

il ginnasta

Ottobre/Dicembre N. 4/2012

Trimestrale - Poste Italiane Spa - Spedizione in a.p. DL 355/03 (conv. L. 46/04) art. 1 comma 1 DCB Roma

Il Prof.

Riccardo Agabio

confermato alla guida della **FGI**



Calendario gare Interregionali e Nazionali

Anno Sportivo 2013

SEZIONI	MESE	GG	GARA	SOCIETÀ ORGANIZZ.	SEDE
	FEBBRAIO				
M,F		9	1^ Prova Campionato Nazionale Serie A1 - A2	Giovanile Ancona	Varano di Ancona
T		9	1^ Prova Camp. Nazionale di Società, 1^ Prova Camp. Nazionale	Milano 2000	Milano
TE, Gpt		9	Open, 1^ Prova Torneo Nazionale TE/Gpt	Milano 2000	Milano
M,F		23	2^ Prova Campionato Nazionale Serie A1 - A2	Corpo Libero G. Team	Padova
	MARZO				
R			CAMPIONATO INTERREGIONALE CATEGORIA		
		9 - 10	Zona Nord - Ovest	C.R. Lombardia	da definire
		9 - 10	Zona Nord - Est	Ardor	Padova
		9 - 10	Zona Centro - Ovest	S.G. Terranuova	Terranuova Bracciolini
		9 - 10	Zona Centro - Est	Ginnastica Fabriano	Fabriano
		9 - 10	Zona Sud	A.S.D. Delfino	Lecce
T		9	2^ Prova Camp. Nazionale Di Società, 2^ Prova Camp. Nazionale	C.R. Marche	da definire
TE, Gpt		9	Open, 2^ Prova Torneo Nazionale TE/Gpt	C.R. Marche	da definire
M,F		16	3^ Prova Campionato Nazionale Serie A1 - A2	Ginnastica Angiulli	Bari
F			CAMPIONATO INTERREGIONALE SERIE B		
		16 - 17	Zona 1	La Costanza	Mortara
		16 - 17	Zona 2	Ginnastica Rosignano	Rosignano Solvay
		16 - 17	Zona 3	Gymnasium C.O.	Capo D'Orlando
R			CAMPIONATO INTERREGIONALE SPECIALITÀ		
		23 - 24	Zona Nord - Ovest - Nord - Est	Vis Favaro Veneto	Jesolo
		23 - 24	Zona Centro - Ovest - Centro Est- Sud	La Fenice	Spoletto
	APRILE				
M,F		6	4^ Prova Campionato Nazionale Serie A1 - A2	Centro Ginn. Firenze	Firenze
F		7	Campionato Nazionale Categoria Allieve L1 - L2	Centro Ginn. Firenze	Firenze
R			CAMPIONATO INTERREGIONALE SERIE C		
		6 - 7	Zona Nord - Ovest - Nord - Est	Ritmica Nervianese	Gerenzano
		6 - 7	Zona Centro - Ovest - Centro Est	S.G. Motto	Viareggio
		6 - 7	Zona Sud	Gymnikos	Avellino
T		13	3^ Prova Camp. Nazionale di Società, 3^ Prova Camp. Nazionale	Diavoli Rossi	Marsala
TE, Gpt		13	Open, 3^ Prova Torneo Nazionale TE/Gpt	Diavoli Rossi	Marsala
A		13 - 14	Campionato Interregionale Categoria Zona 1	C. R. Piemonte	da definire
A		13 - 14	Campionato Interregionale Categoria Zona 2	Ginnastica Agorà	Colleferro (Roma)
M			CAMPIONATO INTERREGIONALE SERIE C		
		13	Zona Nord - Ovest	Victoria	Torino
		13	Zona Nord - Est	Spes	Mestre
		13	Zona Centro	Victoria	Fermo
		13	Zona Sud	Adriatica	Monopoli
R		13 - 14	Campionato Nazionale Categoria	Fulginium	Foligno
F			TORNEO INTERREGIONALE ALLIEVE		
		20	Zona 1	A. Casati	Arcore
		20	Zona 2	Fermo 85	Fermo
		20	Zona 3	Adriatica	Monopoli
R		20 - 21	Campionato Nazionale Specialità	Pietro Micca	Biella
F			Campionato Nazionale Categoria Allieve L3 - L4	A. Casati	Arcore
	MAGGIO				
M,F		4 - 5	Campionato Nazionale Serie B	Ginnastica La Marmora	Biella
R		4 - 5	Campionato Nazionale Serie C	F. Petrarca 1877	Arezzo
M		11 - 12	Campionato Nazionale Serie C	Panaro Modena	Modena
A		11 - 12	Campionato Nazionale Categoria	Asd Chige	Monte di Procida
F		11 - 12	Torneo Nazionale Allieve	C. R. Lombardia	da definire
M,F		25 - 26	Campionato Nazionale Assoluto	Ginnastica Giovanile	Ancona

