COPIA OMAGGIO

Sport comuni
Edizione Bondeno

Anno I - N° 4
Maggio 2007
Finito di stampare il 02/05/07
www.sportcomuni.it

il mensile sportivo del territorio

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

SPORT COMUNI ESPONE A RIMINI WELLNESS

Tiro a Segno · Pattinaggio Artistico · Pallavolo · Calcio a 5 · Ciclismo Turistico · Calcio

Tra il 17 e il 20 maggio prossimi sarà di scena il Rimini Wellness. Si tratta del più grande evento nazionale del settore per il numero di espositori e per il programma intensissimo di eventi connessi. Saranno organizzate ogni giorno numerosissime conferenze, dibattiti e soprattutto prove per verificare la bontà delle discipline e delle più rilevanti novità nel campo del fitness. Lo sport verrà trattato a 360 gradi, tramite l'intervento di eccezionali testimonial ed esperti.
Il gruppo editoriale Lumi, con la rivista "Sport Comuni" sarà presente con un proprio stand in una delle più importanti esposizioni nazionali di fitness. Verrà illustrato tale progetto editoriale, che è innovativo e… ambizioso. Riteniamo che anche un organo di comunicazione locale abbia bisogno di finestre ad ampio respiro, per offrire anche ai propri lettori informazioni, opportunità, ed utili indicazioni sulle novità del wellness e dello sport in generale.
Nella provincia di Ferrara siamo uno dei rarissimi espositori presenti a questa prestigiosa rassegna sul Wellness! Venite anche voi a trovarci utilizzando le riduzioni da noi distribuite.

Segue pag. 14 - 15

VOLONTARIATO, MOTORE DI TANTO SPORT!
Indispensabile, per le associazioni, il contributo disinteressato di migliaia di appassionati
Il fenomeno è molto radicato anche nel Bondenese

Tennis · Atletica · Squash · Basket · Hockey su Prato · Badminton · Tiro con l'arco · Nuoto · Bocce - Boccette · Scherma · Arti Marziali · Canoa

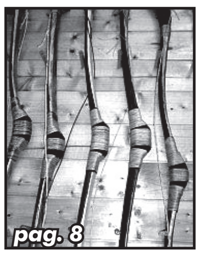
Cari lettori, il movimento sportivo Bondenese si basa prevalentemente sul volontariato. Per qualcuno – mi perdoni! - potrebbe sembrare una affermazione banale; tuttavia ritengo che sia uno degli aspetti da tenere costantemente in considerazione per gli effetti che produce nel settore.
Può infatti assumere innumerevoli sfaccettature. Pensiamo ad esempio alle tante persone che a diverso titolo operano nelle società dilettantistiche, senza pretendere compensi economici (al massimo si parla di rimborsi spesa…). In un mondo in cui ogni cosa ha un prezzo, credo che il volontario sia spinto in primis da un grande entusiasmo e dalla voglia di promuovere lo sport praticato in un passato (spesso neanche troppo remoto), svolto con successo o in modo altalenante. Potrei fare un lungo elenco per citare queste persone, ma avrei la certezza di dimenticare qualcuno… Ogni volontario si offre; durante le gare altrui si nutre con un panino o una bibita (se ne rimangono!): spesso lavora alla domenica o nei giorni di festa al freddo o al caldo torrido, sacrificandosi, durante le manifestazioni, in nome del divertimento degli altri, trasportando atleti, o allestendo banchetti, spogliatoi, mezzi… Ed è sempre sorridente! Donare disinteressatamente il proprio tempo e non solo (denaro, ma anche il resoconto di esperienze fatte, preziosi consigli tecnici e confortanti incoraggiamenti…) in nome del proprio sport e della crescita della propria società, associazione, circolo o club che sia, è un atto di indubbia nobiltà. Pensate ad esempio a chi (dai presidenti, agli allenatori, ai medici sportivi, ad alcuni genitori…) lo promuove trasmettendo importanti valori tra i più giovani. Rende così possibile una ulteriore positiva implicazione: tenere lontani dalla strada (e dai relativi pericoli) i propri iscritti. Non è questo un aspetto trascurabile, perchè lo Sport è una via (pulita ed autentica) per imparare le regole del vivere in società. E' preferibile avere un figlio che rischia di frequentare le brutte compagnie (con i relativi pericoli: droga, alcool, bullismo, microcriminalità…) o uno che, al contrario, è innamorato del proprio sport? Quali sono le conseguenze di questi due differenti modi di vivere? Nel primo caso la cronaca quotidiana parla da sola e non vi annoierò ulteriormente... Nel secondo, invece, nella peggiore delle situazioni, avremo comunque una persona matura, che con gli opportuni corsi e qualifiche potrà sempre insegnare la propria disciplina, andando così a rafforzare e porre nuova linfa nel contesto sportivo in cui opera. Se è vero che di sport difficilmente si vive (e chi scrive lo sa bene…), è anche vero che si tratta di una palestra di vita, ideale per sviluppare una personalità equilibrata e rispettosa del proprio avversario. Anche il campione e lo sportivo anziano di turno possono ovviamente avere una loro importanza, se sono modelli positivi da seguire...
E' per questo, quindi, che credo che anche figure "marginali" nella società sportiva possano essere importanti soprattutto per i più giovani. Prendete ad esempio il custode, o l'accompagnatore: sono chiamati a svolgere questo ruolo di vitale importanza. Dai loro comportamenti i più giovani possono imparare qualcosa e trarre importanti lezioni di vita.
Un altro aspetto da tenere in considerazione riguarda gli arbitri, o chi è preposto a dirigere certe gare sportive. Capita spesso la contestazione; il primo ad essere coinvolto è proprio chi è stato designato a giudicare l'andamento della gara! E' vero, a volte può sbagliare (ma chi è che non sbaglia mai?). Tutti, l'atleta più giovane e il più esperto, l'allenatore e l'accompagnatore hanno il dovere morale di rispettare questa figura indispensabile in ogni sport! Prima di criticare pensa che "poteva scegliere di andare al mare o per i fatti suoi, invece è sul campo a dirigere l'andamento della tua prova…", diceva un saggio allenatore…
Le organizzazioni sportive presenti sul territorio comunale hanno poi quasi sempre alcune figure trainanti, i leader del gruppo per intenderci. Gestiscono logistica ma soprattutto persone, risorse (poche, sempre meno…), contatti esterni con enti di promozione, oltre a seguire la parte amministrativa, che anche ultimamente ha subito numerose e sostanziali modifiche. Questa vitale figura (sia esso presidente, segretario o direttore sportivo) rischia ultimamente di venir sostituita dal burocrate (ma sempre e rigorosamente volontario) costretto a mantenere maniacalmente in regola tutta la parte amministrativa e contabile, tralasciando –ahinoi!- alcuni degli aspetti più strettamente legati alle gestione sportiva.
Parlando con numerosi sportivi del paese e vedendo da molti anni quanto accade anche in altre realtà sportive nazionali, sono arrivato alla conclusione che la figura del volontario puro stia diventando un po' rara. Tante persone che sono nel settore da molti anni notano che sempre meno giovani aiutano la associazioni sportive nello svolgimento delle attività. Come mai? Viene a mancare la motivazione? Nessuno si muove più solo a scopo disinteressato? In certi ambiti, poi, il volontario è stato ormai sostituito da tempo da una figura parzialmente retribuita, per incentivare anche i più giovani o i meno motivati. Pur non essendo queste autentiche figure di volontari, credo che tali soluzioni non siano un male a priori, perché si tratta di un modo per responsabilizzare e coinvolgere molti ragazzi. Anche in passato la storia dell'associazionismo sportivo di Bondeno si era basata su poche figure trainanti. Nel caso in cui uno di questi non fosse più disponibile (può succedere, le strade della vita sono imprevedibili…), l'intero movimento ne risente in negativo.
Il prossimo 2 e 3 giugno a Bondeno sarà protagonista la "Festa del Volontariato e dello Sport". Questo connubio vedrà molti operatori di entrambi i settori esporre il meglio del loro operato.
Ecco, nonostante le tante difficoltà, il paese ha molte forze vitali in ambito sportivo, anche grazie all'opera dei tanti volontari che si prestano a portare il loro grande o piccolo contributo come un dono personale. Il numero delle società/associazioni sportive sul territorio (una trentina secondo i dati dell'Ufficio sportivo del Comune di Bondeno) ci mostra una realtà ben radicata. Per questo credo fermamente che solo in contesti così dinamici, poteva dare buoni frutti la realizzazione del sogno di costituire un Comitato, i cui componenti sono tutte persone decise ad alzare la mano per promuovere disinteressatamente ed in prima persona lo Sport ed i suoi valori.

FRANCESCO LAZZARINI

Chi gioca alzi la mano

Baby goal

Fabrizio Poletti



L'arco

Fabio Zanelli

Coppa America

RiminiWellness

Daniele Bolognesi

Stefano Gamberini

Mario Piva

FANTASILANDIA

GRUPPO EDITORIALE LUMI
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

I Protagonisti

Comitato chi gioca alzi la mano

Concorso: LO SPORTIVO DI BONDENO 2007

1) Denominazione del concorso.
Il comitato "chi gioca alzi la mano – Bondeno" in collaborazione con il mensile "Sport Comuni" indice il concorso per l'elezione dello sportivo di Bondeno 2007.
2) Scelta del nominativo
La scelta del nominativo deve riguardare persone del comune di Bondeno che hanno dato lustro alla propria società di appartenenza, come dirigenti, allenatori, atleti, oppure che si spera potranno dare in futuro prestigio a se stessi e al nostro territorio.
Non si potranno votare le società.
3) Modalita' di voto:
A) attraverso sms allo 340/8283776 (massimo 3 messaggi) specificando il nome e cognome dello sportivo scelto.
B) attraverso e-mail all'indirizzo: segreteria@chigioca.It specificando nell'oggetto dell'email la denominazione "concorso" e indicando il nome e cognome del personaggio scelto (massimo 3 e-mail).
4) Periodo di votazione
Dal 1 al 15 maggio 2007.
5) Premiazione del vincitore
La premiazione avverrà nel corso della 2° edizione della fiera del volontariato e dello sport (2-3 giugno 2007).
6) Informativa per trattamento di dati personali comuni e sensibili
(Documento informativo ai sensi e per gli effetti di cui all'articolo 13, d.Lgs 30/06/2003 n.196)
In osservanza di quanto previsto dal d.Lgs 30/06/2003 n.196, Siamo a fornirle le dovute informazione in ordine alle finalità e modalità del trattamento dei suoi dati personali, nonché l'ambito di comunicazione e diffusione degli stessi, alla natura dei dati in nostro possesso e del loro conferimento.
Modalita' di trattamento:
Il trattamento sarà effettuato in forma manuale ad opera dei soggetti incaricati.
Ambito di comunicazione e diffusione
I suoi dati personali non saranno comunicati a terzi e non saranno oggetto di diffusione.

Tennis

Scelto il nuovo Consiglio direttivo per il Tennis Club

Riconfermati il Presidente e il Vice presidente

Il consiglio direttivo dell' A.S.D. Tennis Club Bondeno in data 19 aprile ha confermato come Presidente il Prof. Gianni Zampieri, il Vice Presidente è Daniele Boschetti e alla Segreteria e Tesoreria sono stati scelti Daniela Guandalini, Carlo Calzolari e Dugles Boccafogli.
Gli altri consiglieri sono: Patrizio Marsili, Alberto Costanzelli, Raffaele Muzzioli, Roberto Costa, Alberto Meloni, Ruggero Brancaleoni, Agostino Casari, Nino Formenti, Matteo Battaglioli e Claudio Cattabriga.
Il consiglio resterà in carica per il triennio 2007- 2009.
In data 20 aprile si è aperta l'attività amatoriale – agonistica del circolo.
Il primo appuntamento per gli amanti del tennis è per il 14 maggio con il torneo di doppio "giallo", nel quale le coppie vincenti vengono sorteggiate ad ogni turno.
Nell'ambito delle iniziative sportive a Bondeno, organizzate in collaborazione con il comitato "Chi gioca alzi la mano ", avrà luogo presso il campo coperto del centro sportivo "Bihac" una "12 ore di tennis" non appena sarà disponibile la nuova superficie sintetica.
A giugno tutti gli "over 35" amanti del tennis potranno partecipare all'annuale torneo presso il campo in terra rossa.
La nona edizione della "24 ore di tennis " è prevista per il 20 e 21 luglio.
Il "Memorial Gianfranco Poggioli" è il torneo che raccoglierà le migliori racchette di 4° categoria della regione , si disputerà dal 25 agosto al 1 settembre.
L'attività sul campo si concluderà con il torneo sociale ed il torneo di doppio nei mesi di settembre ed ottobre.

TESSERAMENTO:
Ordinario: € 40,00
Sostenitore: € 50,00
Under 18: € 25,00

QUOTA ORARIO CAMPO:
Soci: € 6,00
Non soci: € 8,00

BONDENO AD UN PASSO DALLA SALVEZZA...E DAI PLAY OFF

A cinque turni dal termine i biancazzurri vicini alla meta stagionale

La squadra in trasferta a Torino durante l'inizio di partita del 17-03-07

I matildei giocano bene in questo periodo, ma il cinismo delle grandi fa la differenza.
Il Gotha dell'hockey su prato nazionale fa tappa a Bondeno. In questo scorcio di stagione infatti il campo "Giatti" ha ospitato nell'ordine le capolista Suelli e Roma De Sisti Lighting (campione d'Italia in carica) e Lazio. Contro i sardi, hanno fatto poi capolino anche le telecamere della Rai per il consueto servizio settimanale sull'hockey su prato in onda sul canale sportivo satellitare. Lungo le arterie principali del capoluogo infine spuntano i cartelli indicatori "campo di hockey". Insomma, Bondeno respira aria di A1 per la prima volta dopo quarantaquattro anni d'attività. In attesa che anche l'impianto di gioco sito al centro sportivo Bihac riceva le risorse tecniche e materiali necessarie a garantire sempre livelli di gioco al di sopra dello standard minimo garantito, i matildei si godono la quinta posizione, a ridosso della zona play off, ad un passo ormai dall'obiettivo salvezza.
«Col Suelli abbiamo fatto una buonissima partita (2-2) – ha spiegato il presidente del club biancazzurro Daniele Bolognesi – anche se abbiamo sofferto un po' gli ultimi dieci minuti. Ci siamo ritrovati sotto di un gol dopo un corner corto, quindi abbiamo recuperato prima dell'intervallo sempre su angolo corto grazie a Kripak, poi nella ripresa siamo passati sul 2-1 su azione di Fedossenko: il Suelli ha attuato un pressing forte, ha pareggiato e noi abbiamo subito la loro azione negli ultimi 10 minuti ma, pur soffrendo, abbiamo fatto complessivamente una buona gara».
Pur privi di Alvisi e Fiocchi, il Bondeno ha affrontato pure i giallorossi della Roma campione d'Italia senza timori reverenziali. Due svarioni difensivi, gli unici del primo tempo sono costati così un parziale di 2-0, troppo per consentire un recupero rapido nella ripresa contro avversari tosti ed esperti. Sciupa troppo invece la squadra di Umberto Collina e Luigi Gavioli in fase offensiva e nella ripresa, il cinismo dei campioni, farà poi la differenza (3-0). «Abbiamo tenuto testa ai forti avversari – ha precisato l'allenatore biancazzurro Collina dagli spogliatoi – e giocato molto bene per quasi tutta la partita, creando tante occasioni da gol, ma non le abbiamo concluse. Loro, invece, tre azioni e tre reti. Qui sta la differenza. Ciò significa che noi possiamo giocare alla pari con tutte, ma siamo forse mancati d'esperienza. Poi, il portiere Pompili è stato straordinario: in caso contrario tre gol li avremmo fatti pure noi. Se poi calcoliamo che all'andata abbiamo perso 7-2...Nel primo tempo abbiamo tirato tre corti, loro nessuno; nella ripresa loro ne hanno tirati tre tra cui anche un gol mentre noi ne abbiamo effettuati due, di cui uno neppure partito dalla mazza». Il mese s'è chiuso col match di Coppa Italia (sedicesimi di finale in gara unica) giocato contro il Bologna (ex Pontevecchio), in un derby che ha proiettato i biancoazzurri a contendersi una fetta di salvezza anticipata contro la Lazio in campionato.

PROSSIMI TURNI DI CAMPIONATO

Sabato 5 maggio (ore 15).
5ª giornata di ritorno
Villafranca Verona - Bondeno
Sabato 12 maggio (ore 15).
6ª giornata di ritorno
Bondeno - Brà Cuneo
Sabato 19 maggio (ore 15).
7ª giornata di ritorno
Superba Genova - Bondeno
Domenica 3 giugno (ore 15).
8ª giornata di ritorno
Bondeno - Cus Torino
Sabato 9 giugno (ore 15).
9ª giornata di ritorno
Cernusco 2000 (MI) - Bondeno

Accedono ai play off scudetto le prime quattro squadre del girone che disputeranno così gli incroci di semifinale con andata e ritorno da disputarsi in casa della meglio classificata al termine della stagione regolare:
Sabato 16 giugno 2007 (ore 17,30)
Squadra prima classificata-squadra quarta classificata
Squadra seconda classificata-squadra terza classificata
Domenica 17 giugno 2007 (ore 10,30)
Squadra prima classificata-squadra quarta classificata
Squadra seconda classificata-squadra terza classificata
Le vincenti disputeranno poi la finale. La partita di andata in casa della peggio classificata al termine della stagione regolare.
Sabato 30 giugno 2007 (ore 18,30)
Andata
Sabato 7 luglio 2007 (ore 18,30)
Ritorno

Classifica Marcatori Hockey Club Bondeno
(dopo 12 giornate)

Fedossenko	7 reti
Coni	5 reti
Kripak	4 reti
Fiocchi	3 reti
Bartneuskj	2 reti
Pritoni	1 rete
Guidorzi	1 rete

IDENTIKIT

Nome: Flavio
Cognome: Ghisellini
Professione / studi: perito elettrotecnico
Sport praticato con successo: hockey su prato
Quanto tempo dedico al mio sport?: circa 15 ore la settimana
Cosa farò da grande?: lavorare per lo sviluppo dell'hockey su prato
Il mio sport preferito: hockey su prato a parte mi appassiona il motociclismo
I miei interessi extra sportivi: pesca e micologia
Il mio atleta preferito: Valentino Rossi
Il film preferito: Il gladiatore
Il mio genere di musica: quasi tutti i generi
Il mio cantante preferito: Jennifer Lopez
Il mio scrittore preferito: Stephen King
La mia vacanza ideale: sole, mare e tanto relax

NOTIZIE BREVI

Daniele Bolognesi membro della costituenda Lega Nazionale di hockey su prato

Prende sempre più corpo il disegno di una lega delle società di serie A nell'hockey su prato e al progetto collabora anche il presidente del Bondeno, Daniele Bolognesi. «La lega di serie A è già sorta – racconta il presidente –. Il nostro intendimento non è di essere contro la federazione, ma di collaborare con essa affinché possa curare gli interessi delle società che compongono i campionati a numero limitato. Noi abbiamo avuto da tutte le società una grossa adesione. Vorremmo fare qualcosa di costruttivo. Gettare le basi per lo statuto e per definire ulteriormente la collaborazione con la Federhockey che auspichiamo dia i frutti sperati».

"Ok Hockey"

in occasione della Giornata Nazionale dello Sport
Il team manager Luigi Gavioli ha confermato che anche l'Hockey Bondeno collaborerà al calendario di iniziative collegate alla Giornata Nazionale dello Sport in programma fra l'altro anche presso il campo "Giatti" del centro sportivo Bihac, nel primo week end di giugno. «Faremo di tutto per programmare una manifestazione di carattere promozionale per il sabato pomeriggio », ha dichiarato Gavioli, che in questi anni si sta adoperando molto per mantenere alto ovunque il vessillo dell'hockey su prato locale.

AUGUSTO PARESCHI

Kripak e Tassinari

Registrazione del tribunale di Ferrara n.1 del 03/01/2007 - Iscr. al ROC n. 15004
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: Augusto Pareschi, Carlo Costanzelli, Daniele Bolognesi, Elisa Buzzi, Emanuele Benetti, Federica Camurri, Gianni Carubia, Gino Alberghini, Giovanni Trevisani, Laura Rossi, Manuele Mazza, Margherita Poletti, Marinella Vannini, Paolo Pedarzani, Silvio Zucchi, Stefano Gamberini, Stefano Grechi, Valerio Vassalli, Vittorio Zucchi.
Un ringraziamento: Alberto Costanzelli, Alessandro Vassalli, Daniele Boschetti, Daniele Guandalini, Doriana Doria, Elisa Buzzi, Erika Poletti, Gino Alberghini, Fabio Zanelli, Il Maestro Mario Piva, Laura Cantelli, Lisa Bragaglia, Nino Formenti, Paolo Marchetti, Tiziana Castellani, Vanni Longatti, Vittorio Mistretta.
Per la tua pubblicità: spot@sportcomuni.it

questo giornale è stato stampato interamente su carta riciclata

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
Coni Comitato Provinciale Ferrara
Comitato Provinciale Ferrara CENTRO SPORTIVO ITALIANO

E'ARRIVATA UNA NUOVA EDIZIONE DEL BABY GOAL!

Dalla seconda di maggio si svolge il Torneo dedicato alle speranze del calcio nazionale

Parlare del "Torneo Nazionale BABY GOAL", che si effettua ogni anno, durante le ultime due settimane del mese di maggio presso i campi comunali di Bondeno, è sempre un piacere per numerosi motivi.

