualcosa di simile a quel che ho immaginato, mi impedisce in parte di volerne ricordare storicamente i passi. Basterà dire che ho frequentato prima l' Istituto d' arte e poi l 'accademia di belle arti e il D.A.M.S; per molto tempo ho svolto una attività di illustrazione (copertine per sillogi di poesia, in particolare, e progetti per cataloghi della casa, editrice liberty House, per ricordarne una) e impaginazione. Ho esposto incisioni e disegni ad Arte Fiera e ho partecipato a mostre collettive e organizzato personali in varie città italiane ed europee.

"Allo spechio"

"L'angolo della luce"

Parlare di esperienza mi sconcerta soprattutto quando si pretende di assumerla come verità inconfutabile. Non sempre ciò che perseguo e penso fa parte della categoria delle azioni convenienti, ma lo faccio comunque per convinzione.
Nonostante i miei quadri siano esposti in qualche locale o siano acquistati da privati, non amo firmarli; essi devono farsi autonomi se davvero valgono il piacere o il turbamento di chi li fruisce. Credo alla autonomia di un' opera, non alla sua funzione decorativa, infatti. Per molti anni ho svolto l' attività di libraio e per un poco di tempo ho lavorato per la facoltà di Medicina Legale di Siena. Ho pubblicato un testo sull' analisi iconografica di ex voto ferraresi e scrivo recensioni letterarie per una rivista on line.
Amo profondamente la musica, soprattutto il jazz e spero di poter vivere un giorno in un faro sopra l' oceano, con tanti gatti e con i libri che mi piacciono.

DANIELA FAVRETTI

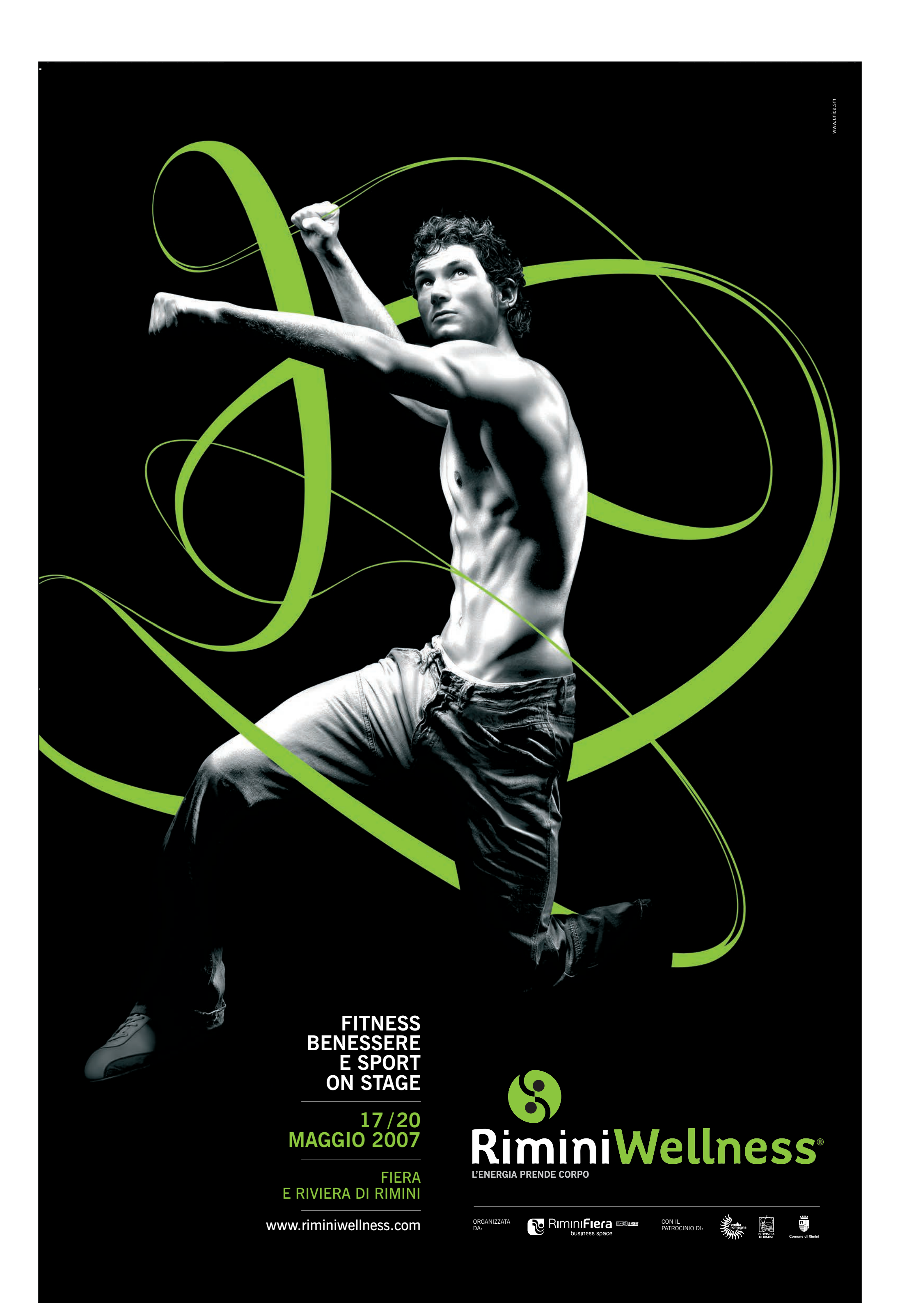
"Pietra guarda l'asfalto"

"Strada di luci"

"Il cespuglio"

PER INFORMAZIONI
Daniela Favretti cell.
3312834455

TIPO - LITOGRAFIA
SIVIERI
Via V. Woolf, 1 - FERRARA
Tel./Fax 0532.61433
(C.A.S. - Centro Artigiano San Giorgio)
info@sivierife.it
MANIFESTI 70X100 - DEPLIANTS
VOLANTINI - STAMPA LIBRI E GIORNALI
CALENDARI (olandesi, figurativi, personalizzati)
DDT - Fatture - Ricevute Fiscali
Modulo Continuo - Timbri
Biglietti Visita - Carta Intestata - Buste
Stampa Digitale e Plotter


www.unica.sm
FITNESS
BENESSERE
E SPORT
ON STAGE
17/20
MAGGIO 2007
FIERA
E RIVIERA DI RIMINI
www.riminiwellness.com
RiminiWellness®
L'ENERGIA PRENDE CORPO
ORGANIZZATA DA:
RiminiFiera
business space
CON IL PATROCINIO DI:
emilia romagna
PROVINCIA DI RIMINI
Comune di Rimini