LEGENDA:

M = artistica maschile
F = artistica femminile

R = ginnastica ritmica
Gpt = ginnastica per tutti

A = aerobica sportiva
T = trampolino elastico

Sommario

in questo numero



5



10



20



25



28



34



46

4 Editoriale

- **Continuità e Rinnovamento**
di Riccardo Agabio

5 Assemblea Nazionale Ordinaria

- Sintesi Lavori Assembleari
- Premiazioni
- Apertura Lavori
- Bilancio Programmatico 2009/2012 del prof. Riccardo Agabio
- Votazioni
- Bilancio Programmatico di indirizzo del CDF per il quadriennio 2013/2016

16 Grand Prix "Rana Gioiaverde Cup"

- **Cagliari: Il Ponte dei desideri**
di David Ciaralli

20 Primo Piano

Artistica

- **Il Ginnasta secondo Matteo**
di Ilaria Leccardi
- **RISULTATI** Campionati Nazionali ed Internazionali

26 Primo Piano

Ritmica

- **Gimme Five Armonia!**
di Cecilia Festa
- **Metamorfosi di una Farfalla:**
- **Giulia Galtarossa**
- **Elisa Bianchi**
- **Elisa Santoni**
- **Romina Laurito**
- **Anzhelika Savrayuk**
di Ilaria Brugnotti
- **Emanuela Maccarani tra quella e "Questa Squadra"**
di Ilaria Brugnotti

- **Arezzo: III Memorial Manola Rosi**

di Ernesto Bellucci

- **XXIX Torneo Internazionale di Prato - Trofeo BPV**

36 FGI NEWS

40 Primo Piano

Ginnastica Per Tutti

- **Montecatini e l'Età dell'Oro**
di Pier Luigi Girlando
- **Quel primo battito d'ali**
di Maria Rosa Rosato

43 Primo Piano

Aerobica

- **Colleferro da Campioni!**
di Maurizio Bertolini
- **Cinzia Galletti SHOW - Una vita per l'Aerobica**
di Maurizio Bertolini

46 Costume e Società

- **Caro Amico (Sport) ti scrivo... così vinco un po'!**

48 L'angolo del Fitness

- **Il carico naturale**
di Vittorio Baldini

ERRATA CORRIGE

A pag.43 del numero scorso de *Il Ginnasta*, nella didascalia della foto di gruppo dell'Interregionale di Alberobello, tenutosi nell'ambito dei CEF di Ginnastica Ritmica, non era stata inserita Roberta Sirignano del Kodokan Sport Napoli. La ginnasta, pur presente nella fotografia, non compariva, infatti, nella circolare di convocazione, essendo stata chiamata, in un secondo momento, in sostituzione di un'altra atleta.



Direttore Editoriale

Riccardo Agabio

Direttore Responsabile

David Ciaralli

Federazione Ginnastica d'Italia

Viale Tiziano, 70
00196 Roma
Tel. 06 36858169
Fax 06 36858542
stampa@federginnastica.it
www.federginnastica.it

Comitato di Redazione

Vittorio Baldini
Cristina Casentini
Pierluigi Consalici
Daniela Delle Chiaie
Gianfranco Marzolla
Matildio Paccotti
Roberto Pentrella
Marina Piazza
Emiliana Polini
Donatella Sacchi
Fulvio Vailati

Video Impaginazione

Tipografia Mancini s.a.s.
Via Empolitana 326 - 00019 Tivoli (RM)
tipografiamancini@libero.it

Stampa

Tipografia Mancini s.a.s.
www.tipografiamancini.com
Tel. 0774 411526 - Fax 0774 411527
tipografiamancini@libero.it

Abbonamento Annuo:

Italia € 15,00
Estero € 30,00

Le richieste vanno indirizzate alla Federazione Ginnastica d'Italia
Con allegata la ricevuta del versamento sul c/c postale 30795009
Autorizzazione del Tribunale di Roma, n. 862 del 21 aprile 1949
Trimestrale - Spedizione in Abbonamento postale
Filiale di Roma - art. 1 comma 1 DCB Roma
Pubblicità interiore 45%

in copertina:
Il Prof. Agabio, riconfermato alla guida della
FGI per il quarto mandato consecutivo
(foto Bartolozzi)