Baby Goal è sinonimo di attività all'aria aperta e di gusto nel praticare sport; inoltre gli interpreti principali sono ragazzi, ed il loro entusiasmo caratterizza l'intera manifestazione. Sono poi molto importanti i valori morali che vengono trasmessi da questa manifestazione ed i rapporti umani che si instaurano nel vivere insieme, anche se per un breve periodo. Tutto questo riempie di enorme orgoglio gli organizzatori, a maggior ragione ora, perché si scopre che se ne sente la necessità. Parlare di questo evento, senza sapere nulla della sua genesi, non rende appieno giustizia degli intenti morali –prima che sportivi- che caratterizzano questa manifestazione. Infatti la necessità di organizzare una ventina d'anni fa una "iniziativa" che incorporasse sia valori educativi, sia sportivi, ha fatto optare per un torneo di calcio riservato alle categorie giovanili più basse (allora bistrattate a favore di quelle più in voga nel periodo, quali allievi, giovanissimi o juniores), per impostare un discorso educativo, prima che sportivo, che in seguito si è rivelato importante. Così pure la stessa formula (un mix tra società dilettanti e professioniste) hanno contribuito ad allargarne gli orizzonti, ed attraverso il confronto con altre realtà a tendere a un miglioramento costante. Una cosa potrebbe apparire un po' stridente, considerato che i protagonisti sono ragazzi: questa manifestazione è caratterizzata da "memorial". La spiegazione è semplice: la società organizzatrice, ovvero la A.D.S. Bondenese calcio, da sempre e con sacrifici ha "investito" sui giovani. Anno dopo anno è diventata per questi una seconda famiglia. Purtroppo casi della vita portano a dolorose dipartite. Ma, quando si tratta di ragazzi giovani, che a causa di malattie o di incidenti stradali se ne vanno, tutto diventa ancora più doloroso, ed impossibile da sopportare. Ebbene questi ragazzi cui è dedicato il Torneo, hanno avuto una fine prematura (purtroppo non sono stati i soli), sono diventati un simbolo; perciò la A.S.D. Bondenese calcio, per onorarli e non dimenticarli ha dedicato loro questa manifestazione giovanile, per sentirli ancora e per sempre parte integrante di se stessa. Alle soglie della diciassettesima edizione del Torneo, si constata che ulteriori nuovi amici, provenienti dalle località più disparate vedono in questa manifestazione un banco di prova importante.

Squadra Esordienti della Bondenese

L'ubicazione geografica di Bondeno ha un po' aiutato in questi anni gli organizzatori a reclutare le compagini per le varie edizioni.

Infatti, le province di Modena, Bologna, Reggio Emilia, Mantova ed il Veneto, sono molto vicine. In effetti società per buona parte sempre diverse, si sono succedute, mettendosi alla prova e tornando a casa consapevoli di aver vissuto una bellissima –seppur concisa- esperienza.

Per ogni edizione i veri vincitori sono tutti i ragazzi (600 ogni anno), ovvero sono i partecipanti alla manifestazione. Il Fair Play regna incontrastato; i rapporti umani tra i ragazzi, ed i dirigenti delle varie squadre è improntato alla massima educazione. Anche i genitori, i tanto bistrattati genitori-tifosi, guardati con diffidenza nell'ambito sportivo, pur tifando in modo pittoresco e multiforme, contengono i loro sentimenti nel rispetto delle regole.

Riguardo all'edizione 2007, Il "BABY GOAL" apre, come sempre con la categoria pulcini (ragazzi di 10 anni), che nei giorni 17, 18, 19, 20 maggio si contenderanno il successo finale. Le compagini protagoniste sono Bondenese, Acli sl/sg., Gallo/Poggese, Invicta Copparo, Vigaranese, Monestirolo, Audax Cento, nella provincia di Ferrara; Villa Azzurra, Canalbianco, Borsea, Alto Polesine per la provincia di Rovigo; Casaleone in provincia di Verona; Sammarinese; Nuova Massese in provincia di Modena; Pontevecchio in provincia di Bologna. Boca Junior in provincia di Mantova.

La settimana successiva, vale a dire nei giorni 24, 25, 26, 27, entrano in scena gli esordienti (ragazzi di 12 anni). Le formazion partecipanti sono: A. C. Fiorentina (vincitrice della passata edizione), Atalanta Bergamasca Calcio, A.C. Chievo Vr, A.C. Mantova, F.C. Bologna, A.C. Cesena, Rimini Calcio e Spal.

Seguite da Bondenese, Francolino, S. Agostino, Audax Cento, Invicta Copparo, Pontelagoscuro per la Provincia di Ferrara; Santa Sofia, Borsea, Alto Polesine, per la provincia di Rovigo. Nuova Massese, per la provincia di Modena; Sermide, Boca Jr (vincitrice dell'anno scorso), per la provincia di Mantova; Casaleone per la provincia di Verona; Persiceto 85, Pontevecchio, Libertas Castel d' Argile per la provincia di Bologna.

Per finire è doveroso un ringraziamento all'Amministrazione Provinciale, al Comune di Bondeno, al Coni, alla F.I.G.C. settore giovanile e scolastico, e a tutti coloro che attraverso aiuti economici, o un lavoro disinteressato rendono attuabile questa importante manifestazione.

Squadra Pulcini della Bondenese

GIANNI CARUBIA

EVENTI SPORTIVI A SCORTICHINO

17° GRAN PREMIO FIERA DI SANT'EUROSIA "MEMORIAL GIANNI GOVONI"

A.S.D. Ciclistica di Scortichino con il patrocinio dell' assessorato allo sport del comune di Bondeno organizza una manifestazione ciclo amatoriale aperta agli enti udace e uisp.
La corsa ciclistica avrà luogo giovedì 17 maggio a Scortichino (FE). Costituita di tre parti, la manifestazione si apre alle 16:00 con la prima corsa e si chiude col terminare della terza alle 19:30 circa.
La corsa è diventata ormai una classica della zona. Anche se si svolge il giovedì pomeriggio, da sempre la partecipazione dei cicloamatori è di fatto elevata: nelle ultime manifestazioni si sono sfiorate le 200 presenze con corridori provenienti da tutta Emilia Romagna, Veneto, Lombardia e Toscana.
Alla manifestazione, che si svolge nel periodo della fiera paesana di Sant'Eurosia, è stata volutamente aggiunta la denominazione "MEMORIAL GIANNI GOVONI" a ricordo di un grande amico e un grande ciclista, che ha contribuito in modo fondamentale alla crescita e allo sviluppo dell'attività ciclistica nel paese. Purtroppo, nella domenica mattina del 29/09/2002 è scomparso durante un'escursione con la sua amata bicicletta in un tragico incidente stradale.
Con l'occasione vorremo ringraziare il figlio Claudio che sta continuando con tanta passione quanto fu iniziato dal padre.
Il circuito si snoderà nelle seguenti vie:
Partenza da Viale Passardi davanti alla chiesa, si prosegue per Via Argine Diversivo in direzione della frazione di Guattarella per poi svoltare e imboccare Via Guattarella e giungere all'incrocio con Via Provinciale. Si prosegue in direzione di Scortichino (normalmente in questo tratto avvengono tutte le fughe più importanti). Arrivati

a Scortichino si gira nuovamente in Viale Passardi per affrontare il tratto finale: 600 m di rettilineo (ideale per assistere a delle volate da togliere il fiato) con arrivo all'altezza della chiesa. Il Circuito descritto ha una lunghezza di 7,200 km ed è da ripetere varie volte secondo le categorie d'appartenenza.
Anche quest'anno, come nella scorsa edizione, a tutti gli iscritti sarà offerto un omaggio gastronomico.
PREMIAZIONE: da tanti anni è stato eliminato il classico prosciutto o la medaglia d'oro al primo classificato e pochi premi ai rimanenti, e abbiamo scelto di assegnare abbondanti pacchi gastronomici a tutti i classificati in base alla categoria d'appartenenza. I premi gastronomici sono gentilmente offerti dalle aziende del settore, sia locali che internazionali. Per i primi 3 classificati di ogni categoria ci sarà comunque un premio speciale a sorpresa. In tale modo saranno premiati ben 65 / 70 atleti, quasi un terzo dei partecipanti!
Per dare la possibilità a tutti gli atleti di portare a casa un ulteriore premio speciale, ci sarà anche un traguardo volante speciale gentilmente offerto da "Marchetti e Soffritti" rivendita di Acqua Minerale, Vini e Liquori di Scortichino dopo solo 2 Km dalla partenza.
Con l'occasione vorremo ringraziare tutte le aziende che hanno gentilmente contribuito alla realizzazione della manifestazione, il Comune di Bondeno con il patrocinio dell'assessorato allo sport nella persona del Ing. A. Fabbri, la Polizia Municipale, il Corpo dei Carabinieri, la cittadinanza di Scortichino.

SILVIO ZUCCHI

TORNEO DI CALCIO

Anche quest'anno è in programma il "Torneo di Scortichino", che partirà il 15 giugno e terminerà il 10 luglio, tutti i martedì e i venerdì. Gli organizzatori per la parte tecnico sportiva sono Cristiano Bolognesi e Massimiliano Gatti. Sedici saranno le squadre che parteciperanno, provenienti dalle province e dai paesi vicini. L'eliminazione è diretta. La regia della parte artistico – spettacolare è invece affidata, come di consueto, ad Ivano Manservisi. Restano però ancora top secret i nomi delle celebrità che verranno invitate al torneo.

FESTA DELLO SCUDETTO

E' stata organizzata per domenica 3 giugno la "Festa dello Scudetto", che si terrà presso il campo sportivo della frazione. Si tratta di una iniziativa volta a riunire in un'occasione ludico-culinaria i tifosi di calcio locali. L'intento è di riproporre l'iniziativa anche nei prossimi anni, per festeggiare la Regina della Serie A, qualunque sia la squadra vincitrice.
Per questo primo anno già fervono i preparativi. Infatti, con il titolo ormai definitivamente assegnato all'Inter, i tifosi nerazzurri locali si stanno già organizzando con striscioni e bandiere. L'Inter club di Mirandola ha già dato la propria adesione e porterà un grande striscione .già usato a San Siro. Per prenotazioni ed iscrizioni 380 4610840

II AUTOMOTORADUNO D'EPOCA E AUTOTUNNING

E' in programma per domenica 27 maggio il II Automotoraduno d'epoca e autotunning. Il ritrovo è previsto presso l'autoficina Carara in Via Provinciale alle ore nove. Verso le ore 10 è prevista la partenza per la Sfilata fino a Massa Finalese, per poi ritornare a Scortichino verso le ore 13,00, dove con un ricco menù pieno di genuine prelibatezze aspetterà i tantissimi partecipanti previsti. L'idea del motoraduno è partita l'anno scorso da Giancarlo e Jimmy Carara, che visto il successo della prima edizione (oltre ottanta sono state le auto e le moto d'epoca coinvolte) hanno allargato l'organizzazione anche grazie all'aggiunta degli sponsor Officine Pritoni e Miguel Zifar.

Atletica

A.S.D. ATLETICA BONDENO

SEMPRE MEGLIO I GIOVANI ATLETI DELLA SOCIETÀ!

Dopo i buoni risultati ottenuti nelle gare di cross e nelle indoor Provinciali segnalo alcuni risultai ottenuti ultimamente.
COMACCHIO - TORNEO DEL DELTA- IV MEETING DEI TREPONTI 14/04/07
Nella categoria esordienti Lotti Beatrice 4^ nei mt.60 con 12"63, Riccobene Lucrezia 3^ nei mt.60 con 12"49, Lotti Matilde 1^ nei mt.600 con 2'28"67, Filocamo Sergio 2° nei mt. 60 con 10"52 e Marini Giorgio 3° nei mt. 60 con 11"06.
Nella categoria cadetti/e Di Bella Giulia 5^ nei mt. 2000 con 7'54"00, Vassalli Emanuele 4° nel lancio del giavellotto con 23,98mt. e Pasquali Andrea 2° nei mt.2000 con 6'23"09.
Nella categoria junior Zapparoli Alessia 1^ nei 5km di marcia con 25'53"16.
CENTO – GARE PROVINCIALI DI PRIMAVERA 18/04/07
Nella categoria esordienti Lotti Beatrice 9^ nel vortex con 4,77 e 8^ nei mt.60 con 11"90, Riccobene Lucrezia 8^ nel vortex con 7,72mt. e 9^ nei mt.60 con 12"40, El Koua Loubna 7^ nel vortex con 11,60mt. e 5^ nei mt.60 con 10"90, Lotti Matilde 4^ nel vortex con 18,36mt. e 7^ nei mt.60 con 11"00.
Nella categoria ragazzi/e El Koua Fatima 4^ nel vortex con 15,60mt. e 3^ nel peso da 2kg con 5,75mt., Pagnoni Linda 3^ nel vortex con 17,45mt. e 4^ nel peso con 5,34mt., Balbo Carlotta 1^ nel vortex con 36,45mt. e 1^ nel peso con 9,12mt., Cavallari Beatrice 2^ nel vortex con 24,85mt. e 2^ nel peso con 8,92mt., Iorio Francesco 2° nel vortex con 23,74mt. e 2° nel peso con 6,80mt.
Nella categoria cadetti Masi Marco 1° nel giavellotto con 26,32mt. e 1° nel peso da 4kg con 10,56 , Vassalli Emanuele 2° nel giavellotto con 24,33mt. e 2° nel peso con 8,57mt.
INVITO VALIDO PER TUTTI I RAGAZZI DI BONDENO!!!
VENITE A TROVARCI AL CENTRO SPORTIVO BIHAC!!!
PROVATE LE VARIE DISCIPLINE DELL'ATLETICA CHE PIU' VI ATTIRANO!!! (DAI 9 AI 16 ANNI)
VENITE A DIVERTIRVI CON LA NOSTRA "ATTIVITA' MOTORIA"!!! (DAI 6 AI 9 ANNI)
LUNEDI' – MERCOLEDI' – VENERDI' : DALLE 17,30 ALLE 19,30 CON ORARI VARIABILI IN FUNZIONE DELLE STAGIONI.

VASSALLI VALERIO

PREGHIERA E TEATRO PER CELEBRARE LA PASSIONE DI CRISTO

L'impegno dell'intera Parrocchia, compresi i giovanissimi, premiato da un lungo applauso

Alcuni dei protagonisti

La Via Crucis è una preghiera in cui si rievocano le ultime tappe del cammino terreno di Gesù Cristo, fino alla sua morte e Resurrezione. Nella Parrocchia di Bondeno ha avuto luogo, come di consueto, la sera del Venerdì Santo, ma non si è trattato di una semplice processione di fedeli che dal Duomo sono arrivati sino a S. Giovanni: ad impreziosire la celebrazione è stata la rappresentazione teatrale di tre momenti topici della Passione, ovvero l'Ultima Cena, il processo di Pilato e la crocifissione. Il primo è stato inscenato nella Chiesa Parrocchiale, il secondo nel cortile interno della canonica e l'ultimo nella chiesa di S. Giovanni. Giunto ormai alla terza edizione, lo spettacolo si è sempre rinnovato nel tempo: novità di quest'anno è stata la suggestiva scena della Resurrezione, che ha strappato applausi a scena aperta a tutto il pubblico presente. Un successo per il tutta la collettività; il gruppo, entusiasta, ha voluto prima di tutto ricordare la valenza religiosa di tale evento, che non dobbiamo percepire come una semplice recita ma come un colorato ed innovativo modo di pregare. È da sottolineare inoltre il ruolo che i moltissimi giovani hanno ricoperto nella piena riuscita dello spettacolo. Sotto la guida di persone più "esperte", ragazze e ragazzi di ogni età hanno preso seriamente l'impegno andando a comporre la stragrande maggioranza del cast. Questo fatto dimostra come anche nella nostra piccola realtà esistano giovani capaci e responsabili.

CARLO COSTANZELLI

L'ultima cena

La crocefissione

La sepoltura

Sport comuni

Calciatore professionista

UNA CARRIERA INVIDIABILE

Fabrizio Poletti ha giocato per numerosi anni in serie A

Uno dei calciatori più rappresentativi del mondo calcistico locale è sicuramente Fabrizio Poletti. Alto circa un metro e settanta, e fisicamente dotato, era molto abile nei duelli con gli avversari. Nato e cresciuto a Gavello, fin da bambino ha giocato a calcio con gli altri coetanei della frazione. "Aveva qualcosa in più rispetto a tutti noi", ricorda Giovanni Trevisani, uno dei suoi amici d'infanzia. Nelle classiche partitelle tra ragazzi si verificava un "gioco totale", con tutta la squadra in attacco e all'occorrenza in difesa. Durante la sua lunga carriera calcistica si è specializzato nel ruolo di terzino destro fluidificante, con "il vizio del gol".

Con gli anni la passione per il calcio ha coinvolto Poletti, tanto che ha iniziato a giocare prima con la Gavellese, poi con la Bondenese. Proprio da questa squadra venne acquistato dal Torino nel anni '60. Iniziò così la carriera professionale vera e propria. Venne convocato numerose volte in Nazionale, ed anche per i mondiali del 1970 in Messico.

Giocò la ormai mitica partita Italia Germania 4-3, dove sostituì Rosati nei tempi supplementari.

Compare negli album di figurine della seconda metà degli anni Sessanta e i primissimi anni Settanta.

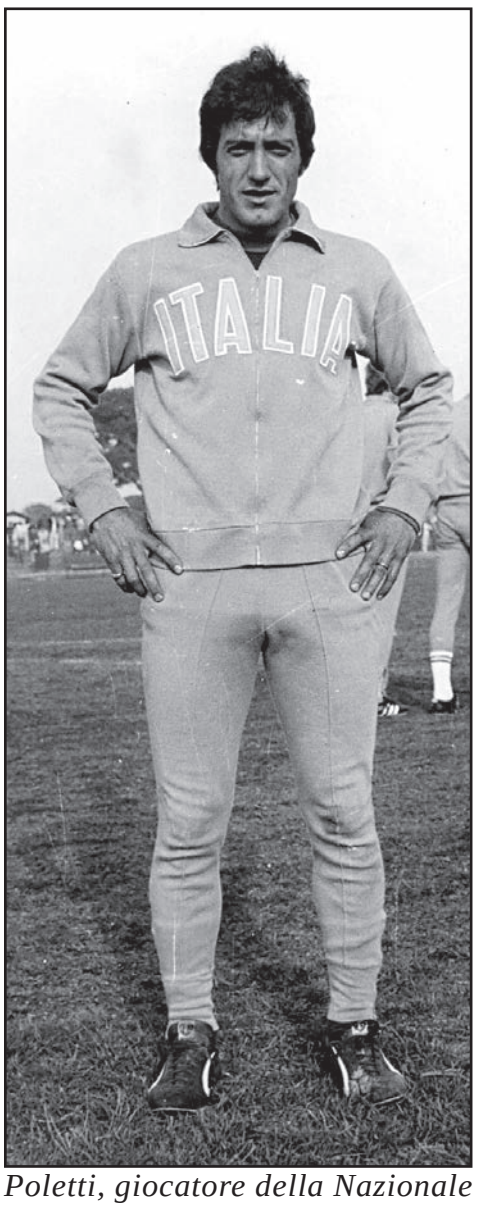
Nel complesso ha giocato dieci stagioni con la maglia del Torino, due anni con il Cagliari e l'ultima stagione con la Sampdoria.

Per un periodo ha anche allenato la Gavellese, portando la tecnica e la classe ai giocatori della sua prima squadra.

Vive ora in Sud America. Qualche volta ritorna nella sua Gavello per ritrovare i parenti e gli amici di una volta.

Nazionale italiana metà anni '60. In piedi da Sinistra: Albertosi; Facchetti; Salvadore; Rosato; Rivera; Pascutti. Da sinistra accosciati: Poletti; Mora; Fogli; Bulgarelli; Mazzola.

Torino



Poletti, giocatore della Nazionale

Stag.	Squadra	Serie	Pres.	Gol	TERZINO DESTRO
—	—	—	—	—	[illegible]
—	—	—	—	—	[illegible]
—	—	—	—	—	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
1958-59	TORINO	A	—	—	[illegible]
1961-62	ASTI	B	34	5	[illegible]
1962-63	TORINO	A	[illegible]	—	[illegible]
1963-64	TORINO	A	23	1	[illegible]
1964-65	TORINO	A	32	[illegible]	[illegible]
1965-66	TORINO	A	30	4	[illegible]
1966-67	TORINO	A	13	—	[illegible]
1967-68	TORINO	A	22	5	[illegible]
1968-69	TORINO	A	32	3	[illegible]

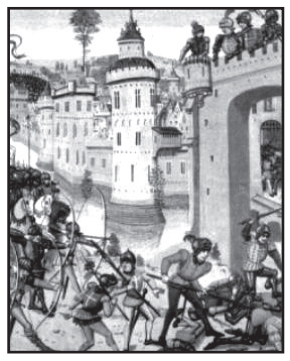
Album Panini
"Le grandi raccolte per la gioventù"

il CENTONE
Per la tua pubblicità o per avere maggiori informazioni su "Il Centone" telefona al n. 0532 894142

UN'ARMA MILLENARIA: L'ARCO

Una breve sintesi della sua storia

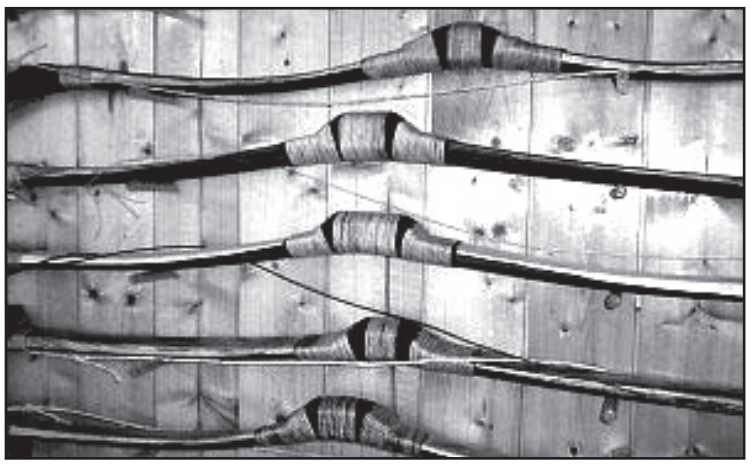
Già almeno venticinquemila anni fa, in piena preistoria, l'uomo ha impiegato questa arma. E' per questo difficile cercare di riassumere in una pagina la sua lunga ed affascinante storia. Si può comprendere dalle raffigurazioni preistoriche quanto l'arco sia stato ritenuto importante dai nostri progenitori: come il fuoco (e successivamente l'impiego della ruota), infatti, si può annoverare come uno degli strumenti più importanti inventati in origine dall'uomo e che gli hanno permesso di prevalere sugli animali. Non a caso era conosciuto e impiegato in ogni parte del mondo. Serviva essenzialmente per procacciare carne, per difendersi dalle fiere feroci e dagli altri gruppi di uomini. La sua origine resta oscura: non sappiamo infatti con certezza come nacque e neppure nulla dei suoi iniziali sviluppi. Una delle teorie che generalmente vengono accettate sostiene che dopo aver imparato a lanciare il giavellotto, l'uomo abbia cercato un modo per imprimergli una maggiore forza. Trova perciò nell'arco una modalità per lanciare la freccia-giavellotto con maggiore potenza.



Per i nostri avi la sua importanza è "scritta" nelle caverne in cui sono stati rinvenuti i graffiti: da tali raffigurazioni si può infatti comprendere come l'uomo nella preistoria vedesse nell'arco addirittura uno dei simboli religiosi. Questo aspetto è visibile anche adesso in alcune cerimonie di indiani d'America e di tribù messicane.

Come afferma M. L. Klann l'arco è stata l'arma più importante in guerra fino alla scoperta della polvere da sparo. A sostegno di tale affermazione è sufficiente ricordare che si possono trovare dei suoi riferimenti nella Bibbia (che indica per esempio come esperti arcieri popoli Babilonesi, Assiri, Egizi, Persiani e Israeliti), ed anche nella mitologia greco romana.

L'uomo ha impiegato l'arco sia come arma di difesa dai suoi predatori che come potente strumento di offesa. E' emblematico il suo impiego nella storia medievale inglese. In circa cento anni tra l'850 e il 950 i vichinghi invasero l'Inghilterra, devastando gli eserciti dei difensori dal mare, lanciando nuvole di frecce fittissime sui nemici e generando una prevedibile strage di difensori. Cosa analoga capitò nel 1066 nella battaglia di Hustings: fecero finta di ritirarsi per attirare allo scoperto i nemici per poi successivamente sorprenderli in campo scoperto. L'esito – neanche a dirlo- fu favorevole ai vichinghi. Successivamente gli inglesi fecero tesoro delle lezioni impartite loro dai popoli del mare, così che durante la guerra dei Cent'anni impiegarono le loro stesse strategie militari per sconfiggere i francesi. Nel 1252 l'Inghilterra adottò l'arco come arma nazionale. Nel 1588 venne soppiantato dalla polvere da sparo e dalle armi da fuoco.



Archi antichi

E' per questo che in Inghilterra la sua evoluzione è piuttosto interessante: è infatti li che si è sviluppato l'arco lungo, definito da M.L. Klann come il più famoso del mondo. Il suo precursore è l'arco gallese, che era più corto e più pesante. Caratteristica della versione inglese è la sua lunghezza, che raggiunge i tre metri, fatto esclusivamente con legno di tasso. Nel 1545 Roger Asham scrisse il primo trattato sull'arceria: si tratta del Toxophilus, che tanto venne ammirato da Enrico VIII, che lo nominò istruttore di corte, conferendogli pure una pensione a vita, mentre deliberò esercitazioni per gli uomini dai 7 ai 60 anni di tiro da una distanza di almeno 200 iarde.

Anche recentemente sono stati impiegati corpi di arcieri dalle forze armate americane ed inglesi.

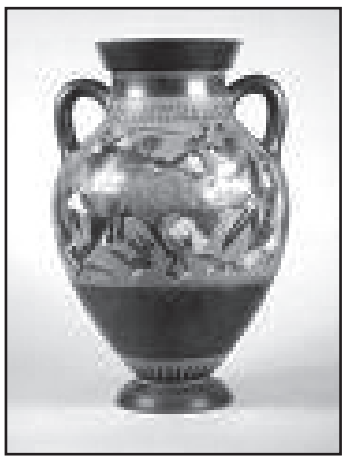
PIPPO GUTENBERG

L'ARCO NELLA CULTURA GRECA

DUE MEMORABILI ESEMPI

Arco lungo

Anche nella cultura greca viene spesso utilizzato l'arco. Vorremmo proporvi due esempi, uno proveniente dalla mitologia ed uno dalla letteratura omerica. Per quanto rigurada il primo esempio, pensiamo alla raffigurazione del bambino alato, ovvero il dio dell'Amore Cupido, che con i suoi dardi "avvelenati"... riesce a far innamorare le sue vittime. Apollo invece è il dio degli arcieri (della divinazione, oltre ad essere colui che con un carro trainato da due possenti buoi porta il Sole a illuminare la terra). Ovvia, quindi, la rivalità tra due divinità. Il mito, ci racconta una storia curiosa: (forse per invidia?) Apollo fece infuriare Cupido definendolo come un bambino giocava con un'arma da grandi. La risposta non si fece aspettare: quest'ultimo colpì Apollo con il dardo d'oro, facendolo innamorare della ninfa Dafne, mentre lei venne punta da una freccia in piombo, che le fece odiare il suo spasimante. Il risultato fu perciò tragico: lei interiorizzò così tanto rancore per il suo divino pretendente da trasformarsi in un albero di alloro, mentre Apollo soffriva le pene dell'amore. Successivamente, egli appese il suo arco tra i rami della pianta, come ultimo tributo all'amore perduto.



Vaso greco raffigurante scene con arco

Per quanto riguarda la letteratura greca, l'arco è spesso menzionato. Prendiamo ad esempio l'Iliade e l'Odissea, le opere letterarie simbolo della cultura omerica. Uno dei passi più belli, avvincenti ed allo stesso tempo tragici, riguarda il ritorno di Ulisse nella sua amata Itaca, dopo oltre venti anni di assenza. Convinti delle morte dell'eroe, da dieci anni i Proci (nobili pretendenti al trono dell'isola) aspirano al potere, mentre con innumerevoli espedienti la fedele moglie di Ulisse, Penelope, riesce a respingerli, fino all'atto conclusivo: viene scoperto il suo ingegnoso sotterfugio (tesseva il corredo nuziale di giorno, mentre di notte lo disfaceva) e viene così indetta una gara di tiro con l'arco. I partecipanti per vincere ed assicurarsi come sposa Penelope - e soprattutto il potere a Itaca - devono far passare la freccia attorno a tanti anelli in ferro, allineati e posti ad una certa distanza l'uno dall'altro nella sala del trono del palazzo. L'arma che dovranno utilizzare è nientemeno che l'arco di Ulisse da giovane. Nessuno dei Proci è in grado di caricarvi la freccia. Si fa così largo un forestiero, travestito da mendicante, che chiede di provare: viene preso a sberleffi e insulti da parte dei già nervosi Proci. Tuttavia riesce a provare. Carica la freccia con estrema facilità, colpendo regolarmente il bersaglio, tra lo stupore di tutti. La seconda freccia colpisce uno dei Proci, poi una terza ed una quarta. Inizia la vendetta di Ulisse, che assistito da pochi servi fedeli riesce a rendere giustizia alla moglie, facendo strage dei suoi nemici.

Vaso greco raffigurante scene con arco

Rappresentazione greca di Cupido

Sport comuni
edizione bondeno

Calcio a 5

PONTE RODONI

Un anno di soddisfazioni e di numeri importanti

Vincendo contro i Real Boys venerdì 27 la squadra di Mr. Formigoni ha potuto festeggiare, al Palacinghiale, la vittoria del girone A del campionato provinciale u.i.s.p. con una giornata di anticipo sul termine del campionato.
Più di 140 reti segnate, meno di 60 quelle subite, 21 partite utili su 23 disputate, 57 punti su 69 disponibili. Miglior attacco e miglior difesa del campionato.
Sono i numeri di una squadra che, malgrado un avversario ostico come la pizzeria Condor, ha mantenuto costante impegno e rendimento per tutto il campionato.
E' nata quasi per scherzo, in una delle tante chiacchierate fatte dopo la sagra del cinghiale, l'idea di creare una squadra che potesse essere propedeutica alla C2.
La base tecnica di Ponte Rodoni era ideale allo scopo e il "gruppetto storico" aveva subito approvato l'idea. Bisognava solo completare la rosa. Marcello, Giorgio, Mirko e Marcello, pur bravi, capaci e sempre disponibili, avevano bisogno di gambe più giovani per correre dietro a gente con dieci anni in meno per 1450 minuti. L'altro Marcello peggio ancora.....
Passando la voce ad amici, conoscenti e addetti ai lavori abbiamo presto trovato gli elementi necessari. Formenti, Zanchetta, Aleotti e Marini i primi a rendersi disponibili, Mattioli, Minarelli, Luca Campini e Costanzelli durante il campionato.
Ci mancavano ancora l'allenatore e un portiere che potesse aiutare il buon Lorenzo, senatore della squadra.
Sembravano li apposta, Pluc e Galiot, buon allenatore uno, eclettico giocatore che si è reinventato portiere di successo l'altro. Doveva essere un passatempo, poi la preparazione fatta assieme alla C2 ha messo le ali alla squadra. Sono arrivati i gol, le prime vittorie non proprio scontate, la coppa di lega durante l'inverno, ma non c'era nessun obiettivo particolare.
Gli scontri diretti, vinti con autorità, in casa col Condor e trasferta col Galliera 2000 sono stati il primo segnale delle potenzialità di questa squadra.

La squadra vincitrice

Le numerose reti di Rossi e Gatti hanno avuto una certa importanza, non di meno quelle di Campini, Formenti, Minarelli e Mattioli.
Le prodezze del pirotecnico Aleotti, sempre più autoritario tra i pali, senza la protezione di Galliera, Bergamini, Zanchetta e Marini in difesa sarebbero state sicuramente più difficili, come quelle di Lorenzo Minarelli nella partita cruciale col Chiesanuova.
Mr. Formigoni, ottimo interprete del ruolo assegnatogli, ha gestito al meglio le potenzialità del gruppo che aveva a disposizione, esaltando le caratteristiche del singolo e del collettivo, riuscendo ad integrare elementi di età ed esperienze sportive differenti traendo il massimo risultato in ogni partita.
Ora non rimane che festeggiare questo inaspettato e meritatissimo traguardo, pensando alle bellissime partite disputate, al gusto della vittoria che rete dopo rete, punto dopo punto si è radicato nella squadra tenendola unita, seria e concentrata fino all'ultimo.
Un grazie sincero e grandissimo ai giocatori e a tutti coloro che hanno collaborato, a Mr. Andrea Formigoni, a Manuele Mazza, discreto e prezioso consigliere, alla Sagra e a i suoi volontari e all'amico Paolo del Mosquito che ha creduto in noi dal primo minuto.

STEFANO GRECHI

Pallavolo

Qui Agonistica Volley

Continuano i Campionati di Federazione per gli atleti dell' Agonistica Volley Bondeno

Una azione durante un torneo estivo

I Campionati di serie Prima e Seconda Divisione sono quasi giunti al termine, ma le partite importanti, quelle utili per determinare la posizione in classifica sono ancora da disputare, così la tensione rimane alta sino alla metà di maggio quando si concluderanno definitivamente le gare.
Le ragazze della Categoria Under 16 stanno affrontando il Torneo Città di Ferrara che le vede coinvolte sino a giugno.
Ma la bella stagione ed il caldo improvviso di questi giorni proiettano gli atleti della società, sulla sabbia del Campo di Beach Volley, dove avranno l'opportunità di proseguire nel corso dell'estate le proprie attività di allenamento e dove disputeranno i tanto attesi Campionati societari e tornei Provinciali di Beach Volley under 16, under 19, under 21 e Open.
Ma tante altre sono le iniziative in programma per l'estate 2007.
Appuntamento di giugno, il primo ad aprire la stagione degli eventi, è il Torneo tra Bar, un'entusiasmante sfida di Beach Volley in versione amatoriale ma ufficializzata dalla Federazione che vede protagonisti le squadre dei Bar di Bondeno, una valida occasione di incontro, agonismo quanto basta, ma soprattutto serate all'insegna del divertimento e della voglia di stare insieme.
In calendario sono altresì previsti Tornei di Beach Tennis.
Il Campo di Beach Volley e Beach Tennis si trova in Via dei Mille (Parco Scuola Elementare) e sarà aperto tutti i giorni da maggio a settembre previa prenotazione.

Il campo da Beachvolley di giorno

Informazioni e prenotazioni
Cell. 347 - 7739720
Queste le gare di maggio nella palestra piccola di Via Manzoni:
Prima divisione maschile 10 maggio h 21,30
Seconda divisione femminile 12 maggio h 16,00
Under 16 venerdì 18 maggio h 20

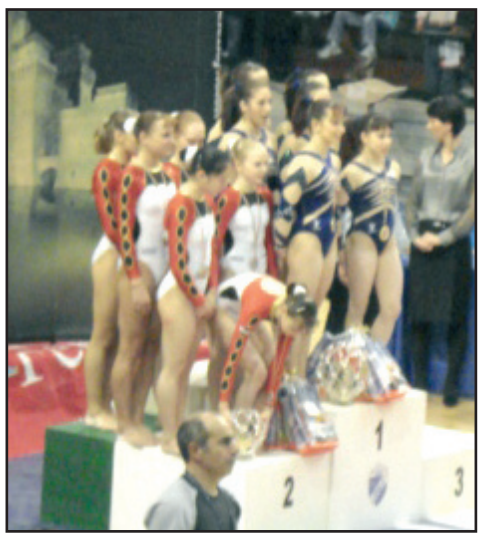
Calcio

LA GAVELLESE NON MOLLA MAI!!!

E' terminato il campionato di Seconda categoria con una vittoria, che non ha cambiato le sorti della già condannata Gavellese. Niente da fare. La squadra ha avuto un po' di sfortuna, facendosi recuperare in ben tre partite nientemeno che...al 94!
L'anno prossimo ripartirà quindi dalla terza categoria. Nella lunga storia di questa società le promozioni si alternano alle retrocessioni. Obiettivo già dichiarato dal presidente Giovanni Trevisani sarà la promozione diretta. L'organico, infatti, è giovane e molto promettente. Con una campagna acquisti mirata, sarà così possibile inserire i rinforzi adeguati per il raggiungimento dell'obiettivo, anche perché: LA GAVELLESE NON MOLLA MAI!

VANESSA INFIAMMA FERRARA IN ITALIA – GERMANIA

In preparazione dei campionati europei, la Ginnastica artistica ritorna al Palazzetto per una gara internazionale



Il podio "senior"

Giovedì 5 aprile al Palasport di Ferrara si è svolta una gara amichevole di ginnastica artistica tra le nazionali femminili di Italia e Germania. Star della serata: Vanessa Ferrari, reduce dalle vittorie ai campionati mondiali di circa un mese fa. Da segnalare nella cerimonia di apertura la splendida coreografia composta da atleti della Palestra Ginnastica Ferrara. Il pubblico, in cui si notava la presenza di moltissimi bambini, è stato molto caloroso, tanto che in alcuni momenti si sentiva un tifo quasi da stadio. Quattro le specialità su cui si basava il confronto: il volteggio, la trave, il corpo libero e le parallele. Due le categorie: juniores e seniores. Le evoluzioni ed i salti sono stati degni di un grande spettacolo di sport. In tribuna stampa ho conosciuto Folco Donati, presidente della Brixia, la società con cui gareggia Vanessa Ferrari. Da quattro anni le sue atlete vincono scudetti (quest'anno sarà il quinto…), oltre ai successi internazionali provenienti dalle sue atlete di punta. Tre le convocate in nazionale per la gara: due senior la Ferrari (che ha vinto la gara) e l'infortunata Silvia Zanolo mentre tra le juniores Paola Galante, che ha disputato un'ottima prestazione, ed anche lei è giunta sul podio. Veniamo poi a sapere che le atlete sono giovanissime: infatti la più "vecchia" ha meno di ventitre anni e l'anno prossimo si ritirerà dall'attività agonistica, dedicandosi tuttavia all'insegnamento della ginnastica artistica. Due sono gli allenamenti che le ginnaste svolgono ogni giorno. Per dedicarvisi con maggiore impegno le atlete sono iscritte in una scuola privata, vicina alla palestra dove si allenano (nel bresciano). Parlando poi del campionato del mondo, il presidente racconta che Vanessa "non era proprio in forma", come del resto neppure durante la gara di Ferrara, che è stato poi l'ultimo impegno ufficiale prima dei campionati europei, dove ha vinto altre due medaglie d'oro. In società Vanessa è definita come un "cannibale", perché (testuali parole del presidente) "vuole vincere tutte le gare in cui partecipa e non si arrende mai". La sua concentrazione è sempre altissima, nonostante una rarissima indecisione nell'atterraggio durante la gara del volteggio. Tuttavia non ha sbagliato nulla nelle parallele e nel corpo libero, regalando agli spettatori del Palazzetto enormi emozioni. La rappresentativa italiana ha poi vinto l'incontro sia nella categoria juniores che in quella senior.

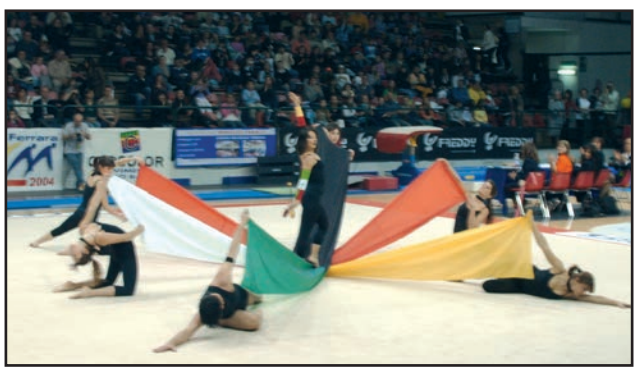
La rappresentativa italiana senior

Anche in questa occasione l'organizzazione diretta dalla Palestra Ginnastica Ferrara ha dato prova di essere in grado di ospitare nel migliore dei modi importanti eventi sportivi.

Vanessa Ferrari

FRANCESCO LAZZARINI

Una prova di corpo libero



Un momento della cerimonia di apertura

-CONSULENZE PER MUTUI BANCARI PERSONALIZZATI PER L'ACQUISTO DELLA VOSTRA CASA
-ACQUISTO DIRETTO DA IMPRESA

OSPITALE DI BONDENO
IN FASE DI ULTIMAZIONE OTTIME SOLUZIONI ABITATIVE
ANCHE CON INGRESSO INDIPENDENTE
E SCOPERTO DI PROPRIETA' CON 1-2 LETTO.
DA EURO 90.000,00

SCORTICHINO VICINANZE BONDENO
OTTIMI APPARTAMENTI DI NUOVA COSTRUZIONE
E IN PRONTA CONSEGNA.
SONO POSSIBILI DIVERSE SOLUZIONI ABITATIVE.
UTENZE AUTONOME.
OTTIME RIFINITURE.
DA EURO 96.000,00

SERVIZI IMMOBILIARI
e-mail: immobil3@email.it
Casumaro - Via per Ferrara, 171 - Tel. e Fax: 051 6849992 - Cell. 348 8552986 - 339 1198691

Immobil 3

Sport comuni
edizione ferrara

Gare promozionali

VII Torneo del Delta

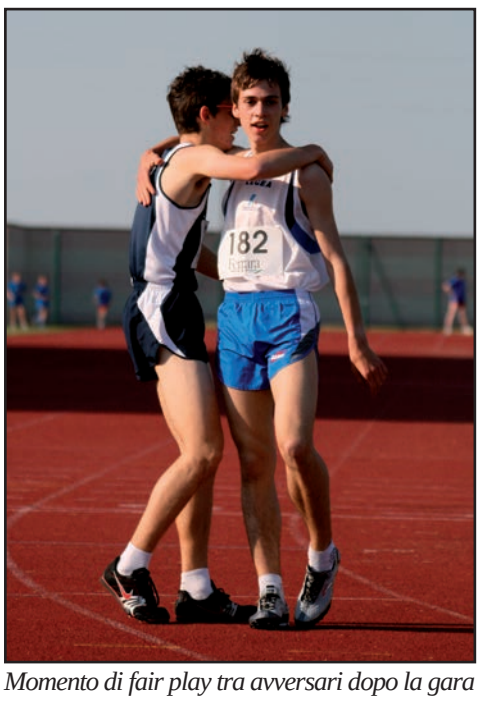
All'insegna del sano divertimento agonistico

Tra giovedì 12 e domenica 15 aprile si è svolta la settima edizione del Trofeo del Delta. Si tratta di una gara internazionale, che ha visto coinvolti ragazzi provenienti da Croazia, Slovenia, Germania e Francia, oltre a molte società sportive della provincia di Ferrara e di quelle vicine. Numerose sono state le discipline in cui i giovani atleti si sono cimentati, dal calcio, alla pallavolo, al basket, all'atletica leggera, al tiro con l'arco ed alla canoa.

La presentazione delle squadre

L'iniziativa è stata organizzata dai dieci comuni del Delta del Po, dall'Associazione Intercomunale "Pro Delta del Po", dal Comitato Provinciale della FIDAL per le gare svoltesi nel camposcuola di Comacchio, oltre alle società sportive locali dei dieci comuni interessati e dai Medici sportivi di Ferrara, che hanno organizzato il giorno d'apertura della manifestazione hanno organizzato il convegno "Un po' di muscolo", in cui si è parlato di sport ed al termine sono state presentate le rappresentative straniere. Come ci ha raccontato il vice Presidente dell'Associazione Intercomunale "Pro Delta del Po" Doriana Doria, le gare si sono svolte tra venerdì e sabato, mentre alla domenica sono state effettuate le premiazioni e ad una maxi festa finale, che ha coinvolto tutti gli atleti partecipanti. La madrina d'eccezione è stata la pallavolista Patrizia Prati. Anche Sky Sport era presente alla manifestazione, e ne ha trasmessa una sintesi.