Finito di stampare: **GENNAIO 2013**



Continuità e Rinnovamento

Esattamente quattro anni fa, commentando nell'editoriale lo svolgimento della novantatreesima Assemblea della Federazione Ginnastica d'Italia, segnalavo alcune evidenze attestanti la vitalità del nostro sistema. Con particolare riferimento alla pluralità delle candidature, sia alla Presidenza che alle altre cariche del governo federale. Pluralità confermata anche nell'edizione appena conclusa e che ha portato ad un sensibile rinnovamento del Consiglio Federale, pur nel segno di una continuità di intenti e di programmi che trova nei brillanti risultati fin qui conseguiti la sua più evidente motivazione. Continuità e rinnovamento è quindi la sintesi più stringente di quanto l'Organo Sovrano della Federazione, l'Assemblea elettiva, chiede alla sua dirigenza per il quadriennio appena iniziato. E proprio su questo binomio che unisce termini e concetti apparentemente così contrastanti, desidero richiamare brevemente l'attenzione. Ogni sistema che si evolve, sia esso un singolo organismo vivente o un'intera comunità, lo fa proprio coniugando continuità e rinnovamento. Così è, per esempio, per un bambino quando cresce: i rapidi e spettacolari "rinnovamenti" del suo corpo e della sua mente sono armonizzati su un tracciato di continuità che caratterizza non solo la sua propria individualità, ma quella di tutti i suoi simili e addirittura di tutta la storia evolutiva della specie

vivente a cui appartiene. Analogo esempio può essere fatto per la società civile, che si evolve e trasforma in ragione del delicato equilibrio fra conservazione e progresso, fra ciò che è acquisito e ciò che è auspicato, fra tradizione e modernità. La cifra di quanto sia vitale l'equilibrio fra continuità e rinnovamento si evince dagli esiti della sua perdita: l'estinzione dell'individuo o della specie, in campo biologico, o il declino e l'esaurimento in ambito sociale e culturale. In sintesi: la continuità senza rinnovamento è sterile, il rinnovamento senza continuità è cieco. Dobbiamo essere consapevoli di questo e consapevoli che la nostra Federazione ha una lunga storia alle spalle. La più lunga – e ciò è motivo di orgoglio – fra tutte le Federazioni Sportive Nazionali. Valorizzare il nostro passato, la nostra tradizione, il nostro DNA e al contempo adattarli al problematico presente e all'incerto futuro è la sfida cruciale che ci attende. Ho ancora negli occhi e nel cuore l'affettuoso, calorosissimo applauso che l'Assemblea ha generosamente riservato alla mia riconferma. Un tributo garbato, delicato, rispettoso e, credo, riconoscente ad un Presidente – e prima ancora ad un ginnasta ed un tecnico – che ha dedicato un'intera vita all'amata Ginnastica. Cercando di fare col massimo impegno quanto era nelle sue possibilità per aggiungere prestigio e valore alla nostra federazione e al nostro

sport. Nell'affrontare quest'ultimo impegno da Presidente, il calore di quell'applauso – di cui ringrazio dal profondo del cuore – mi sarà di conforto e di sprone. Un viatico prezioso per i quattro anni che abbiamo davanti ed in cui cercheremo, insieme agli amici del Consiglio Direttivo e a tutti coloro che quotidianamente contribuiscono al successo del nostro movimento, di perseguire gli obiettivi programmatici che ci siamo prefissati. Fra i quali, due hanno un particolare significato: sviluppare ulteriormente quanto è stato fatto di buono in questi anni e favorire un graduale rinnovamento generazionale a tutti i livelli. Ancora una volta, quindi, si tratterà di cercare di perseguire il delicato e vitale equilibrio fra continuità e rinnovamento. E fin da ora mi sento di formulare l'auspicio che, fra quattro anni, sia ancora un analogo equilibrio a dettare le importanti scelte che la nostra Federazione dovrà affrontare. La scelta del futuro Presidente e, più ancora, la scelta di indirizzi e strategie per adeguare la nostra attività e la nostra organizzazione ad una società che è in rapida e continua trasformazione. Senza perdere però mai la nostra identità, la nostra cultura e la nostra vocazione. Senza perdere mai ciò che più di ogni altra cosa ci ha portato fin qua e che mi auguro possa accompagnarci in un prossimo futuro: la sintesi equilibrata e lungimirante fra continuità e rinnovamento.