Salto in alto



Momento di fair play tra avversari dopo la gara

Salto in lungo

FRANCESCO LAZZARINI

TROFEO CARIFE

Il Basket Ferrara incontra le scuole superiori per parlare di alcolismo e bullismo

Il Basket Club Ferrara ha organizzato il V Trofeo Carife, un torneo di pallacanestro che ha coinvolto nove istituti superiori della provincia: il Liceo Ginnasio Ariosto di Ferrara, l'Istituto Falcone e Borsellino, il Liceo scientifico Roiti, il Liceo Ginnasio Cevolani di Cento, l'Istituto Monti, l'Isituto Aleotti, il Don Minzoni di Argenta, l'Istituto Carducci, l'Istituto Copernico, l'Istituto Monaco di Codigoro. Hanno collaborato alla realizzazione di questa importante iniziativa il Comune di Ferrara, la Provincia, la Prefettura, l'Ufficio Scolastico Provinciale e in qualità di sponsor la Cassa di Risparmio di Ferrara. Per il secondo anno consecutivo hanno poi partecipato come partner anche le Farmacie Comunali di Ferrara. Passando all'aspetto agonistico, la novità di questa quinta edizione riguarda il primo torneo femminile, con la collaborazione della Bonfiglioli Ferrara Basket, che ha selezionato due formazioni femminili, tra le ragazze del Roiti, le studentesse di Liceo Ariosto, dell' Istituto Einaudi, del Marco Polo e del Carducci.

I ragazzi dell'Aleotti con uno dei giocatori del Basket Club

Domenica 14 aprile presso il Palazzetto dello Sport di Ferrara si sono svolte le finali del torneo, che ha visto la vittoria del Liceo Ariosto sul Copernico per 65 a 59, mentre nella categoria femminile ha vinto il Liceo Scientifico Roiti sull'Ariosto per 28 a 24. Le premiazioni si sono svolte durante l'intervallo della partita del Basket Ferrara contro Junior Casale.

Al momento di confronto sportivo si è aggiunto nel corso dell'anno scolastico un fitto programma di incontri tra gli studenti degli istituti che hanno aderito all'iniziativa, creando momenti di sensibilizzazione e di riflessione inerenti due piaghe sociali come bullismo e alcolismo. Giocatori del Basket Club Ferrara ed esperti, hanno riportato interessanti testimonianze. Infatti, come tiene a sottolineare la società sportiva ferrarese la propria attività è volta non solo a far conoscere i risultati agonistici del proprio settore giovanile e della prima squadra, ma anche a sensibilizzare i più giovani a problematiche sociali che li riguardano da vicino.

Tra i relatori anche il bondenese Stefano Gamberini, che ha presentato i rischi e le controindicazioni da addebitare all'alcool, mentre la sociologa Elena Buccoliero e la psicologa Tanja Bettoli di Promeco, che hanno spiegato agli studenti degli istituti coinvolti la piaga del bullismo.

Durante gli incontri con gli studenti sono stati distribuiti "alcol test", utili a verificare se il livello di alcool nel sangue rientri negli standard consentiti dalle legge per guidare.

Squadra femminile del Roiti vincitrice del torneo

AGENZIA MATRIMONIALE
I Due Cuori
via Baluardi, 189 Ferrara
Tel. 0532-741514

Liana 45 enne farmacista. La vita mi ha offerto molto anche se a volte non ho saputo cogliere l'attimo più bello. Posso cogliere il tuo amore dal profumo inebriante?

Chiara, 22 enne estetista. Sono orfana di entrambi i genitori ho iniziato presto a stare in piedi da sola, ora però vorrei camminare con te al mio fianco. Prendiamoci per mano, guardiamoci negli occhi, il resto verrà da solo. Vieni...

Imprenditore 33 enne. Un amore nato sui banchi di scuola, ma lei se ne è andata....Vuoi entrare tu, piano piano nel mio cuore? Vi troverai tutto l'amore che hai sempre desiderato. Mi raccomando, vieni!

70 enne ricco commerciante. Le rughe che solcano il mio viso non sono certo d'espressione. Una casa grande in cui si disperde la mia solitudine. La gioia di vederti sarà grande, come sarà il mio amore per te! Bussa alla mia porta....ti aprirò felice

IMPIANTI ELETTRICI CIVILI ED INDUSTRIALI
FORTINI MASSIMILIANO
impianti elettrici civili ed industriali
installazione antenne digitali e terrestri
installazioni impianti d'allarme
reti informatiche
quadristica e bordo macchina
Cell. : 348 / 88.55.213
Via Venturi,10 - 40066 Pieve di Cento - Bologna
e-mail : massi.fortini@tiscali.it

BASKET, PROFESSIONE E DIVERTIMENTO MODERATO...

Intervista a Fabio Zanelli, importante giocatore del Basket Club Ferrara

Su invito del Basket Club di Ferrara, Sport Comuni ha avuto la possibilità di assistere agli allenamenti della squadra, impegnata nei play off di Legadue: passaggi veloci, contropiedi, tiri da tre punti…Anche nella partitella finale nessuno si è risparmiato! Al termine, è stato possibile intervistare uno dei giocatori che ha fatto da testimonial durante gli incontri con gli studenti degli istituti superiori della provincia, nell'ambito del "V Trofeo Carife": molti esponenti della squadra si sono incontrati con gli studenti delle scuole superiori per sensibilizzare i ragazzi sui problemi derivanti da alcool e bullismo.

Abbiamo avuto così il piacere di parlare con Fabio Zanelli, numero venti della squadra, che si è raccontato, partendo dalla sua importante professione, (che coincide con il suo sport preferito), per giungere a parlare anche del suo rapporto con le bevande alcoliche.

Basket Ferrara Serie A2 2006/2007

Come è nata la tua passione per la pallacanestro?

"Per caso! Quando avevo nove anni giocavo spesso nel cortile di casa con gli altri coetanei. Tra questi un bambino poco più grande di me aveva iniziato a giocare a minibasket. Anche io ero curioso e così ho provato. I miei genitori erano soddisfatti, anche perché in quel periodo avrebbero voluto vedermi praticare una attività sportiva seriamente. Mi sono appassionato; così giorno dopo giorno miglioravo. Poi gli allenatori della squadra giovanile della Fortitudo mi hanno visto giocare e mi hanno preso nel loro organico. A dodici anni da Cervia, andavo quattro volte alla settimana a Bologna per gli allenamenti. A tredici sono andato ad abitare in quella città. Ho fatto numerosi cambi di società, fino ad arrivare al momento clou della mia carriera quando per diversi anni ho giocato in serie A…"

E, se ben ricordo sei stato anche un giocatore della Nazionale di Basket?

"Si! Nelle giovanili sono stato convocato in tutte le squadre, cadetti, juniores, Under 20 e poi anche nella Nazionale maggiore. A momenti partivo per il campionato europeo in Francia, quando l'Italia ha vinto l'Oro!"

Qualcuno ti ha aiutato a crescere sportivamente?

"Innanzitutto cercavo di imparare dai più bravi. Ad esempio se loro tiravano meglio di me, li copiavo… Un ruolo molto importante hanno avuto i primi allenatori delle giovanili, che sono stati in grado di trasmettermi la passione, incoraggiandomi a proseguire."

Quanto influisce la preparazione atletica ai tuoi livelli?

"E' essenziale! Per questo la squadra svolge precisi programmi di preparazione fisica durante la settimana, alternandola con il lavoro tecnico di preparazione alle gare. Non solo: anche in vacanza spesso ci alleniamo: corsa o bicicletta, pesi e tiri a canestro. Se siresta a lungo inattivi, è più difficile tornare in forma campionato!"

Quantocontaperteuncorrettostiledivita?

"E' abbastanza importante, soprattutto la corretta alimentazione, il riposo ed i tempi di recupero. Non posso permettermi di fare troppo tardi alla sera prima di allenamenti e soprattutto delle gare."

Hai fatto molti sacrifici per arrivare a giocare a livello professionistico?

"Sicuramente. Soprattutto quando da ragazzino ho fatto il pendolare per andare agli allenamenti, oppure quando mi sono trasferito a vivere da solo in una città che non conoscevo! Ma volevo diventare un giocatore di basket! Sono contento di esserci riuscito!"

Ipoteticamente se tu tornassi ragazzino, rifaresti i sacrifici che hai fatto per diventare un giocatore professionista?

"Credo di si!"

Durante gli incontri con i ragazzi del Liceo Scientifico Roiti, hai raccontato di una bevuta eccessiva, che ti ha fatto capire molte cose. Potresti spiegare anche a noi cosa ne hai tratto?

"L'esperienza è stata quella di tanti altri ragazzi, solo che ho capito che l'alcool rischiava di allontanarmi dal mio obiettivo primario, che già allora era di giocare a pallacanestro!!! Chi è che non ha mai alzato il gomito? Come tutti ho bevuto e sono stato male, ma ho sempre avuto molto rispetto verso me stesso! La passione e la volontà di affermarmi nello sport hanno vinto! Credo che bisogna volersi bene! Proprio perchè l'alcool ti fa sballare e poi stai male, bisogna berlo con moderazione! Anche io quando esco con gli amici bevo una birra, ma non voglio andare oltre un certo limite!..."

Tornando alla pallacanestro, come ti concentri prima della gara?

"Cerco di restare il più sereno possibile e di scaricare la tensione. E'molto importante essere rilassati e preparasi mentalmente per raggiungere l'*obiettivo*. Ci sono anche i riti scaramantici tipici di ogni sportivo e di ogni spogliatoio, c'è chi usa le stesse maglie, chi usa un santino!.."

Quali sono i tuoi obiettivi agonistici per il 2007?

"Con il Basket Ferrara abbiamo raggiunto un primo importante obiettivo: i play off, quindi spero di poter andare avanti il più possibile!"

FRANCESCO LAZZARINI

IDENTIKIT:

NOME:
Fabio
COGNOME:
Zanelli
PROFESSIONE:
Giocatore di basket
SPORT PRATICATO CON SUCCESSO:
Basket
QUANTO TEMPO DEDICO AL MIO SPORT?:
5 ore al giorno tutti i giorni. Il lunedì è il giorno libero, dopo le partite della domenica.
COSA FARO' DA GRANDE?:
Non lo so!...Il papà!
IL MIO SPORT PREFERITO:
Basket ,Formula Uno, sport in genere
I MIEI INTERESSI EXTRA SPORTIVI:
Internet, cinema
IL MIO ATLETA PREFERITO:
Michael Jordan
IL MIO FILM PREFERITO:
Brave Heart
IL MIO GENERE MUSICALE:
Aren B, Hip Hop
LA MIA VACANZA IDEALE:
Polinesia

Sport comuni
edizione ferrara

Focus

LA COPPA AMERICA: EDIZIONE NUMERO 32

Tre i team italiani coinvolti

Per stabilire lo sfidante di Alinghi in Coppa America, è iniziata la Luis Vuitton Cup. Undici sono gli sfidanti alla partenza, tra cui anche tre sindacati italiani: Luna Rossa, Mascalzone Latino e +39. La vela nostrana, abituata a importanti successi internazionali, sia nella vela d'altura che nelle derive (anche se purtroppo sono sempre tante le delusioni alle Olimpiadi, Alessandra Sensini a parte), approda ancora una volta nella Regata, sogno di tutti gli amanti di questo sport emozionante e spettacolare. Qualsiasi sindacato di Coppa America è una vera e propria impresa (e non proprio tra le più piccole, sia per numero di addetti, che per fatturato): alle sue spalle troviamo decine di persone con i più svariati compiti: maestri velai, architetti, ingegneri, meteorologi, skipper, velisti a tempo pieno e servizio di servoglianza, oltre ad esperti manager, avvocati specializzati in diritto sportivo e nella fattispecie sul regolamento della Coppa. In sintesi: niente è lasciato al caso! Le famiglie dello staff fanno parte del seguito: per i più piccoli sono stati predisposti addirittura asili (e non è una novità di questa edizione...).

La vita dei componenti di un sindacato velico è particolarmente intensa: inizia alla mattina presto e finisce in tarda serata. Dennis Conner ha scritto alcune pagine molto belle, tra cui un concetto che ben evidenzia lo spirito della Coppa America. Infatti prima della regata ci vorrebbe avere un mese, un giorno, un minuto, un secondo in più per controllare che tutto sia in ordine: le migliori vele, l'albero regolato al meglio, lo scafo perfetto, oltre a verificare altri innumerevoli particolari… Questa è la vela!.

Nulla può essere lasciato al caso: anche il nodo fatto male può essere fonte di problemi e potrebbe farti perdere! La tattica, la tecnica, le manovre, le scelte del percorso, dei materiali impiegati e la velocità del mezzo influiscono sul risultato finale, senza tralasciare il "talento del timoniere"! Quest'ultimo è in parte innato ed in parte si può acquisire con il tempo, ma permette di fare la differenza a parità di mezzi.

Chi lotta per conquistare la Coppa America appartiene ad un livello talmente alto che vince veramente soltanto chi sbaglia meno dell'avversario!

La 32 ° edizione è speciale: innanzitutto è la prima volta che si disputa in Europa, più precisamente a Valencia in Spagna. La diretta in mondovisione e la conquista del grande pubblico mondiale sembra assicurata, dal grande interesse che si è creato attorno all'evento. Gli sponsor, infatti, sono tutte aziende o multinazionali affermate nel mondo del business, si pensi per esempio al Team Prada. Ormai la partecipazione a questa tipologia di evento può avvenire soltanto se alle spalle è presente una gestione manageriale dell'intero sindacato (i costi di una campagna di Coppa America possono raggiungere o superare i 100 milioni di euro!). Infine gli effetti sul mondo velico nazionale variano a seconda dei risultati ottenuti dai sindacati: si è presentato un boom in corrispondenza delle imprese del Moro di Venezia e delle vittoria della Luis Vuitton Cup di Luna Rossa, per ritornare uno sport seguito da pochi amanti, tra un'edizione e l'altra.

F.L.

BMW ORACLE RACING
Golden Gate Yacht Club - Stati Uniti
www.bmworacleracing.com

+39 CHALLENGE
Circolo Vela Gargnano - Italia
www.piu39challenge.it

LUNA ROSSA CHALLENGE
Yacht Club Italiano - Italia
www.lunarossachallenge.com

MASCALZONE LATINO - CAPITALIA TEAM
Reale Yacht Club Canottieri Savoia - Italia
www.mascalzonelatino.it

TEAM SHOSHOLOZA
Royal Cape Yacht Club - Sud Africa
www.teamshosholoza.com

EMIRATES TEAM NEW ZEALAND
Royal New Zealand Yacht Squadron - Nuova Zelanda
www.emiratesteamnz.com

AREVA CHALLENGE
Cercle de la Voile de Paris - Francia
www.areva-challenge.com

VICTORY CHALLENGE
Gamla Stans Yacht Sällskap - Svezia
www.victorychallenge.com

DESAFÍO ESPAÑOL 2007
Real Federación Española de Vela - Spagna
www.desafioespanol2007.com/

UNITED INTERNET TEAM GERMANY
Deutscher Challenger Yacht Club - Germania
www.united-internet-team-germany.com

CHINA TEAM
Qingdao International Yacht Club - Cina
www.china-team.org

... IL DEFENDER DELL'AMERICA'S CUP 2007

ALINGHI
Sociètè Nautique de Genève – Svizzera
www.alinghi.com

COME NACQUE LA COPPA AMERICA?

I VINCITORI

1851 America	USA	batte 15 barche inglesi	ENG
1870 Magic	USA	batte Cambria	ENG
1871 Columbia/Sappho	USA	batte Livonia	ENG
1876 Madeline	USA	batte Countess of Dufferin	CAN
1881 Mischief	USA	batte Atalanta	CAN
1885 Puritan	USA	batte Genesta	ENG
1886 Mayflower	USA	batte Galatea	ENG
1887 Volunteer	USA	batte Thistle	SCO
1893 Vigilant	USA	batte Valkyrie II	ENG
1895 batteender	USA	batte Valkyrie III	ENG
1899 Columbia	USA	batte Shamrock	ENG
1901 Columbia	USA	batte Shamrock II	ENG
1903 Reliance	USA	batte Shamrock III	ENG
1920 Resolute	USA	batte Shamrock IV	ENG
1930 Enterprise	USA	batte Shamrock V	ENG
1934 Rainbow	USA	batte Endeavour	ENG
1937 Ranger	USA	batte Endeavour II	ENG
1958 Columbia	USA	batte Sceptre	ENG
1962 Weatherly	USA	batte Gretel	AUS
1964 Constellation	USA	batte Sovereign	AUS
1967 Intrepid	USA	batte Dame Pattie	AUS
1970 Intrepid	USA	batte Gretel II	AUS
1974 Courageous	USA	batte Southern Cross	AUS
1977 Courageous	USA	batte Australia	AUS
1980 Freedom	USA	batte Australia	AUS
1983 Australia I	AUS	batte Liberty	USA
1987 Stars & Stripes	USA	batte Kookabura II	AUS
1988 Stars & Stripes	USA	batte New Zealand	NZE
1992 America 3	USA	batte Il Moro di Venezia	ITA
1995 Black Magic	NZE	batte Stars & Stripes	USA
2000 New Zealand	NZE	batte Luna Rossa	ITA
2003 Alinghi	SUI	batte New Zealand	NZE

L'ANTEFATTO

La Storia racconta che l'Inghilterra è stata tra il '700 e la prima metà dell'800 l'indiscussa regina dei mari. Tuttavia già nel 1851 iniziò un lento declino. Esattamente il 22 agosto nel Solent vi fu una regata che doveva celebrare la velocità delle barche appartenenti al Royal Yacht Squadron (la flotta reale inglese). In palio era prevista la Coppa delle 100 ghinee, consistente in 132 once di argento formanti una bellissima brocca, realizzata nel 1848 dal gioielliere reale londinese Garrard. Tale manifestazione era in concomitanza con l'Esposizione Universale di Londra. Tuttavia la goletta America, proveniente da oltre oceano, guastò la festa programmata dagli inglesi. Partecipò alla regata difendendo i colori del New York Yacht Club, fondato proprio in quegli anni dal Commodoro Stevens. Si racconta che la regina Vittoria, mentre osservava la fase finale della regata, abbia chiesto chi fosse il secondo arrivato, ma le venne risposto che non c'era! L'equipaggio di America, infatti, diede al secondo classificato un distacco di circa diciotto minuti (un margine piuttosto rilevante anche in quei tempi!).

Al ritorno negli Stati Uniti, George Schuyler, membro del sindacato vincitore, pensò di rimettere in palio la coppa per una competizione velica internazionale. L'opera di Garrard finì quindi nella bacheca del New York Yacht Club nel luglio del 1857, grazie al "deed of gift" (atto di donazione).

IL "DEED OF GIFT"

Da questo fatto nasce la Coppa America per come è generalmente nota al grande pubblico. Il nome deriva dalla goletta che sconfisse gli inglesi nel 1851. Secondo i progetti di Schuyler la coppa sarebbe dovuta diventare *<<una sfida perpetua per una competizione amichevole tra nazioni straniere>>*. L'atto contiene le regole fondamentali della manifestazione, ancora valide (secondo la versione del 1887, depositata presso la Corte suprema di New York, ma vi sono state poi numerose modifiche). L'evento sportivo più antico del mondo (le Olimpiadi moderne iniziarono ad Atene nel 1896), è il frutto di un regalo...interessato. Gli americani amavano il confronto agonistico, ma ci sia concesso dirlo, anche l'ambizione di conservare la brocca d'argento a New York. Il documento afferma che il detentore del trofeo (*defender*) può trovare un accordo con lo sfidante, per lo svolgimento delle regate. In caso contrario, sarà proprio il defender a stabilire le regole del match, compresa la scelta del campo di gara. L'atto di donazione, inoltre, impone un vincolo di nazionalità per la costruzione degli scafi. La Coppa America è priva di un calendario fisso: il vincitore scende in acqua solo quando riceve la sfida ufficiale di un concorrente straniero. Il trofeo è così rimasto a New York per decenni: gli avversari hanno issato bandiera bianca fino al 1983, con le barche Usa sempre favorite dal regolamento.

F. L.

A TUTTO FITNESS

RIMINIWELLNESS: UN MARE DI EVENTI DAL 17 AL 20 MAGGIO

FITNESS FEVER
(in collaborazione con
"FITNESS INVESTMENT")
Pad. A5
Venerdì, sabato, domenica:
11.00 – 18.50
Ritorna il palco animato dai presenters americani e australiani più noti e affermati a livello nazionale e internazionale.
Rebecca Small, Laure Courtellemont, Tony Stone, Edson Guiu, Claudio Melamed, coinvolgeranno partecipanti in numerose masterclass delle varie discipline dallo Step all'Hilo, dal Ragga-Jam, dall'Hip Hop al Lia, dal Batuka al Video Dance e tante altre. Oltre 3.000 i partecipanti attesi.

LIVE FITNESS SHOW
(in collaborazione con FIF – Federazione Italiana Fitness RiminiWellness Fit Gold Partner)
Pad. C5
Da giovedì a domenica,
a rotazione.
Ritorna il palco animato dai presenters americani e australiani più noti e affermati a livello nazionale e internazionale.
Rebecca Small, Laure Courtellemont, Tony Stone, Edson Guiu, Claudio Melamed, coinvolgeranno partecipanti in numerose masterclass delle varie discipline dallo Step all'Hilo, dal Ragga-Jam, dall'Hip Hop al Lia, dal Batuka al Video Dance e tante altre. Oltre 3.000 i partecipanti attesi.

SCHWINN RIDES
Hall C5 A5
Da giovedi a domenica
Ritorna il grande appuntamento con l'indoor Cycling di Schwinn
GIOVEDI' E VENERDI': 5 ride giornaliere condotte dal Team Schwinn
SABATO: 3a edizione Schwinn4ever: 5 ore di pura energia condotte dai Presenters Schwinn Cycling. 400 bike per accogliere gli appassionati di indoor cycling
Complessivamente si attendono oltre 3000 bikers
DOMENICA: 6 ride condotte dal Team Schwinn

BOING ROLLERFITNESS
Pad. C5
Da giovedì a sabato
Ritorna il grande appuntamento con l'indoor Cycling di Schwinn
GIOVEDI' E VENERDI': 5 ride giornaliere condotte dal Team Schwinn
SABATO: 3a edizione Schwinn4ever: 5 ore di pura energia condotte dai Presenters Schwinn Cycling. 400 bike per accogliere gli appassionati di indoor cycling
Complessivamente si attendono oltre 3000 bikers
DOMENICA: 6 ride condotte dal Team Schwinn

FIF PILATES & BODY MIND
(in collaborazione con FIF – Federazione Italiana Fitness RiminiWellness Fit Gold Partner)
Pad. D1
Sabato 19 e domenica 20
palco olistico dove il collaudatissimo team della FIF sarà impegnato nel guidare lezioni di Pilates, Yoga e Gym posturale. L'area costituisce un riferimento davvero innovativo. Le masterclass proposte sul palco, intervallate dalle esibizioni del FIF team, saranno senza dubbio un must per tutti gli appassionati e gli insegnanti di queste discipline.

GENESI PILATES CONVENTION
Da giovedì a domenica
Grande area dedicata alla disciplina che ha rivoluzionato il fitness.
E' prevista la presenza del famoso Serafino Ambrosio.
Rivolte agli istruttori e al pubblico, le sessioni di allenamento saranno condotte da istruttori internazionali che illustreranno l'armonia, la grazia e l'equilibrio per il corpo.
Attesi oltre 6000 partecipanti.

BIOGINNASTICA
Biovillaggio Pad. C1
Da giovedì a domenica
Ginnastica posturale e principi della medicina cinese, bioenergetica e metodo Mézières.
Teorie e tecniche delle tradizioni orientali ed occidentali confluiscono in un metodo originale per l'equilibrio e il benessere: la Bioginnastica.
Lezioni e stages nell'atmosfera del Biovillaggio.

OASI DEL BENESSERE
Pad. C3
Da giovedì a sabato
Area espositiva con al centro il Bio Stage, teatro in cui troveranno rappresentazione le più interessanti novità nel campo delle discipline olistiche. In scena discipline bionaturali e arti orientali.
Arti marziali, tecniche di massaggio, danza del ventre, metodo feldenkrais, musicoterapia e sessioni di approfondimento nella sala Zen, e sala conferenze.

NEXTGAMES
(in collaborazione con Scuola Superiore Del Loisir
e Degli Eventi Di Comunicazione)
Pad. A7
Da giovedì a sabato
RiminiWellness conferma gli sport del futuro.
Esibizioni, tornei internazionali degli sport del futuro di squadra e individuali.
Annesso all'area delle dimostrazioni, uno spazio di mostra e uno store dove verranno esposti gli attrezzi e gli accessori di questi particolarissimi sport emergenti, alcuni dei quali saranno in vendita al pubblico.

INTERNATIONAL LATIN CONGRESS
(in collaborazione con
ARC EN CIEL GRUP)
Pad. B3
Da venerdì a domenica
Non-stop di stages e lezioni di balli latino americani con i più famosi maestri internazionali.
In questo ambito la sambaterapia per adulti e bambini.
Il rilassamento con musica dolce, la danza afro brasiliano come riscaldamento energetico, la danza creativa e il samba.
E per i più piccoli, rilassamento con esercizi che rappresentano gli animali, danza della tribu (afro).
E ancora, esibizioni di ballerini brasiliani, proiezione di filmati.

SOCCER LEAGUE BWIN CUP
Pad. C7
Da venerdì a domenica
Le Finali Nazionali della terza edizione di Soccer League "Bwin Cup" si svolgeranno al Rimini Wellness dal 18 al 20 maggio 2007.
Soccer League è il più importante campionato nazionale di calcio a 5 amatoriale: nella stagione 2006/2007 partecipano ben 35.000 atleti suddivisi in 3.000 squadre provenienti da 120 città di 18 regione italiane!
In questo momento si stanno svolgendo in tutta Italia i 100 campionati aderenti a Soccer League.
Le Finali Regionali si disputeranno nel weekend del 12/13 maggio prossimi.
Per essere costantemente aggiornati sui risultati e per conoscere quali squadre si sfideranno nella finale della Soccer Leaue – Bwin Cup visitate il sito www.soccerleague.it

VILLAGGIO CONI
Pad. A7
Da giovedì a domenica
Nello spirito che anima i Giochi della Gioventù, i campioni degli sport olimpici incontreranno il grande pubblico.
Si stima la partecipazione di oltre 3000 persone.
Le diverse federazioni sportive si esibiranno nelle varie discipline.

LA FIERA ON THE BEACH - Gli appuntamenti fuori quartiere di RiminiWellness

Venerdì 18 maggio - Rimini
RIMINIWELLNESS HAPPY HOUR
Tutti in Piazzetta, i locali del centro storico di rimini anticiperanno il grande concerto con aperitivi e degustazioni enogastronomiche

CONCERTO RiminiWellness
L'appuntamento con la musica e il divertimento. Un grande concerto per il grande pubblico di RiminiWellness in Piazza Cavour, una delle piazze più suggestive della capitale del turismo.

DISCO PARTY
Dopo il concerto il grande pubblico è atteso alla Villa delle Rose che sarà scenario di una esclusiva festa dedicata a RiminiWellness

sabato 19 maggio
BORGO IN FESTA
Il borgo San Giuliano, tra i più antichi della città si anima con feste e danze nei vicoli delle vecchie dimore dei pescatori
SERATA DI GALA RiminiWellness
In uno dei club storici e più esclusivi di Rimini, il Paradiso, la serata di gala che saluta la 2° edizione di RiminiWellness.

Domenica 20 maggio
FESTA DI SPORT
Nell'area del MARANO, sulla spiaggia la festa con attività sportive che chiude RiminiWellness dandoappuntamento alla prossima edizione

LA BORGATA CHE DANZA
Alle radici della musica popolare - Bellaria-Igea Marina
RiminiWellness vi porta anche per i meravigliosi borghi e centri storici e della Riviera. Suonatori, cantastorie d'osteria si muovono nelle strade e i cortili si trasformano in osterie dove le famiglie cucinano cibi tradizionali per il benessere anche del palato.

I CONVEGNI , I WORKSHOP E I SEMINARI

CONVENTION
ANIF EUROWELLNESS
Giovedì 17 maggio
Sala Neri 2
E l'evento dedicato a oltre 500 imprenditori, gestori e tecnici di fitness e wellness center.
Due le sessioni:
quella tecnica dedicata alla gestione amministrativa degli impianti;
e quella istituzionale dedicata alla Campagna Ministeriale sull'attività Fisica.

CONVEGNO
CNA EMILIA ROMAGNA
Giovedì 17 maggio
Sala Ravezzi 2 h 15.00
"La certificazione di Servizi e Prodotti nell'Area del Benessere, del Naturale e del Biologico"

WELLNESS FOOD
Venerdì 18 maggio
Sala Tiglio 1 h 15.00
Convegno a cura di ANSISA/ADI e Dietetica srl
"L'obesità una sfidaimportante che si può vincere"

"FITNESS, SPORT E FORMAZIONE"
(in collaborazione con l'Università di Bologna - Facoltà di Scienze Motorie)
venerdì 18 maggio
Sala Diotallevi 1 h 14.00
Un convegno sulla formazione accademica e il settore del fitness.
Il punto di vista accademico.

WELLNESS FOOD
Sabato 19 maggio
Sala Tiglio 2 h 10.30
Convegno a cura di ANSISA/ADI e Dietetica srl
"I disturbi del comportamento alimentare in adolescenza: cosa sono e come affrontarli"

ALIMENTAZIONE E ATTIVITA' FISICA
Sabato 19 maggio
Sala Diotallevi 2 h 15.00
Convegno a cura di FIMMG/FIAF/Dietetica srl
"Corretta alimentazione e attività fisica: un sano stile di vita quotidiano con l'aiuto del medico di famiglia"

FORMAZIONE:
SMILING COACH
Sabato 19 maggio
Sala Tiglio 2 Hall Ovest
h 14.00
Sessione teorica in aula A cura di EAA – European Aquatic Association
"Le aziende che sanno sorridere" previsti gli interventi di: Gerardo Ruberto, Alessandro Unghero, Maurizio Verdolino,Marco Zamboni

IL BENESSERE PSICOFISICO COME OBIETTIVO FINALE: VARIE SCIENZE A CONFRONTO
Sabato 19 maggio
Sala Neri 2 h 9.00
Convegno promosso da: Associazione Bioginnastica, e Consiglio direttivo Emilia Romagna F.M.S.I. – Federazione Medico Sportiva Italiana

SAMBATERAPIA
Sabato 19 maggio
Sala Verde Hall Sud h 14.00
Conferenza stampa di presentazione della disciplina che unisce danza e training. A cura di Claudia Belchior psicoterapeuta e del moderatore Andrea Manusia.

SCUOLA DI NATUROPATIA DI URBINO
DOMENICA 20 MAGGIO
Sala Tiglio Hall Ovest
Ore 11,00 – 13,00
Convegno:
NATUROPATIA E SPORT
-"le intolleranze alimentari e la resa sportiva"
Relatore: Dott. Alberto Bovelacci, biologo,nutrizionista e naturopata;
-"sport e dintorni non solo muscoli e fatica"
Relatore: Dott. Roberto Smacchia, medico, istruttore Zilgrei, esperto di Kinesiologia applicata allo sport
Ore 15,00 – 17,00
CENTRO SCIENTIFICO DEL MOVIMENTO-METODO FELDENKRAIS®
Conferenza:
"migliorare la sessualità con il metodo feldenkrais®"
Relatori: Tina e Simone Broccoli, insegnanti del metodo Feldenkrais®

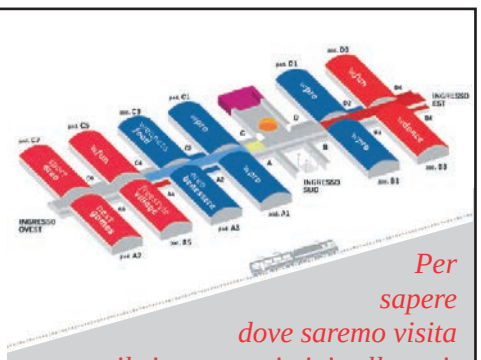
RiminiWellness
FITNESS, BENESSERE E SPORT ON STAGE
RiminiFiera
business space

Sportcomuni

ESPOSITORE A RIMINI WELLNESS

Il Gruppo Editoriale LUMI sarà espositore alla Fiera del Fitness di Rimini per presentare la testata Sport Comuni ad un pubblico di appassionati e soprattutto al pubblico degli operatori professionisti.
Per i lettori del nostro mensile interessati a partecipare a questo grande e spettacolare evento, sono a disposizione gratuitamente i biglietti d'ingresso riduzione, validi per l'abbonamento alla fiera per i quattro giorni della manifestazione ad un prezzo ridotto di € 10 anziché € 18 e con la comodità di evitare le file all'ingresso presentando i coupon di preregistrazione.

GRUPPO EDITORIALE LUMI



Per sapere dove saremo visita il sito: www.riminiwellness.it

I punti dove poter ritirare i coupon riduzione sono:
Centro Benessere Zenit (Via E. Rossaro, 12 Bondeno), **Le Palestre** (Via Pironi, 12 Bondeno), **Active Tempo di Sport** (Piazza Costa, 17 Bondeno) e **Bondy Beach** (Via M.Gardenghi, 7 Bondeno).

CENTRO FITNESS professione zenit benessere
LE PALESTRE
Active TEMPO DI SPORT
ACQUAPARCO BONDY BEACH

MINIBASKET, CHE DIVERTIMENTO!

Uno sport che coinvolge tanti bambini...

Sono tanti, sono giovani ed hanno voglia di divertirsi e di stare insieme. Non stiamo parlando dei bambini della pubblicità della Benetton né della corrispondente squadra di basket, ma del settore giovanile della Matilde Basket, che può contare negli ultimi anni su un numero di ragazzi in grande crescita, sotto la spinta della passione per il gioco e della possibilità di ritrovarsi con gli amici o di conoscerne di nuovi. I piccoli giocatori delle categorie Minibasket, di età compresa tra i 6 e gli 11 anni, hanno raggiunto durante il corso dell'anno le 50 unità, una cifra che non era stata mai toccata negli ultimi anni. Ma ciò che più conta è l'atmosfera che si è venuta a creare all'interno del gruppo, anche grazie alla disponibilità dei genitori e alle qualità tecniche e umane di Sergio Sarasini, uno dei migliori istruttori del settore, coadiuvato dai giovani assistenti Francesco Lorenzini ed Emanuele Benetti.

Una delle squadre del minibasket

Questo gruppo di giovani cestisti è diviso in tre squadre a seconda dell'età. I più grandicelli, nati nell'annata 1996, si apprestano a disputare la seconda fase del campionato provinciale Minibasket categoria Aquilotti, dopo aver concluso la prima fase con un brillante secondo posto nel proprio girone, frutto di 6 vittorie a fronte di 2 sole sconfitte. Proprio in occasione delle partite la palestra di via Manzoni si trasforma in una vera e propria apoteosi del tifo, senza l'ansia della vittoria a tutti i costi ma per il piacere di divertirsi e misurarsi con altre squadre. Insieme all'annata '96 si allenano anche alcuni ragazzi di un anno più grandi, che hanno avuto e avranno occasione di disputare anche qualche partita amichevole. Seguono poi altri due gruppi: quello dell'annata 1997, che ha giocato con successo alcune partite amichevoli e si appresta l'anno prossimo a disputare a sua volta il campionato Aquilotti, ed il gruppo dei più piccoli. Questi ultimi sono i giovanissimi delle annate 1998 e 2000. Se i "veterani" hanno già provato l'emozione di giocare una partita, nel mese di marzo a Pieve di Cento, i più piccini hanno cominciato quest'anno a misurarsi con il canestro e con una palla a volte quasi più grande di loro! Eppure la loro voglia e la loro determinazione è la stessa di quanti giocano già da qualche anno. Durante gli allenamenti cominciano già a sperimentare i problemi della cosiddetta "convivenza civile", comprensibili data l'età ed il richiamo irresistibile della palla, ma alla fine per fortuna sono tutti soddisfatti e perfino gli allenatori, che se ne vanno dalla palestra senza voce, sono sorridenti (non è poi così scontato, ci auguriamo che anche nelle altre società succeda altrettanto e soprattutto che per la Matilde Basket sia sempre così!)

La prova canestro

EMANUELE BENETTI

Arti Marziali

Campionati Interregionali di Ju Jitsu

CAMPIONATI INTERREGIONALI
S.PIETRO IN CASALE (BO) 22 APRILE 2007

COGNOME NOME	ANNI	KG	CINTURA	CLAS.
1 BERNECCOLI DIEGO	10	25	GIALLA	1°
2 BOUCHAREB HOUSSEM	8	38	GIALLA	4°
3 D'ANTONIO NICHOLAS	8	38	VERDE	1°
4 FACCENDA GIACOMO	8	25	VERDE	4°
5 FRANCESCA FACCENDA	6	18	VERDE	3°
6 MARCHETTI AMEDEO	13	56	VERDE	1°
7 MATISI ANDREA	9	35	VERDE	4°
8 MATISI DAVIDE	5	18	GIALLA	3°
9 MERIGHI FRANCESCO	9	40	ARANCIONE	4°
10 POLA SEBASTIANO	6	21	VERDE	\
11 SALTARELLI DIEGO	7	30	GIALLA	4°
12 SARIC DARIO	9	34	MARRONE	1°
13 SARIC OGHJIEN	16	68	MARRONE	1°
14 ZUCCHI ALBERTO	10	30	GIALLA	3°

NUMERO TOTALE ISCRITTI ALLA GARA 120 ATLETI

Alcuni partecipanti ai Campionati che si sono svolti a San Pietro in Casale (Bo) il 22 Aprile

Acquaday

La manifestazione è giunta alla sesta edizione

Alcuni istruttori - presenters

E' arrivata alla sesta edizione la manifestazione "Acquaday" che si è svolta domenica primo aprile presso le piscine Bondy Beach di Bondeno. Si tratta di una sorta di maratona di ginnastica in acqua dove gli istruttori-presenters presentano, appunto, una lezione creata apposta per questo evento. Le lezioni sono iniziate alle ore nove del mattino in acqua bassa e acqua media con Morena Bregoli (ospite dal Centro Polivalente Futura di Finale Emilia) e Sabina Rossini, per poi passare alla vasca regolare con acqua medio/alta fino alle ore 12.30 insieme a Eddi Giuliani, Marzia Guberti, Diego Ferrari, Lorena Lodi, Martina Gatti ed Erica Orlandi. "Questa è stata di sicuro l'edizione più completa in assoluto" dice Marzia Guberti organizzatrice dell'evento, "tutti i presenters hanno ideato delle lezioni veramente speciali, con musiche allegre e trascinanti, si è passati dalla lezione di puro fitness, alla coreografia, all'animazione, un vero e proprio spettacolo in acqua. Questo deve essere un momento si sportivo, ma anche di divertimento e aggregazione ed è su questi parametri che si basa lo spirito dell'Acquaday. Rinnovo quindi i miei complimenti a tutti gli istruttori per il loro magnifico lavoro e ringrazio il Presidente Massimo Boselli e Genny Baldoni che mi dimostrano sempre grande fiducia." Il prossimo appuntamento presso le piscine sarà a maggio con il "Trofeo Bondy" gara di nuoto sincronizzato alla seconda edizione, una manifestazione da non perdere.

Durante l'evento

ASD BONDENO NUOTO

PRESENTAZIONE SQUADRA AGONISTICA 2007

Sabato 14 aprile nella sala grande del Centro 2000 a Bondeno è stata presentata alla cittadinanza ed alle autorità locali la squadra agonistica della ASD Bondeno Nuoto. In una sala gremita di atleti e cittadini interessati, ha aperto la presentazione il presidente della associazione Massimo Boselli, che ha parlato di una società in forte crescita, con il nuovo settore Master, con le categorie giovanili che fanno registrare ottimi successi a livello provinciale e regionale. Ha ricordato che tale sodalizio è l'unico in ambito ferrarese ad avere il settore nuoto sincronizzato, disciplina tanto bella quanto difficile, che sarà possibile vedere nel prossimo Trofeo Federale, organizzato nella giornata di domenica 6 maggio, presso le Piscine Bondy Beach di Bondeno. L'intervento del presidente si è concluso con una nota riguardante il progetto di realizzare una società che possa riunire gli atleti più rappresentativi a livello provinciale. Progetto al quale da alcuni mesi a questa parte tutte le Associazioni natatorie del ferrarese stanno contribuendo.
Sono seguiti gli interventi del Dott. Pierpaolo Mazzucchelli, Medico sociale, che ha ovviamente sottolineato l'importanza di una disciplina come il nuoto e dell'ottimo stato di salute che godono gli atleti. Si sono susseguiti gli interventi del Sindaco di Bondeno Davide Verri e dell'Assessore allo Sport Alan Fabbri, i quali hanno premiato atleti e tecnici per i risultati raggiunti, oltre a ringraziare società, genitori e collaboratori per l'impegno profuso e per l'importante funzione sociale svolta. Il piacevole evento è terminato con le foto di rito e ribadendo un concetto importante e cioè che alla base della crescita tecnica e della maturazione di tutti gli atleti ci deve essere il rispetto degli stessi, affinchè tale crescita avvenga in modo armonico e completo.

BADMINTON BONDENO A.S.D.
è lieta di invitarvi al

CAMPIONATO REGIONALE BADMINTON 2007
EMILIA – ROMAGNA
che avrà luogo il **6 MAGGIO 2007**
al "Palacinghiale" di Ponte Rodoni - Bondeno (FE)

Orari:
ore 09:00 iscrizioni, briefing responsabili ASA
ore 09:30 inizio delle gare
Discipline:
singolare maschile
singolare femminile
singolare maschile Under 19
doppio maschile
Premiazione:
1°-2°-3°-4° di ogni disciplina verranno premiati con medaglia

Quota di Iscrizione:
€ 5,00
gara di singolare maschile e singolare femminile assoluti

€ 5,00
gara di singolare maschile Under 19

€ 2,50
gara di doppio maschile per atleta

Amministrazione Provinciale di Ferrara

IN FORMA PER L'ESTATE!!!

La preparazione fisica

Abbiamo festeggiato , abbiamo rimandato l'appuntamento con la palestra...e ora???
Arriva l'estate e la forma non è delle migliori... che fare???
Molti di noi conoscono il significato di alcune parole come :
Body=corpo
Building=costruendo/costruire
Ma oggi il termine più usato è "Wellness" ossia benessere totale ottenuto con sano stile di vita.
Se vogliamo costruire un corpo che ci faccia sentire a nostro agio in costume e nella vita quotidiana risulta molto importante valutare il punto di partenza.

Il peso, l'età, il lavoro, le abitudini alimentari e l'aspetto psicologico sono alcuni dei punti da tenere in considerazione.
In particolare quando parliamo di peso bisognerebbe fare riferimento non tanto a ciò che dice la bilancia ma a ciò che dicono le varie tecniche di misurazione della composizione corporea (plicometria) .
Queste metodiche consentono di misurare percentuale di grasso, percentuale di muscolo, localizzazione ecc.

In base a tutti questi elementi dobbiamo porci degli obiettivi realistici, e partire consapevoli che con un pò di impegno, costanza e determinazione potremo raggiungere i nostri obiettivi.
Chiunque desidera un addome piatto e scolpito, ma solo pochi riescono ad averlo.
A poco serve eseguire centinaia di addominali se prima non si elimina il grasso in eccesso: se non facciamo questo potremo avere l'effetto contrario, ossia l'aumento delle nostre circonferenze!!
Per questo consiglio di dedicare il primo periodo di allenamento alla perdita di peso e alla preparazione del corpo all'allenamento con i pesi.
Dovremmo quindi fare attività aerobica per almeno 40' al giorno per 4/5 volte per settimana, possibilmente controllando la nostra frequenza cardiaca per essere certi di rimanere prossimi alla nostra frequenza cardiaca dimagrante.