Il Presidente Agabio con il nuovo Consiglio Direttivo Federale della Federazione Ginnastica d'Italia (foto F. Calabrò)



Sintesi dei Lavori Assembleari

(Art. 11 co. 16 regolamento organico FIG)

servizio fotografico - Bartolozzi

Il 15 dicembre 2012 si è svolta a Roma presso l'Hotel Crowne Plaza Rome St. Peter's – Via Aurelia Antica 415 – la 95ª ASSEMBLEA NAZIONALE ORDINARIA DELLA F.G.I., convocata con lettera raccomandata prot. n. 8662 del 01 ottobre 2012 ed avente il seguente ordine del giorno:

1. Premiazioni e Benemerenze federali;
2. Dichiarazione di apertura dei lavori;
3. Costituzione dell'Ufficio di Presidenza;
4. Approvazione del verbale della riunione della 94ª Assemblée Nazionale Ordinaria (Roma, 19 giugno 2011);
5. Relazione del Consiglio Direttivo Federale sul quadriennio olimpico 2009-2012;
6. Elezione del Presidente della Federazione, dei componenti del Consiglio Direttivo Federale, del Presidente del Collegio dei Revisori dei Conti e dei componenti la Commissione di Giustizia di secondo grado;
7. Bilancio programmatico di indirizzo del C.D.F. per il quadriennio 2013-2016 – approvazione assembleare;
8. Varie ed eventuali.

Sono presenti il Presidente della F.G.I. Prof. Riccardo Agabio; il Vicepresidente Vicario Matildio Paccotti e il Vicepresidente Pier Luigi Consalici, i Consiglieri federali; il Presidente ed i componenti del Collegio dei Revisori dei Conti (assenti giustificati il Revisore supplente di nomina CONI, Fabio Corti ed i Revisori supplenti federali, Roberto Guerra e Massimo Baiamonte); due membri effettivi della Commissione di Giustizia di primo grado; due membri effettivi della Commissione di Giustizia di secondo grado; il Procuratore Federale e due Sostituti Procuratori; il Segretario Generale della Federazione; i Presidenti dei Comitati Regionali; i Delegati Regionali; i Direttori Tecnici Nazionali; i tesserati eletti alle cariche FIG/UEG, mentre è assente giustificata la Vice Presidente CTF/FIG; il Responsabile del Centro Didattico Nazionale e Salute e Fitness; il Referente Nazionale di Giuria di GR; il Referente Nazionale per gli Ufficiali di Gara; gli Allenatori Responsabili delle Squadre Nazionali; il Referente Nazionale per la Scuola/Università.

Sono altresì presenti, il Presidente della Federazione Internazionale di Ginnastica, nonché Presidente Onorario della FIGI, Prof. Bruno Grandi, dietro espresso invito del Presidente Agabio, e il dott. Michele Barbone, Membro di Giunta CONI, in qualità di Osservatore dell'Ente CONI.

Alle ore 9.30 il Segretario Generale FIGI legge il verbale della Commissione Verifica Poteri dal quale risulta che alle ore 9.00 sono presenti direttamente o per delega n. 99 Società con diritto di voto portatrici di 566 voti su 3844, n. 4 Rappresentanti degli Atleti e n. 8 Rappresentanti dei Tecnici, per un totale complessivo di voti 578 e che pertanto non è stato raggiunto il quorum prescritto per la validità dell'Assemblea in prima convocazione (50% degli aventi diritto a voto che rappresentino almeno la metà dei voti rappresentati); la stessa viene rinviata in seconda convocazione.

Il Presidente Agabio rivolge, poi, un saluto all'MdS. Michele Maffei ed al dott. Piero Quargnali, ex Segretari della Federazione Ginnastica d'Italia, negli anni dal 2004 al 2011, per il primo, e dal 1997 al 2003, per il secondo. Saluta, inoltre, il Colonnello dell'Aeronautica Militare, dott. Alessandro Louidice.



Il tavolo di Presidenza dell'Assemblea Nazionale. Da sinistra: il Segretario Generale FIGI Roberto Pentrella, Il Presidente FIGI Riccardo Agabio, il Presidente della FIG Bruno Grandi e il membro di Giunta CONI Michele Barbone



Il Prof. Riccardo Agabio con il Pres. FIG Bruno Grandi prima della premiazione delle Farfalle Azzurre, bronzo ai Giochi Olimpici 2012

Premiazioni e Benemerenze Federali (n. 1 O.d.G)