E' completamente inutile eseguire corse estenuanti senza controllare il nostro battito cardiaco: l'unico risultato sarebbe quello di produrre tanto acido lattico che non ci permette di bruciare grassi e nelle donne è l'anticamera della cellulite in quanto crea ritenzione idrica.
Due/tre volte per settimana fate precedere la seduta aerobica da un allenamento con i pesi cercando di aumentare progressivamente i carichi: è bene svolgere questa attività prima della seduta aerobica per esaurire le scorte di zuccheri muscolari ed essere pronti successivamente ad utilizzare i grassi!!
Ricordiamo che l'attività aerobica innalza il nostro metabolismo per circa 12-36 ore : in pratica il nostro organismo continuerà a bruciare grassi anche dopo l'allenamento.
Inizialmente non importa seguire diete ferree ma soltanto iniziare con qualche consiglio alimentare importante :

CONSIGLI PER UNA BUONA STRATEGIA ALIMENTARE :

- la persona mattiniera farà abbondante colazione , mentre il tipo notturno sposterà l'assunzione di cibi solidi a metà mattina.
- Cereali e derivati (pane,pasta,grissini,biscotti,creckers,ecc) vanno consumati nella parte della giornata che va dalle 7 alle 15 così come legumi e patate. Il pranzo deve essere il pasto più abbondante e la cena dovrebbe essere senza pane.
- Carne, pesce, uova e latticini saranno più presenti la sera. Tre volte la settimana posso consumare cibi proteici anche a pranzo in sostituzione dei primi piatti.
- Verdura in entrambi i pasti: quelle più ricche di zuccheri (barbabietole, carote, carciofi, funghi secchi, pomodori, rape) vanno consumati a pranzo.
- La frutta di stagione va mangiata entro le 17-18: può integrare prima colazione o pranzo, ma non per cena. L'ideale sarebbe usarla per gli spuntini, usando nel pomeriggio i frutti meno zuccherati (ananas, mandarini, pesche, meloni, pompelmi, fragole). Evitare frutta sciroppata.
- Preferire olio di oliva
- Cibi da evitare: pancetta, burro, mascarpone, salumi (tranne crudo e bresaola) pesci grassi, latte e yogurt interi, formaggi con grassi superiori al 30%, zuccheri raffinati
- I pasti devono essere 5

Dopo i primi 30-50 giorni di palestra arriverà il momento di apportare le prime modifiche al programma. Anche in questo secondo periodo l'attività aerobica avrà un ruolo fondamentale, anche se potremo ridurre le sessioni di aerobica da 5 a 3 settimanali.
In questi giorni potremo eseguire anche 60/80 min di aerobica sempre con il controllo della frequenza e magari utilizzando programmi più specifici a livello atletico e giocando con i valori di frequenza.
Due giorni alle settimana saranno dedicati all'allenamento con i pesi, ed anche in questo caso potremo cominciare ad applicare tecniche un po' più intense.
Lo schema di riferimento potrebbe essere il seguente :

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI
60-80 min cardio	Pesi	Riposo	60-80 min cardio

VENERDI	SABATO	DOMENICA
Pesi	60-80 min cardio	Riposo

Le fasi successive verranno decise in base ai miglioramenti ottenuti e se la perdita di peso sarà quella cercata si potrà sbilanciare l'allenamento sempre di più verso l'attività con i pesi, fermo restando qualche seduta di allenamento cardio per mantenere i risultati ottenuti e per continuare a lavorare in modo attivo anche sul muscolo cardiaco.
Il body building non è solo massa muscolare ma porta tutta una serie di vantaggi a livello di benessere generale come ad esempio alleviare il mal di schiena che colpisce tanta gente, ci permette di avere una postura migliore, ci permette di combattere l'inevitabile invecchiamento, ci permette di combattere l'osteoporosi (il muscolo protegge le ossa deboli e l'attività con i pesi mobilita quelle cellule che producono nuovo tessuto osseo) e tanti altri vantaggi.
Questa attività può essere integrata anche

con: aerobica, step, fit boxe, attività in acqua e tante altre attività che possono rendere il nostro allenamento vario e motivante.
Eseguire sedute di sauna e bagno turco può essere di notevole aiuto per attivare la circolazione e stimolando fortemente la sudorazione favorendo lo smaltimento delle tossine corporee.
Mens sana in corpore sano dicevano gli antichi!!
Riconquistare la propria fisicità progressivamente persa, riscoprire il piacere dell'attività fisica, riuscire a giocare a calcio con nostro figlio, rimettere i pantaloni di qualche anno fa, passo dopo passo senza rincorrere risultati istantanei e miracolosi che nessuno potrà darci.
Facciamo qualche piccolo sacrificio per il nostro corpo così come rinunciamo a qualcosa per regalarlo a nostra moglie o a nostro figlio!
E se il sorriso della persona amata o di nostro figlio ci ripagherà della rinuncia, anche il nostro corpo ci ringrazierà regalandoci benessere e vitalità!
Buon allenamento e soprattutto buon divertimento!
Per ogni informazione potete scrivermi a :
centro.zenit@libero.it ……vi risponderò prima possibile!

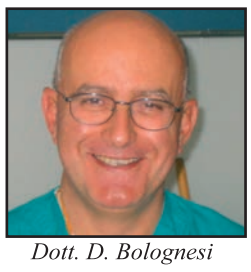
MANUELE MAZZA

Motociclismo

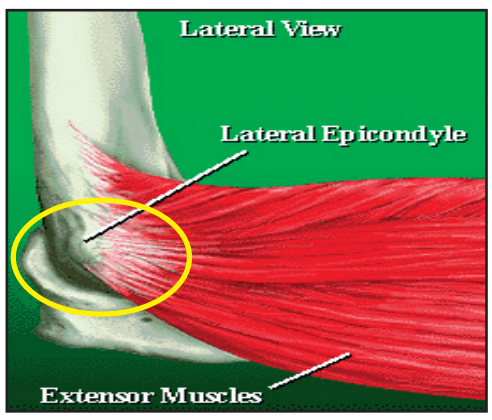
3° MOTOINCONTRO MATILDEO

ORGANIZZATO DAL MOTOCLUB BONDENO E APERTO A TUTTI I TIPI DI MOTO
QUESTO IL PROGRAMMA:
Ore 9.00 Apertura iscrizioni in Piazza Garibaldi, oggetto ricordo, gioco a premi (indovina la lunghezza), colazione offerta dal Moto Club.
Ore 11,50 Partenza della sfilata per le vie del centro, trasferimento in località via Fermi con sosta aperitivo offerto dal Bar Barakko.
Ore 13,00 Pranzo a prezzo convenzionato nei locali della Bocciofila Bondeno, con visione del MOTO GP durante il pranzo.
Ore 15,00 Premiazione per il conduttore più giovane, il più anziano, per il gruppo più numeroso extra, per gruppo più numeroso F.M.I., per il gruppo più numeroso fuori regione, per la moto più vecchia circolante, per il conduttore proveniente da più lontano. *I PREMI SONO GASTRONOMICI!*

EPICONDILITE NEGLI SPORTIVI


Dott. D. Bolognesi

INTRODUZIONE
Il termine "gomito del tennista" o epicondilite omerale si riferisce, generalmente, ad una sindrome dolorosa localizzata all'epicondilo laterale, ed è secondaria all'insulto micro-traumatico dei tendini dei muscoli estensori del polso e della mano a livello della loro inserzione prossimale (tendinite "inserzionale"). E' una patologia degenerativa infiammatoria che, anche se abbastanza comune e sovente invalidante, a causa della sintomatologia spesso modesta nelle fasi iniziali, è sottovalutata e giudicata come qualcosa di clinicamente banale. Al contrario, le difficoltà terapeutiche e la frequenza delle recidive richiedono una valutazione clinica e diagnostica rigorosa, così come l' applicazione di misure preventive corrette.



EZIOPATOGENESI
La causa scatenante può essere un singolo trauma, o, più frequentemente, una serie ripetuta di micro-traumi.
Focalizzando il nostro interesse soprattutto alla pratica del tennis , i più importanti fattori che possono determinare l'epicondilite sono:
- il livello di abilità tecnica: l'epicondilite è più frequente fra gli atleti di basso livello che fra i professionisti. È chiaro che il corretto movimento tecnico riduce al minimo il rischio di danno dovuto allo stimolo funzionale.
- L'uso di racchette con caratteristiche tecniche e strutturali non adeguate (ad esempio, una racchetta molto rigida), le dimensioni del manico della racchetta, il modo di impugnare la racchetta possono favorire l'insorgere della patologia.
- Inoltre anche la tensione delle corde, il materiale strutturale della racchetta, la qualità della pallina sono tutte cause che possono influenzare l'intensità dell'impatto durante il gioco.

INCIDENZA
La fascia d'età più frequentemente colpita da questa patologia è quella di uomini e donne fra 30 e 50 anni.

È certamente la patologia più comune fra i giocatori di tennis, ma si può riscontrare anche nei giocatori di golf, negli schermitori e nelle diverse specialità dei lanci dell'atletica leggera. La patologia interessa anche soggetti che non praticano sport, quali le casalinghe, i carpentieri e le persone che usano molto il mouse del computer, cioè individui le cui professioni richiedono l'uso continuo e ripetuto dei muscoli estensori del polso e della mano e che effettuano continui movimenti di prono-supinazione.

tutore di protezione

DIAGNOSI
L'epicondilite è caratterizzata da dolore sul gomito, che può irradiarsi ai muscoli dell'avambraccio ed aumentare durante l'estensione del polso e della mano. Nella fase iniziale il dolore compare solitamente durante il movimento tecnico o mentre si solleva un peso. Successivamente persino le azioni giornaliere ordinarie, come la stretta di mano, lo scrivere, il versarsi da bere evocano dolore.

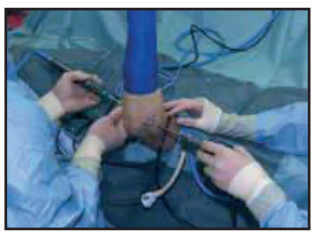
Obiettivamente, la pressione sull'epicondilo laterale causa un dolore acuto; anche le manovre di estensione contro resistenza del polso e del terzo dito della mano risvegliano il dolore.
Le indagini radiologiche convenzionali sono di poco aiuto nella diagnosi di questo genere di patologia; solo nelle fasi avanzate possono rivelare la formazione di calcificazioni vicino all'inserzione dei tendini.

TERAPIA
Nelle fasi di dolore acuto possono risultare efficaci i farmaci antinfiammatori non-steroidei (FANS) assunti per via sistemica o locale (unguenti, gel, cerotti ecc.), possibilmente associati con impacchi di ghiaccio (applicazioni di venti minuti due volte al giorno, con cicli di otto - dieci giorni).
Anche l'applicazione di appositi tutori di protezione puo' servire alla cura.
Durante il trattamento il paziente deve interrompere l'attività sportiva specifica ed evitare quei movimenti giornalieri che coinvolgono i muscoli dell'avambraccio.
L'infiltrazione locale con preparati a base di cortisonici può essere usata, ma soltanto nei casi in cui i sintomi persistano dopo i trattamenti sopra menzionati.

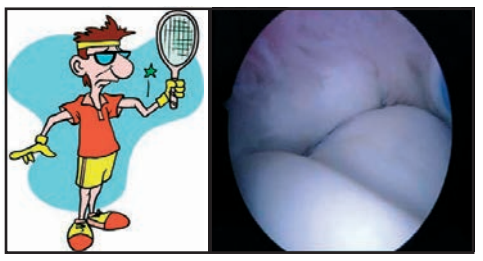
La fisioterapia è molto importante. Consiste essenzialmente in cicli di laserterapia, ultrasuoni, ed ultimamente nelle tendinopatie inserzionali come l'epicondilite il trattamento elettivo puo' essere rappresentato dalle onde d'urto, che tentano di rimuovere i metaboliti della infiammazione e agiscono su eventuali calcificazioni periarticolari.

onde d'urto

E' molto importante che, una volta cessato il dolore e verificato il recupero attivo, la ripresa della normale pratica sportiva avvenga solo dopo un periodo di idoneo e sufficiente ricondizionamento atletico, che dovrà consistere in esercitazioni di forza (contrazioni isometriche ed isotoniche che coinvolgano i muscoli dell'avambraccio) alternate ad esercizi di allungamento .L'aiuto attivo del fisioterapista puo' essere molto importante con tecniche di pressione e rilasciamento della zona colpita (tecnica diTravell e Simons).
In questo modo saranno ridotti i rischi di recidive. Al contrario le recidive si avranno in particolare quando gli atleti, non avvertendo più dolore e ritenendosi erroneamente guariti, riprendono a giocare senza seguire le istruzioni terapeutiche descritte in precedenza.
Grande attenzione deve essere prestata inoltre alle caratteristiche della racchetta ed all'esecuzione del gesto tecnico. Il medico specialista, in collaborazione con l'allenatore, deve assicurarsi che tutte le precauzioni tecniche possibili siano state prese onde impedire la recidiva della patologia.


artroscopia di gomito

In ogni caso, malgrado il rispetto di tutti gli accorgimenti terapeutici, una piccola percentuale (circa 5%) dei casi del epicondilite diventa cronica. In questo caso e soltanto come ultima risorsa, può essere presa in considerazione la terapia chirurgica.
Le tecniche chirurgiche consistono nella pulizia chirurgica e perforazione della giunzione osteotendinea.
Inoltre, quando siano accertate complicazioni dell'articolazione si puo' sfruttare la tecnica atroscopica.


visione artroscopica del gomito

CONCLUSIONI
L'epicondilite è una frequente patologia degli sportivi, ma non solo. Opportune misure preventive, una diagnosi precoce, e le opportune cure spesso risolvono, senza intervento chirurgico, tale evento doloroso.
E' anche opportuno sovente interrompere per periodi adeguati l'attività fisica per non cronicizzate la patologia e per non provocare pericolose recidive.

BIBLIOGRAFIA:
Bernard F.Morrey "The Elbow" Lippincott Editor 2004
Santilli G.: "Le epicondiliti da sport", Med. Sport 22, 295, 1969.
Nirsche H. "Soft-tissue injuries about the elbow", Clin. Sports Med. 5, 637, 1986.
Schatz P., Steiner C.: "Tennis elbow: a biomechanical and therapeutic approach", J.Am.Orthop.Assoc. 7, 778, 1993.
Kelley J.D., Lombardo S.J., Pink M.: "Electromyographic analysis of elbow function in tennis players with lateral epicondylitis", Am. J. Sports Med. 3, 359, 1994.
VincenzoCandela: "il gomito del tennista" 2005

DANZA "A TUTTO JAZZ"

Il gruppo Le Palestre Danza ha organizzato anche per quest'anno lo spettacolo annuale. Il titolo è "A tutto jazz", e verrà rappresentato presso la sala Estense di Ferrara il 26 maggio alle ore 21 con ingresso a offerta libera. Il ricavato della serata verrà destinato all'Unicef. Inoltre è prevista una replica il 3 giugno alle 21,30 presso il Centro Fiere, nell'ambito della festa dello Sport e del Volontariato.
Come di consueto la direzione è affidata alla professoressa Laura Cantelli, infaticabile insegnante di danza jazz, ed al valido supporto delle collaboratrici Cinzia Bonfatti e Brenda Borsari.
La scuola è nata nel 1985, con dodici bambine. Da allora si è sviluppata molto, arrivando attualmente a coinvolgere circa un centinaio di giovani e giovanissimi, in prevalenza di genere femminile, suddivisa in cinque corsi: per principianti dai quattro anni, fino ai ragazzi, che svolgono l'attività di perfezionamento.
La preparazione degli spettacoli, come tiene a sottolineare la Professoressa Cantelli, richiede un forte impegno, anche nella ricerca di musiche, coreografie e costumi.

Alcune allieve del corso di danza

La Prof.ssa Laura Cantelli attorniata da alcune sue allieve

Sopra e sotto, scene durante uno spettacolo di danza

Le Palestre Danza

Nasce nel 1985, sotto la direzione artistica di Laura Cantelli.
Dal 1998 produce in occasione del Giugno matildeo, un nuovo spettacolo ogni anno.
Ha presentato gli spettacoli:
"Viaggiando" (1994); "Metropoli" (1995); "CIAK" (1996); "Musica Maestro" (1997); "Giù la maschera" (1998); "La tavolozza del pittore" (1999); "Made in Italy" (2000); "Il Regno della Luna" (2001); "Animals" (2002); "Woman" (2003); "Il mare" (2004); "…e sono 20!" (2005); "Cartoonia" (2006)
Ha partecipato alla Rassegna di Danza Moderna e Contemporanea Città di Ferrara alla Sala Estense e al Teatro Nuovo nel 1991, 1992, 1993 e 1994. Gruppo ospite nello spettacolo "Amori Latini" al Teatro Boldini nel 1991 e nello spettacolo "Venti Bianchi" nel maggio 1992 alla Sala Estense e nel dicembre dello stesso anno al Teatro Boldini.
Ha partecipato alla rassegna "Natale in Danza" nel 1994 e nel 1995 alla Sala Estense e presso lo stesso teatro a "Danzando Insieme per non Dimenticare", nel 1996.
Nel 1998 ha partecipato alla rassegna "Danza e solidarietà".
Alcune allieve della scuola hanno partecipato alla Commedia"Aggiungi un posto a tavola" (1999). Ha partecipato alle "Giornate di Teatro Aperto" al Teatro Comunale di Ferrara (ottobre 2002 – 2003).
Gruppo ospite nello spettacolo "Sting…All this time" al Teatro Comunale di Ferrara nel giugno 2004

il CENTONE
Per la tua pubblicità o per avere maggiori informazioni su "Il Centone" telefona al n. 0532 894142

OFFICINE UROMOTORS
di Mamenigi Stefano e Simoni Davide s.n.c.
CENTRO GUARNIZIONI MAGNETI MARELLI
Meccanico - Elettrauto
- Vendità ed Installazione Autoradio
- Installazione e Manuntenzione impianti aria condizionata
- Riparazione e Tagliandi su ogni tipo di vettura
Via C. Ragazzi, 7/a - 44012 Bondeno (FE)
Tel. 0532 892266 - Fax: 0532 891060

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

Bondeno - Ponti Spagna piccolo fondo agricolo di mq. 6000 di cui mq. 2000 Edificabili (zona b2) con sovrastante fabbricato rurale di ca. Mq. 220 Garage, da ristrutturare.
Euro 90.000 Tratt.

Bondeno vicinanze centro piccola unità indipendente da Ristrutturare composta da: p.t. ampia cantina / lavanderia p.1° Soggiorno con angolo cottura, balcone, 1 letto matrim., Bagno
Euro 30.000 Tratt.

Ferrara zona ipercoop vendesi buon appartamento a 3° ed ultimo piano, con ascensore, composto da: ingr., Cucina, ampio soggiorno, n°2 letto matrim., Bagno, balconi, ripostiglio nel sottotetto, posto auto, risc. autonomo.
Inf. In ufficio

Bondeno zona campo sportivo vendesi porzione di bifamiliare, da ammodernare, compostra di: p.t. Ingr., Soggiorno, cucina abit., Rip., 1°P. N°1 letto matrim., N°1 letto doppia, bagno + scoperto esclusivo recintato con sovrastante garage / cantina.
Euro 105.000 Tratt

Bondeno centro libera villa di buone rifiniture ind.te su 4 lati di circa Mq. 350 disposta su due livelli (collegati da ascensore) p.t. N° 2 garage, lavanderia, cantina, bagno + n° 3 vani pluriuso (anche abitativi) con accesso indipendente dall'esterno., 1° P. Ingresso principale, salone, pranzo con retro cucina n°3 letto (2m.+1s) bagno con antibagno, terrazza e balcone. Ampio giardino esclusivo alberato.
Inf. In ufficio

Bondeno in località ponte rodoni casa indipendente su tre lati, abitabile, composta di sogiorno, cucina, 2 letto, bagno, ripostigli, cantina, garage e giardino privato.
Euro 90.000 Tratt.

C'era una Volta

Foto d'Archivio

COMUNE DI BONDENO

PROVINCIA DI FERRARA

N. 30

IL COMMISSARIO PREFETTIZIO

Viste le circolari n. 178 e 194 rispettivamente in data 3 - Maggio e 20 Giugno 1944 del Presidente del Consiglio Provinciale dell'Economia Corporativa;

Viste le disposizioni successivamente emanate;

ORDINA

Al Sig. [redacted]

residente a [redacted] proprietario del fondo [redacted]

in frazione di [redacted] di iniziare

immediatamente l'abbattimento di n. 267 piante contrassegnate in sede di verifica dagli agenti verificatori di questo Comune, come risulta dal questionario n. 12 in V/s possesso.

Successive disposizioni preciseranno le modalità di allestimento e consegna della legna.

Tutte le fascine e i pali ricavati da tale abbattimento s'intendono fin d'ora bloccati e a disposizione di questo Comune.

Si avverte che qualsiasi inadempienza alla presente ordinanza sarà perseguita a termini della legge di guerra.

Bondeno, li 10 LUG 1944

IL COMMISSARIO PREFETTIZIO
Dott. G. Golinelli

Sopra: *Raro documento storico conservato presso l'Archivio Mistretta.*

A sinistra: *La giovanissima Zoe Ghisi, gerente insieme alle sorelle, Zara e Fedora, del chiosco estivo di vendita gelati, granatine, bibite e altre prelibatezze, di proprietà della famiglia Timante Ghisi, situato nei giardini ceduto per poi essere demolito alla fine degli anni '50.*

Sopra: *Da sinistra a destra; Vasco Bergonzini, Alberto Costanzelli e la Dott. ssa Maria Luisa Pisa Costanzelli, titolare della Farmacia, in una scena di vita quotidiana all'interno della Farmacia dell'Addolorata negli anni '60. Curiosità: il signor Bergonzini, impiegato presso la Farmacia Addolorata conosciuto meglio come "al dutor" o "al gubin", era un personaggio molto popolare perché riusciva con la sua personalità gioviale ed il suo modo simpatico, ma sempre rispettoso ed educato, ad accogliere e servire i clienti con spassose battute o parole di conforto in funzione dei loro stati d'animo.*
Foto tratta dalla pubblicazione "La Farmacia della Beata Vergine Addolorata a Bondeno" edito nel 1997.

Ponte sul Panaro - Anni 50 (Archivio Mistretta)

A destra: *Una rara immagine della parte ovest della "Piazza del Mercato", ora piazza Andrea Costa, meglio conosciuta con la denominazione popolare: "Piazzeta di pui", risalente ai primi anni '50.*
Si nota la restante parte dell'antico porticato e sulla sinistra s'intravede il "Ricovero Bottazzi" prima dei recenti restauri. La pavimentazione della piazza è ancora in acciottolato.
Foto tratte dal volume "La Farmacia della Beata Vergine Addolorata a Bondeno" edito nel 1997

Estivo 2000 - Anni 1950 (Archivio Mistretta)

GRANDE OCCASIONE
(per problemi familiari)
A PREZZO DI REALIZZO
CEDESI ATTIVITA'
PIANO-BAR, GELATERIA
Via Nazionale, zona Garofalo (RO)
Circa 2000 mq di scoperto edificabile
e due bifamigliari di 90 mq già arredati!
(con possibilità di finanziamento)
Tel. 0532 741514 - Cell. 340 1014507

Monsignor Gardenghi durante un corteo funebre - Anni 1940-45 (Archivio Mistretta)

COMUNICATO STAMPA LIONS CLUB BONDENO

Il giorno 15 aprile 2007 si è svolta la giornata nazionale dei Lions Clubs contro la cecità prevedibile nell'ambito della seconda campagna mondiale "Sight First ".
Anche il Lions Club Bondeno ha aderito a tale iniziativa, con la vendita in Piazza Garibaldi di orchidee.
Un gruppo di Lions ha organizzato la vendita e grazie alla generosità dei cittadini di Bondeno , cio'contribuirà in concreto alla lotta contro la cecità nei paesi piu' bisognosi.
Gia' 24 milioni di persone, grazie ai Lions di tutto il mondo hanno gia' ricevuto cure di prevenzione per la vista.
Il Lions Club Bondeno ringrazia di cuore Mons. Marcello Vincenzi e tutti coloro che hanno contribuito alla iniziativa, acquistando le orchidee.

Il Presidente del Lions Club Bondeno
VITTORIO ZUCCHI

RIPORTIAMO I GIOVANI AI CAMPETTI DI PERIFERIA PER SALVARE IL CALCIO

Una proposta per riaffermare il Calcio autentico

Proprio quando con pene decisamente severe nei confronti delle società calcistiche che forse un po' troppo tollerano le frange più stupide degli ultrà (vedi Catania), si è persa un'altra occasione per poter vedere un semplice, puro spettacolo sportivo. E' purtroppo tornata prepotentemente protagonista la violenza dei tifosi, con le sue invasioni di campo e le tante scene di guerriglia urbana, nulla sembra essere cambiato, ma a quei tifosi interessa davvero come gioca la propria squadra? A quanto pare no, ed è per questo che forse non basta semplicemente responsabilizzare di più le società di calcio, ma andrebbe fatto un discorso ben più impegnativo con la società civile. Sembra sempre più lontano quel tempo in cui lo sport era sport e basta, ovvero divertimento per chi lo praticava, per chi lo dirigeva e per chi lo guardava. Il problema è che lo sport è cambiato, diventando un fenomeno sociale complesso, sviluppando al suo interno tanti problemi e contraddizioni anch'essi moderni e complessi, come la società a cui appartiene; temo che le istituzioni sportive abbiano sottovalutato questo aspetto, perseverando invece nel considerarlo immobile. Se infatti possiamo considerare la sua essenza immutabile, non altrettanto possiamo dire della sua forma, attualmente frammentata in molteplici realtà e spesso distorta dalle degenerazioni di cui è vittima, non sempre senza responsabilità. Si è parlato tanto del ruolo che i media hanno rispetto al problema della violenza negli stadi; le polemiche che abbondano continuamente fomentando la sfiducia a volte ben riposta, ma alle volte del tutto gratuita, legittima i "più deboli" a sfogare la propria rabbia per le ingiustizie vere o presunte che siano: una sorta di giustizia fai da te tipica delle società "incivili"!Indipendentemente dalla reazione violenta di alcuni, o dal ruolo decisamente migliorabile dei media, come giustificare ancora oggi la scarsa attenzione dedicata alle problematiche legate al mondo sportivo? Temo che la risposta stia in un concetto ormai nemmeno più tanto moderno: "lo sport è nato per affiancare le istituzioni ad alcune problematiche sociali, nel momento in cui esso stesso ne ha generate al suo interno, per comodità o forse semplicemente per incapacità non sono state affrontate con la dovuta serietà"!
Solo chi lo sport lo ha praticato a livello dilettantistico forse riesce a riviverlo poi da tifoso leale e comprensivo perché ne conosce le fondamenta, la passione. Non è un caso che oggi rispetto a non molti anni nei campetti di periferia sia sempre più difficile vedere ragazzi che corrono dietro ad un pallone, con mille magliette di tutti i colori, liberi da casacche e da schematismi precostituiti. Mentre fino a non molti anni fa i ragazzi facevano a gara per occupare per primi un campetto, ora questi sono praticamente abbandonati. Non sarà forse da questo banale dato sociologico che si potrebbe ripartire per rifondare l'idea di calcio?

P.P.

PROGRAMMA DEI PROSSIMI AVVENIMENTI SPORTIVI PAESANI

SPORT	DATA	ORA	LUOGO	MANIFESTAZIONE
Badminton	6 Maggio	9.30	Palacinghiale Ponte Rodoni	Torneo Regionale Badminton
Nuoto	6 Maggio	9.30-18.00	Acqua Parco Bondy Beach	Trofeo Bondy Nuoto Sincronizzato
Tennis	dal 14 Maggio	dalle 18	Campo via Pironi Tc Bondeno	Torneo Doppio "Giallo"
Calcio	17-27 Maggio		Campo Sportivo Bondeno	Baby Gol
Centro Zenit	19 Maggio	21.00	Teatro Argentina	Saggio Danza ed Artistica
Fitness	21 Maggio	18.00	Squash Center Via Pironi	Triathlon Fitness
Squash	27 Maggio	15.00	Squash Center Via Pironi	Torneo Regionale Squash
Spinning	29 Maggio	18.00	Squash Center Via Pironi	Maratona Spinning
Ju Jitsu	1 Giugno	21.00	Viale Repubblica	Dimostrazione di Ju Jitsu
Atletica	1 Giugno	21.00	Viale Repubblica	Staffetta dello Sportivo
Tsuru Kay Karate	1 Giugno	21.00	Viale Repubblica	Dimostrazione Di Tsuru Kay Karate
Nuoto	7 Giugno	20.30	Acqua Parco Bondy Beach	Hydrobike Special
Nuoto	10 Giugno	11.00 -18.00	Acqua Parco Bondy Beach	Waterworld - giochi in Acqua - Prove Con Kayak e Prove Sub
Nuoto	10 Giugno	21.30	Acqua Parco Bondy Beach	Serata Beneficenza (Consegna alle autorità locali di quanto raccolto nella "4 ore di nuoto")

ATTIVITÀ PREVISTE PER LA FIERA DELLO SPORT 2-3 GIUGNO

SPORT	DATA	ORA	LUOGO	MANIFESTAZIONE
Ju Jitsu	2 Giugno	21	Centro Fiera Bondeno	Esibizione Ju Jitsu (Circolo il Gabbiano)
Pattinaggio	2 Giugno	Pomeriggio	Centro Bihac	Saggio di Pattinaggio
Centro Zenit	2 Giugno	21	Centro Fiera Bondeno	Esibizione Danza Artistica - Esibizione Fit Boxe - Step/push Power
Pattinaggio	3 Giugno		Palestra via Manzoni	Trofeo Città di Bondeno
Pallavolo	3 Giugno	10.00	Palestra Piccola via Manzoni	"Il Volley Nel Cuore; Il Cuore Nel Volley" II Edizione (Partita a Scopo Benefico)
Le Palestre	3 Giugno	21	Centro Fiera Bondeno	Spettacolo di Danza e Break Dance

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

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

Giardinaggio

Il giardino della salute

Lunga vita al rosmarino

Certamente tutti conoscono e apprezzano il rosmarino per le sue virtù odorose che concorrono in egual misura sia nell'arte culinaria che nella produzione di profumi e cosmetici. Forse minor attenzione è rivolta alle sue qualità terapeutiche che pur hanno valso alla specie il nome di Officinalis. Gli usi del rosmarino nella medicina popolare sono molteplici, viene usato come pianta "digestiva" e a lui si ricorre per curare la raucedine e la tosse stizzosa o come drenante e disintossicante, senza contare le indicazioni per uso esterno che spaziano dalla funzione antibatterica a quella antireumatica.

La proprietà più interessante del rosmarino è quella stimolante epato-biliare per chi lamenta un impigrimento delle funzioni digestive ed epatiche e pertanto può essere utilizzato in tintura madre, 50 gocce, tre volte al dì dopo i pasti per la durata di due mesi, in primavera e autunno, al fine di drenare l'organismo e depurarlo.

Inoltre per un bagno profumato e rivitalizzante si possono raccogliere in un sacchetto di garza 50 gr. di foglie di rosmarino e 30 gr. di fiori di calendula e lasciare tale miscela nella vasca in acqua calda; con questo "sacchetto balsamico" è poi possibile fare un delicato massaggio.

Una curiosità:

L'alcolato di rosmarino (apprezzato elisir di giovinezza ottenuto dalla distillazione di cedro, rosmarino e trementina) veniva un tempo chiamato "Acqua della regina d'Ungheria" (1370), si diceva che avesse trasformato una principessa settuagenaria, paralitica e gottosa, in una seducente fanciulla che fu chiesta in sposa da un re di Polonia.

Alcune notizie sul rosmarino

Varietà: ne viene coltivata un'unica varietà, anche se frequentemente si notano differenze nell'intensità del profumo, ma ciò è dovuto alle variazioni climatiche.

Clima: preferisce ambienti miti e soleggiati; in inverno nelle regioni settentrionali va riparato adeguatamente dal freddo. Si adatta molto bene al secco.

Terreno: il rosmarino cresce bene in terreni in cui non si verificano ristagni d'acqua; il rischio maggiore è per gli esemplari in vaso: non lasciate mai l'acqua stagnante nel sottovaso e ponete il vaso in una posizione ventilata.

Concimazione: non è necessaria alcuna concimazione.

Raccolta: tutte le specie aromatiche sono, per la loro natura, soggette a frequenti cimature. Difatti l'operazione che compiamo durante la raccolta dei rametti per la cucina o per la salute provoca un utile stimolo a formare nuovi rami giovani e intensamente profumati. Il rosmarino reagisce bene alle potature periodiche che producono getti giovani e molto ricchi di olii essenziali profumati.

Avversità: solo raramente si notano deperimenti della pianta dovuti a marciume o a freddo.

Moltiplicazione vegetativa: un giovane rametto di rosmarino piantato nel terreno o immerso nell'acqua è capace di emettere immediatamente un nodo di radici formando così una nuova pianta. Si preferisce questo sistema di moltiplicazione alla semina in semenzaio e al successivo trapianto in relazione ai lunghissimi tempi di crescita del rosmarino.

MARINELLA VANNINI

Rosmarino *(nome volgare)*
Usmarin *(denominazione dialettale)*
Rosmarinus officinalis *(nome scientifico)*
E' un arbusto perenne dall'odore caratteristico
HABITAT: spontaneo della zona mediterranea e comunemente coltivato negli orti
PARTI IMPIEGATE: sommità fiorite e foglie
PROPRIETA' TERAPEUTICHE: per uso esterno come olio da massaggio
Per uso interno come stimolante epato - biliare

Il giardino dei semplici

Sogni profumati di lavanda

La lavanda ***(lavandula officinalis)*** è un arbusto cespuglioso che cresce nei luoghi asciutti e assolati. In Italia è diffusa nei terreni sassosi e aridi della Liguria e del Piemonte meridionale, inoltre è coltivata su scala industriale per l'estrazione dell'essenza : sono note le colture del Col di Nava, delle provincie di Imperia, Cuneo e Ravenna. Di questa pianta vengono utilizzate le infiorescenze non completamente schiuse e lasciate essiccare ad una temperatura non superiore ai 35 gradi e ciò per evitare che il prezioso olio essenziale si volatilizzi.

Alcuni ricercatori inglesi, dopo attenta sperimentazione, hanno individuato ne fiori di lavanda una valida attività ipnoinducente cioè capace di indurre il sonno pertanto possiamo consigliare una tisana capace di farci fare "sogni profumati " composta in egual parti da lavanda, biancospino e passiflora.

In una prospettiva storica ricordiamo che nel Settecento la Lavanda e la sua essenza furono conosciute e apprezzate dal calabrese Giovanni Maria Farina che le utilizzò per elaborare , insieme al bergamotto e ad altre spezie, l'acqua di Colonia che consigliamo come tonico per la pelle. Per concludere un consiglio sicuramente gradito ai nostri lettori: 150 grammi di fiori di lavanda da infondere in vasca per bagni distensivi e profumati, da fare alla sera prima di andare a letto.

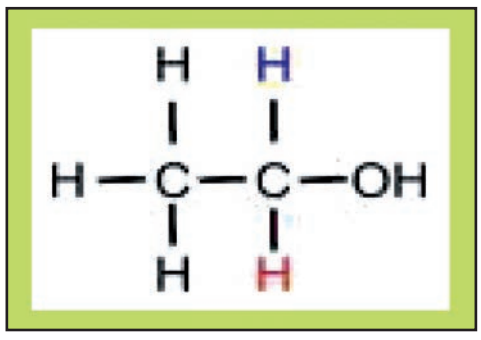
L'ALCOOL TRA MITO E VERITÀ

In occasione dell'importante iniziativa del "V Trofeo Carife", organizzato dal Basket club Ferrara, che ha coinvolto numerose scuole superiori di Ferrara e provincia, il Dottor Stefano Gamberini, farmacista dell'AFM (le farmacie comunali di Ferrara), ha incontrato circa 2000 studenti spiegando loro gli effetti dell'alcool sull'organismo umano. Con l'ausilio di slides semplici ed esaurienti, ha cercato di rendere chiare e comprensibili le criticità dell'argomento. Agli incontri con gli studenti hanno preso parte come testimonial d'eccezione anche alcuni dei componenti del Basket Club, come giocatori e allenatori.

Data l'attualità del problema che coinvolge non soltanto gli studenti, Sport Comuni ha colto l'occasione per intervistare il Dottor Gamberini.

Come è nata l'idea di incontrare gli studenti per affrontare il problema dell'alcool?

"Da sempre l'informazione e l'educazione sanitaria è uno degli obiettivi e delle priorità dell'azienda farmacie comunali di Ferrara. Direi che fa parte del nostro DNA. In questi anni con il Dr. Zavatti, direttore generale dell'AFM e diversi colleghi, abbiamo messo a punto una serie di interventi che ci hanno portato nelle scuole, ma non solo, ad affrontare molti argomenti di grande attualità: l'importanza di una corretta alimentazione, di corretti stili di vita, di uso razionale dei farmaci, di doping ….Abbiamo ragionato in termini di "emergenze" che era giusto affrontare per dare un informazione corretta, in particolare ai giovani, perché possano fare scelte il più possibile consapevoli. Un progetto ad ampio respiro, ambizioso ed impegnativo, che ci auguriamo nel tempo possa dare i suoi frutti. Da un paio d'anni, poi, si è aperta questa splendida collaborazione con il Basket club che permette di veicolare messaggi importanti anche attraverso testimonial particolarmente vicini e cari ai giovani."



Composizione chimica dell'alcool

Che cosa si intende esattamente per alcool?

"L'"Alcool"o alcool etilico o etanolo è il prodotto di scarto del processo della fermentazione operato da lieviti sugli zuccheri presenti in natura in moltissimi alimenti, dalla frutta ai cereali ecc…."

Quali sono le sue caratteristiche specifiche?

"Fornisce molta energia (7 kcal/g), più di zuccheri e proteine, per intenderci. L'energia fornita è però un'energia assolutamente povera e non sfruttabile adeguatamente dall'organismo perché carente di tutti gli elementi che caratterizzano gli altri nutrienti, come minerali e vitamine. Un aspetto importante del metabolismo dell'alcool è che non viene praticamente per nulla eliminato come tale dall'organismo ma deve essere preventivamente degradato da enzimi presenti quasi esclusivamente nel fegato. E questo spiega in buona parte la tossicità elettiva nei confronti di questo organo."

E quali sono i suoi effetti sull'organismo?

"Tantissimi, alcuni anche positivi, per esempio sui valori di grassi e colesterolo nel sangue, se si rimane su dosi assolutamente modeste (1 o 2 unità alcoliche al giorno); pericolosi o devastanti se ci si allontana da questo tipo di consumo per scivolare nell'eccesso o nell'abuso."

Che cosa si intende per tasso alcolico?

"Tasso alcolico o alcolemia indica la concentazione nel sangue (g/l). A stomaco vuoto il picco si ha in 30-45', dopo un pasto normale 90', dopo un pasto abbondante 120'. Nel tempo, poi, l'alcolemia si mantiene sensibilmente più bassa se il consumo è avvenuto in corrispondenza dei pasti. Dal tasso alcolico dipendono i vari effetti che l'alcool determina sull'organismo.(sopra riportiamo la tabella degli effetti dell'alcool sull'organismo umano espresso in bicchieri ed in grammi per litro)."

0,4 g/l	2 bicchieri di vino 1 boccale di birra 1 bicchierino di liquore	Diminuzione visione laterale e profondità di campo
0,5 g/l	2,5 bicchieri di vino 3 birre piccole 2 bicchierini di liquore	Euforia,diminuzione dell'attenzione, visione alterata, maggiore sensibilit alla luce
0,8 g/l	3,5 bicchieri di vino 2 boccali di birra 3 bicchierini di liquore	Mancanza di precisione e inizio perdita di reazione
1,2 g/l	6 bicchieri di vino 4 bicchierini di liquore	Visione doppia o sfocata, falsa percezione dei colori
1,6 g/l		Forte diminuzione delle percezioni, incoordinazione
3 g/l		Stato confusionale, coma, pericolo di morte

Il Dottor Gamberini premiato dal Dottor Viglione

Quali sono gli effetti dell'alcool sul Sistema Nervoso Centrale?

"Innanzitutto l'alcool è un potente inibitore del Sistema Nervoso Centrale (SNC) ed interagisce negativamente con le sue funzioni, dalle più semplici alle più complesse. L'abuso cronico si accompagna ad evidenti segni di sofferenza cerebrale come microcefalia, (rimpicciolimento del cervello per perdita di materia grigia e bianca), degenerazione del cervelletto, con compromissione di equilibrio e movimento…Perdita di memoria, difficoltà di apprendimento, disturbi del sonno, psicosi, ansia, depressione, segnano l'orizzonte dell'alcolista. Un aspetto molto importante riguarda l'interferenza che ha negli adolescenti con il processo definito plasticità neuronale e che altro non è che la maturazione graduale e costante che nel cervello di un giovane si va facendo attraverso meccanismi di connessione tra cellule nervose, aumento di neurotrasmettitori o di recettori, ovvero le porte attraverso le quali passano i messaggi e le informazioni tra i neuroni. Se questi gradini di maturazione del SNC non si compiono in modo adeguato per l'interferenza dell'alcool con questi processi, si avrà come risultato un organo meno "ricco e reattivo" in età adulta."

Anche il cuore risulta soggetto agli effetti dell'alcool?

"Esiste una cardiopatia tipica del bevitore patologico che comporta una ridotta capacità di contrazione di questo muscolo e rappresenta un'importante causa di morte se non viene tempestivamente trattata. Ma anche disturbi del ritmo cardiaco e della pressione, nonché ictus sono fenomeni ben noti in questi soggetti. Se a questo aggiungiamo un quadro lipidico fortemente alterato nei bevitori abituali si capisce come tutto l'apparato cardiovascolare sia uno dei punti maggiormente critici."

Qual è l'organo maggiormente coinvolto?

"Il fegato. Le malattie e le complicazioni sono

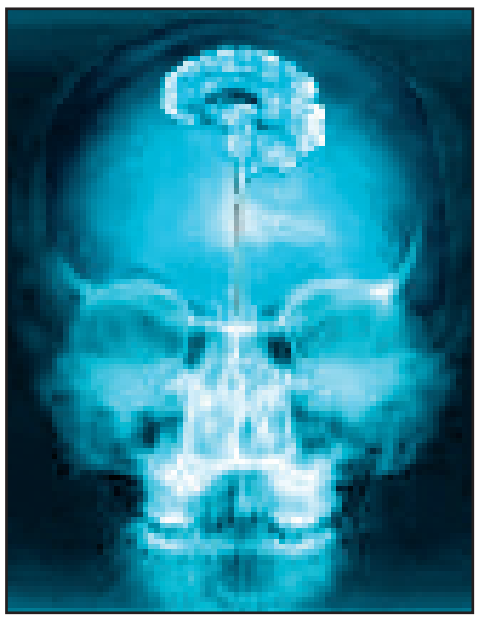
L'intervista all'esperto

veramente una lunga e desolante lista; steatosi, (accumulo di grasso), epatite cronica; fibrosi; cirrosi; asciti della cavità addominale; varici esofagee emorragiche e tumori. Danni spesso irreversibili. Sono moltissime le persone che vanno incontro a lunghe e pesanti terapie, interventi, trapianti di fegato a causa dell'alcool."

Tra questi vi sono anche esempi di celebrità?

"Ai ragazzi ricordavo George Best, campione irlandese di calcio, pallone d'oro nel '68.

Per motivi anagrafici, non possono conoscerlo; ho detto che era il Maradona di quegli anni, e il paragone ci sta tutto…. Nel periodo di maggior successo ed esposizione mediatica si esprimeva in questi termini: <<*ho speso molti soldi in macchine, donne e grandi bevute. Il resto l'ho sprecato*>>. Dopo aver immolato sull'altare dell'alcool il suo talento residuo ed aver subito un trapianto di fegato e dopo che il fegato trapiantato si era a sua volta irrimediabilmente ammalato, ha voluto raccontare ai giovani la sua storia fino in fondo, ha acquistato la prima pagina di un importantissimo quotidiano inglese per farsi ritrarre morente in ospedale e pronunciare queste parole: <<ragazzi, non morite come me>>".



Quali sono gli effetti sulle funzioni sessuali?

"Innanzitutto è a torto ritenuto un afrodisiaco. Dopo la prima fase di disinibizione ed euforia che provoca e che rende apparentemente più facile l'approccio, si passa comunque inevitabilmente alla fase di depressione, tristezza e sonnolenza... Per quanto riguarda gli effetti sull'organismo maschile, nel tempo comporta: atrofia testicolare, impotenza, sterilità, ginecomastia (comparsa del seno) e femminilizzazione. Sull'organismo femminile invece si possono verificare: diminuzione della libido, anomalie del ciclo, riduzione del volume delle ovaie, sterilità e aborto. Tutt'altro che un afrodisiaco o garanzia di chissà quali prestazioni."

E quali sono le conseguenze sui neonati da madri alcoliste?

"L'esposizione, anche a piccole dosi, durante la gravidanza espone al rischio di sindrome alcolica fetale (FAS). Sottolineo anche a piccole dosi perché in gravidanza l'alcool va evitato in modo assoluto. Tra le alcoliste, poi, il rischio è altissimo: 1/3. I segni di questa sindrome possono essere più o meno gravi, da anomalie cranio-facciali, a ritardo mentale, a danni dell'udito e del linguaggio, ritardo nella crescita..."

L'alcool, porta a dipendenza fisica?

"Non ci sono dubbi. I tempi e le quantità che possono portare a questo non sono facilmente individuabili e possono essere diversi da individuo ad individuo, ma la sindrome da astinenza che si innesca alla sospensione dell'assunzione di alcool dimostra chiaramente questo aspetto. I primi segni di astinenza si manifestano nell'alcolista già dopo 6-8 ore con ansia, aumento della pressione, tremori. Dopo 24 ore possono comparire allucinazioni particolarmente vivide di tipo uditivo, visivo e tattile.. dopo 48-72 ore si puo' andare incontro a delirium tremens caratterizzato da convulsioni e delirio, febbre, tachicardia che può avere esito fatale se non trattato adeguatamente."

In che modo attualmente i giovani consumano alcool?

"Sta profondamente cambiando tra i giovani il modo di bere: sempre più in compagnia e sempre meno solitari. Fenomeno nuovo e particolarmente pericoloso è il "binge drinking", bere grandi quantità in una unica soluzione per portare velocemente in "tilt" il cervello.

Sempre maggior successo riscuotono gli "alcool pops", bevande a basso tenore alcolico, circa 5%, contenenti vodka, gin, rum…, in confezioni coloratissime ed associate a zucchero, (occhio alle calorie…), e spesso caffeina, che le rendono particolarmente adatte ad un pubblico femminile."

Al di là del prezzo che si paga in termini di salute personale esiste anche un costo sociale dell'alcool?

"In Italia si stima che gli alcolisti siano circa un milione, 4 milioni i bevitori patologici. Il 10% almeno di tutti i ricoveri ospedalieri è alcool-correlato, così come il 50% degli 8000 morti sulle strade. Per ogni decesso si contano almeno 30 feriti con invalidità più o meno pesanti negli anni a venire. Di circa un milione di denunce di infortuni sul lavoro, almeno un 20% può essere messo in relazione all'alcool; 20-25milioni sono le giornate lavorative perse in un anno per questa causa. Si potrebbe continuare, ma penso che questi numeri possano bastare per farsi una idea delle dimensioni del fenomeno.

Il Dottor Gamberini mentre parla agli studenti

Sicuramente intorno all'alcool girano un sacco di soldi. Negli USA, (ma fatte le debite proporzioni di popolazione i numeri sono sovrapponibili con quelli italiani), il giro è di 130 miliardi di $, di cui 25 riguardano il consumo giovanile. Il mercato ha un occhio di riguardo per i giovani se è vero che chi comincia a bere prima dei 15 anni ha una probabilità 4 volte superiore di diventare bevitore patologico da adulto. La testimonianza di alcuni dei giocatori del Basket Club ha di certo fatto molto riflettere i giovani ascoltatori: l'alcolismo non va sottovalutato e può veramente influire negativamente sulla vita delle persone. Per esempio durante il suo intervento Collins, play maker di grande talento della CARIFE, ha raccontato la sua esperienza familiare: l'alcool ha distrutto le speranze di giocare in NBA del suo promettentissimo fratello maggiore.

Altri interventi di giocatori, dell'allenatore Giorgio Valli e del suo vice Morea hanno inteso sottolineare l'importanza di avere dei sogni, di impegnarsi con tutte le proprie forze per realizzarli e di evitare di bruciare le proprie chance per l'abitudine con l'alcool. In poche parole scoprire il gusto di scegliere in modo libero e consapevole del proprio futuro.

Questo il saluto e l'augurio che abbiamo lasciato nelle scuole.

FRANCESCO LAZZARINI

Informazione di pubblica utilità

InformaSalute

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

IL VALORE TERAPEUTICO DELLA RIEDUCAZIONE EQUESTRE

Anche quest'anno, alla luce della positività dell'esperienza svoltasi nel 2005 e nel 2006, si svolgerà il corso di rieducazione equestre per persone disabili realizzato grazie al Protocolla d'Intesa stipulato tra Azienda USL di Ferrara, Gruppo Sportivo Terapeutico ANFFAS e le cooperative sociali CIDAS e Serena.

L'iniziativa ha lo scopo principale di contribuire a migliorare la qualità di vita delle persone disabili "in condizione di restrizione della partecipazione o di deficit di opportunità", come definite dalle indicazioni dell'Organizzazione Mondiale della Sanità. Notoriamente, infatti, la rieducazione equestre contrasta le rigidità posturali, favorisce la comunicazione e lo strutturarsi di una identità personale positiva delle persone disabili che acquistano, così, più autostima e capacità relazionali.

L'attività del 2007 si articola in 46 incontri previsti nel periodo aprile-ottobre all'Ippodromo di Ferrara gestito da Gruppo Sportivo Terapeutico dell'ANFFAS e coinvolge 17 persone, ospiti dei Centri Socio Riabilitativi (C.S.R.) semiresidenziali di S. Martino, Navarra e Rivana.

L'attività equestre è gestita da istruttori qualificati e dagli operatori dei C.S.R. di appartenenza dei ragazzi, gli anni scorsi sono stati coinvolti nel progetto anche tirocinanti dei corsi per Operatori Socio Sanitari (O.S.S.) e gli studenti del Liceo Sociale "Carducci" di Ferrara.

Gli operatori e gli istruttori lavoreranno principalmente sul consolidamento delle tecniche acquisite negli anni precedenti e su nuovi obiettivi riguardanti coordinazione, lateralizzazione, rilassamento, abilità comportamentali e relazionali, autonomia e partecipazione attiva. Inoltre, per ogni ospite verrà costruito un progetto d'intervento specifico che tenga conto dei deficit e delle risorse di ciascuno di loro.

Quest'anno l'esperienza di rieducazione equestre è state estesa anche a Codigoro -distretto sud-est-, dove sono coinvolti nel progetto riabilitativo 15 ragazzi, ospiti del CSR Il Faro ed utenti dei servizi Aiuto alla Persona (SAP) gestiti dalla cooperativa sociale Girigirotondo.

FEDERICA CAMURRI

InformaSalute Periodico dell'Azienda USL di Ferrara
Aprile 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, M. Forlani, G. Bellini, R. Bassi*

L'ANANAS

un utile alleato per combattere la cellulite

Cari lettori di Sport Comuni benvenuti al nostro appuntamento con la rubrica di "Alimentazione e Benessere". In questo numero ci occuperemo di un frutto, in origine prettamente estivo, ma che oggi è di facile reperibilità in ogni mese dell'anno, ovvero l'ananas. Questo frutto sicuramente non autoctono, racchiude in sè importanti elementi, che se assunti in maniera adeguata possono combattere quello che per noi donne è un nemico cronico…. si, proprio la cellulite!! L'ananas è un genere di piante appartenente alla famiglia delle Bromeliaceae. È conosciuto soprattutto per la specie coltivata Ananas comosus e il suo nome deriva dal nome del frutto nella lingua degli indi Guarani.Questo genere di frutto è originario del Sud America, infatti portato nell'isole caraibiche dagli indi Caribi ed a Guadalupe fu visto per la prima volta nel 1493 da Cristoforo Colombo. Successivamente venne importato in Europa e da qui fu distribuito nelle isole del Pacifico dagli spagnoli e dagli inglesi. Si trovano piantagioni commerciali nelle Hawaii, nelle Filippine, nell'Asia sud-orientale, in America Latina, in Florida e a Cuba e oggi è uno dei frutti più conosciuti.

L'ananas: un alimento coadiuvante nei trattamenti anticellulite

L' ananas è una pianta il cui frutto viene apprezzato per il suo sapore dolce. Il fusto centrale del frutto generalmente non viene mangiato, non ha infatti un buon gusto al contrario della parte restante. Si fa apprezzare però in altri campi per le sue caratteristiche salutistiche. Infatti l'ananas è composta da un enzima molto importante per la salute, la Bromelina che è contenuta nel gambo.

Contro lipodistrofia localizzata (cellulite), il suo effetto è indiscusso: somministrando le bromeline lontano dai pasti per ottenere livelli efficaci nel sangue si ottengono miglioramenti evidenti con la completa scomparsa della cosiddetta pelle a buccia d'arancia che costituisce il classico ed antiestetico aspetto della cellulite. L'utilizzo della Bromelina è molto importante anche come trattamento antinfiammatorio, gli estratti di ananas vengono utilizzati nei prodotti erboristici, ma è opportuno ricordare che la cellulite stessa è un processo infiammatorio e non solo un in estetismo. Questa infatti, riempiendo gli spazi cellulari di liquidi, porta a inestetismi ben conosciuti e odiati da noi donne!

Gli integratori dietetici

Notevolmente diffusi da alcuni anni sono gli integratori dietetici (es. Cellulase Urto, Fencell, ecc.) a base di sostanze naturali. Queste sostanze (ananas, betulla, ginkgo biloba, centella, fucus vescicolosus, bioflavonoidi) sembrano contrastare la formazione della cellulite attraverso un'azione drenante sui liquidi e favorente il microcircolo. Gli integratori, da assumere con regolarità e per periodi piuttosto prolungati, hanno un ruolo di complemento con i trattamenti cosmetici, ma il loro impiego non va disgiunto da un'alimentazione sana, un esercizio fisico regolare e dall'assunzione di notevoli quantità di liquidi.

Curiosità:

Se tutti noi abbiamo pensato che l'ananas fosse un frutto importato dopo la scoperta dell'America, è proprio il caso di ricredersi, infatti al Museo Nazionale Romano di Roma, presso la sede di Palazzo Massimo alle Terme, è conservato un pavimento a mosaico di epoca romana la cui datazione è collocabile fra il I secolo a.C. ed il I secolo d.C.. Al centro è presente un motivo geometrico con un cesto di frutta, tra cui spicca chiaramente un ananas, con il tipico colore, la caratteristica infiorescenza a spiga e le scaglie. Ad incuriosire è proprio la presenza di questo frutto originario dell'America tropicale, giunto in Europa solo dopo i viaggi di Cristoforo Colombo!

Per saperne di più…

Valnet J.: Cura delle malattie con ortaggi, frutta e cereali, Giunti Martello, Firenze, 1982
Vaga E.G.: Frutta e verdura curano e guariscono, De Vecchi Editore, Milano, 1989

La Ricetta
ANANAS A SORPRESA

INGREDIENTI:
(per 6 persone)
-Ananas
-Frutta di stagione
-Rum (1 bicchierino)
-Zucchero (2 cucchiai)

PROCEDIMENTO:
Tagliate l'ananas una calotta che formi un coperchio; mettetela da parte svuotate con cura il frutto. Con la polpa tagliata a dadini e con la frutta di stagione preparate una macedonia e mettetela in frigorifero. Spolverizzate l'interno dell'ananas con lo zucchero, innaffiatelo di rum e lasciatelo raffreddare in frigorifero. Riempite infine l'ananas con la macedonia, chiudete con il coperchio. Servitelo in una grande coppa, contornato di ghiaccio triturato finemente.

SULLA DIETA A ZONA…

La dieta a Zona è un regime alimentare messo a punto Barry Sears, il quale concentra la sua ricerca sulla condizione che il segreto di una vita lunga e salutare, stia in un ormone e più precisamente nell' insulina. Infatti secondo lo studioso se si mantengono i livelli di quest'ultima in una certa "Zona" è possibile migliorare la propria salute. Tutto ciò sarebbe possibile seguendo un'apposita dieta.

Come si regolano quindi i livelli di insulina? Mangiando a ogni pasto la giusta combinazione di cibi!

Come l'insulina fa ingrassare e fa rimanere grassi.

Secondo B. Sears non si potrebbe ingrassare mangiando solo grassi, poiché i grassi commestibili non hanno alcun effetto sull'insulina. Quindi, secondo questo studioso, quello che fa ingrassare sono livelli troppo alti di insulina nell'organismo. Ci sono due modi per farli salire: mangiare troppi carboidrati oppure assumere troppe calorie in un solo pasto. Secondo questa teoria, sono i carboidrati i maggiori responsabili dell'aumento di peso…! Infatti il loro l'aumento ha un effetto collaterale tossico: l'eccesso di secrezione dell'ormone insulinico. La sua eccessiva produzione potrebbe inoltre provocare anche l'accelerazione dello sviluppo di malattie croniche.

Come si preparano i pasti con la Zona

In pratica si deve semplicemente equilibrare il contenuto dei cibi nei piatti e non ingerire mai troppe calorie per pasto. Gli unici strumenti che servono sono quindi un po' d'occhio e un'attenzione particolare alle proporzioni.Secondo Sears, ogni pasto inizia con una porzione adeguata di proteine magre, perché l'organismo ha bisogno quotidianamente di sostituire quelle degradate e disperse. Inoltre stimolano la secrezione del glucagone che è l'ormone del consumo, quello che ordina all'organismo di liberare i carboidrati immagazzinati nel fegato. Infine le proteine devono essere magre per evitare l'eccessiva assimilazione di grassi saturi.

Ora è opportuno aggiungere alle proteine i carboidrati. Quest'ultimi si possono ora dividere in due gruppi: i favorevoli e gli sfavorevoli. I favorevoli sono generalmente frutta e verdura, gli sfavorevoli sono, per esempio, pasta, pane e dolci, ma anche amido e cereali.

Questa distinzione viene fatta in base al carico glicemico, che si calcola in base alla densità di carboidrati rispetto al volume del cibo che li contiene e alla loro rapidità di assorbimento. Ora è possibile concludere che maggiore sarà il carico glicemico sulla dieta, maggiore sarà la secrezione di insulina e il conseguente aumento di peso e un calo di salute.

Un giusto compromesso tra proteine, verdura, pasta e tutti gli alimenti che compongono la quotidiana alimentazione, e il loro bilanciamento, permetteranno la produzione di insulina in proporzioni giuste per ciascun organismo e restare quindi nella "Zona".

MARGHERITA POLETTI

Mario Piva, lo Scultore-Industriale

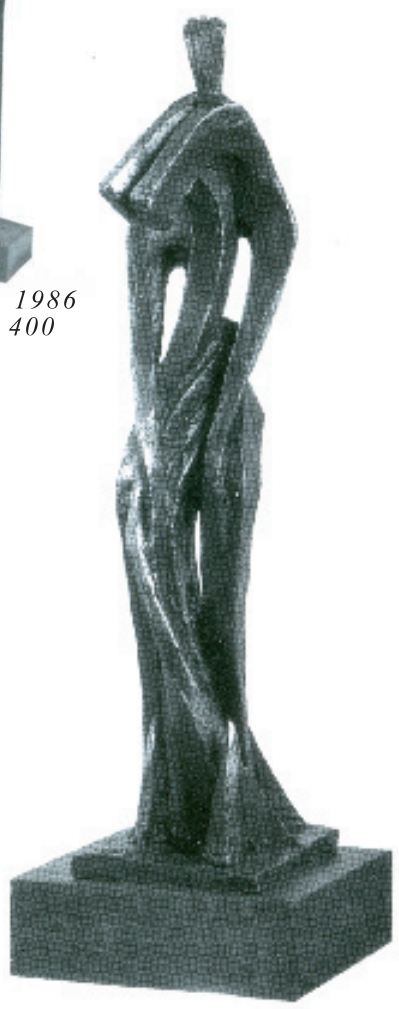
Il Maestro Mario Piva nel suo studio

Mario Piva è nato a Ferrara dove vive e lavora. L'arte è l'espressione diretta di una civiltà, della sua storia, del suo futuro. E' qualcosa di mutevole, mai statica né uguale a se stessa. E' per questo che l'artista, il vero artista, è colui che si distingue nel proprio lavoro, che ha particolare sensibilità per capire ciò che cambia e che non nasce dalla penna di critici, ma si afferma solamente per il suo talento.
In questo panorama si colloca il Maestro MARIO PIVA, scultore ferrarese operante da oltre 40 anni e che ha prodotto circa seicento opere di diverse dimensioni e materiali: creta, marmo, legno, ferro, rame e bronzo.
Il Cavaliere Piva risulta essere un personaggio eclettico, ricco di interessi e molto attivo in vari settori, socio Rotary, noto anche come "lo Scultore-Industriale" poiché ha iniziato plasmando la creta quando nel 1958 ha fondato la "STAYER", la fabbrica che fa parte della nostra storia ferrarese recente a pieno titolo, ceduta poi negli anni '90.
Piva inizia con esperienze figurative, fino ad arrivare all'elemento portante della sua arte che sarà quasi sempre la struttura geometrica ricorrendo a forme squadrate, a parallelepipedi di varia grandezza spesso incurvati. E' consapevole che il corpo umano è una riserva infinita di segni e quindi una superficie di scrittura che ci invita a leggerli. Opere originalissime, inconfutabili ed imponenti anche quando non superano i 50 cm di altezza, poiché, la grandiosità la portano dentro.
Tematiche care al maestro sono la donna sola o con l'uomo, la danza (i balletti), gli uccelli, i cavalli, la vita e la morte, il dolore, il concepimento (rappresentato dalla sfera che simboleggia la perfezione). Il cavallo è il simbolo della potenza e della forza; nella figura femminile emerge sempre una sensualità raffinata e vibrante senza pudore o vergogna. Anche nell'arte sacra domina la sua originalità artistica come per esempio nell'opera "L'Uomo e la Via Crucis", che comprende 14 bronzetti che rappresentano le stazioni con il corredo di bassorilievi in cotto che riprendono il soggetto in bronzo. La Croce costituisce l'elemento base della narrazione, mentre il simbolo dominante della sofferenza è costituito da tre chiodi che accompagnano le varie fasi del martirio. A fare da cornice vi sono sculture di grandi dimensioni: "La Condanna" in marmo, "La morte di Cristo", in rame, ed infine il "Portale" in ferro, rame e cotto a rappresentare tutte le stazioni.

Abbraccio, 1986
Rame cm 400

Via Crucis

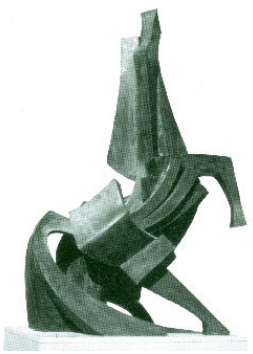
In permanenza vi sono a Ferrara alcune testimonianze di prestigio come il "Cavallo" in rame di due metri e sessanta posizionato nella rotonda dell'asse via Kennedy – Via Bologna; "L'Abbraccio" in rame di quattro metri esposto a Palazzo Massari, dalla cui versione di sette centimetri la "Fabi", il sindacato bancari, ne ha fatto realizzare dalla "Unoaerre" mille pezzi in occasione del suo cinquantenario.
Altre importanti opere sono in alcuni Istituti di Credito cittadino tra cui l'opera "Il Successo" in rame alto due metri e ottanta esposto nella nuova Sede Direzionale della Cassa di Risparmio di Via Bologna.
Da circa due anni è possibile ammirare il frutto del suo lungo lavoro artistico nella Sala Permanente "Collezione Mario Piva" a Ferrara in via Cisterna del Follo, 39, annoverabile tra le più importanti del nostro territorio. La sala è stata curata nei minimi particolari dall'artista stesso, che ne è anche il proprietario.


La Condanna, 1978
Bronzo cm 30

E' possibile visitarla ogni venerdì e sabato dalle 10:00 alle 12:00 e dalle 16:00 alle 18:00.
Numerose le mostre realizzate sia in Italia che all'estero, accompagnate da recensioni di autorevoli critici quali Franco Farina, Franco Solmi, Laura Rossi, Enzo Fabiani, Tommaso Paloscia, Giuseppe Zunica, Flavio Bertelli, Franco Patrono, Galeazzo Giuliani, Alberto Guidetti, Jolanda D'Annibale, Antonio Caggiano, Luigi Maverna (Arcivescovo di Ferrara), Gianfranco Rossi, Gabriele Turala, Eleonora Rossi, Franco Fabbri e Isabella Diodato.

LAURA ROSSI
Critico d'arte
Collaboratrice del

Cavallo, Legno


Cavallo, Rame cm 260 (rotonda di via Bologna - via Kennedy a Ferrara)

La Morte, 1978
Bronzo cm 30

Per ulteriori informazioni e appuntamenti telefonare al numero 0532/207323 oppure al 347/0466740

ACQUAPARCO
BONDY BEACH

Zona Stadio - BONDENO (FE)

INIZIO CORSI ESTIVI dal 4 GIUGNO

Informazioni e prenotazioni 0532 898249

APERTO dal 27 MAGGIO

tutti i giorni dalle 9:30 alle 20:00

www.bondybeach.com

PROMOZIONE ESTATE 2007

TESSERA CLUB
90 €
ED ENTRI PER TUTTA LA STAGIONE !!

TESSERA FAMILY
CON 3GLI
220 €
TUTTA LA TUA FAMIGLIA ENTRA PER TUTTA L'ESTATE !!

PACCHETTI SHOW
OMBRELLONE: LETTINI ED ENGRESSI GRATIS PER TUTTA LA FAMIGLIA O GRUPPI A PARTIRE DA
50 €

APPROFITTA !!!!

Acquistabili solo dal 16 Aprile al 25 Maggio