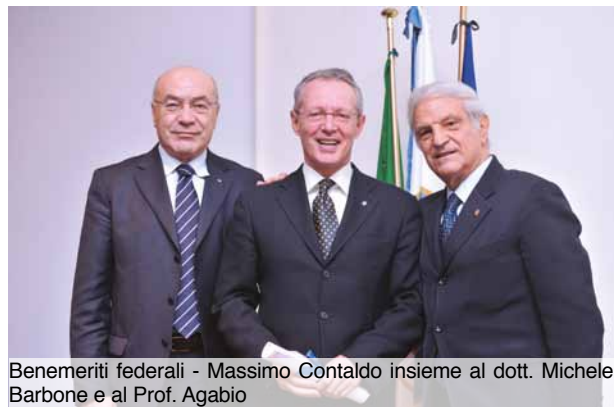
Il Presidente Agabio ed il Presidente Grandi premiano, rispettivamente, con medaglia d'oro i seguenti Ginnasti/e medagliati e/o finalisti, nelle loro rispettive specialità, ai XXX Giochi Olimpici di Londra 2012: Morandi Matteo, per la medaglia di bronzo agli anelli; Elisa Santoni, Elisa Bianchi, Anzhelika Savrayuk, Romina Laurito, Andreea Stefanescu e

che Vanessa Ferrari ed Busnari Alberto, per il quarto posto, rispettivamente, al corpo libero e al cavallo con maniglie; Enus Mariani, per la medaglia d'oro conquistata ai Campionati d'Europa juniores 2012, nel concorso generale individuale; Ludovico Edalli, per la medaglia di bronzo conquistata ai Giochi Olimpici Giovanili di Singapore nella specialità parallele pari. A seguire Il Presidente FIG, Prof. Bruno Grandi, il Vice Presidente Vicario FGI, dott. Paccotti



Matteo Morandi premiato dal Presidente FIG Bruno Grandi insieme al Presidente Riccardo Agabio

Marta Pagnini per la medaglia di bronzo nella gara d'insieme. L'Assemblea tributa un lungo applauso alle quattro ginnaste in procinto di lasciare l'attività agonistica. Il prof. Agabio dona un distintivo d'oro della Federazione all'Allenatrice Responsabile della Squadra Nazionale di Ginnastica Ritmica, Prof.ssa Emanuela Maccarani e all'Allenatore Responsabile della Squadra Nazionale di Ginnastica Artistica Maschile, Prof. Maurizio Allievi. Ricevono il premio an-



Benemeriti federali - Massimo Contaldo insieme al dott. Michele Barbone e al Prof. Agabio

e il Vice Presidente FGI, Prof. Consalici, premiano con distintivo d'oro, tessera d'onore e diploma, quale riconoscimento della benemeranza federale 2011 per l'attività svolta in favore della Ginnastica, le seguenti persone: Rita Baldini, Giovanna Berlutti, Ferruccio Capanni, Aldo Castaldo, Luciano Gaggio (alla memoria), Francesco Gilardoni, Giovanni Gras-



Il Pres. Agabio e il Pres. Grandi insieme all'allenatrice plurimedagliata di ginnastica ritmica Emanuela Maccarani



Benemeriti federali - Luciano Landi



Benemeriti federali - Valter Peroni

si, Guido Menchi, Walter Muzzi (assente), Graziella Pasquinelli Candiani, Giuseppe Pasquini e Sergio Vagnini. Il Presidente Agabio ed il dott. Barbone premiano poi con distintivo d'oro, tessera d'onore e diploma, quale riconoscimento della benemerenzza federale 2012 per l'attività svolta in favore della



Benemeriti federali - Il Prof. Cellamare ritira il premio per Eugenio De Cesare

Ginnastica, Marisa Lucani, Franco Mazzetti, Eugenio De Cesare, Paolo Montemurro, Fabio Gaggioli, Valter Peroni, Vincenzo Garino, Matildio Paccotti, Pier Luigi Consalici, Massimo Contaldo, Alberto Busnari, Erika Cutuli e Luciano Landi. Il Presidente Agabio consegna alla DTN/GR, Prof.ssa Piazza e al Vice Presidente Paccotti un quadro contenente i calchi



Diploma di fedeltà (125 anni) a La Costanza Andrea Massucchi

delle tre medaglie d'oro conquistate, nel concorso generale, dalla Squadra d'insieme di GR negli anni 2009/2010/2011. Il Prof. Bruno Grandi, il dr. Matildio Paccotti e il Prof. Pierluigi Consalici, tornano dunque a consegnare il premio alle seguenti Società Ginnastiche, quale riconoscimento della be-

nemerenzza federale 2011: AGD La Costanza 1884 – Andrea Massucchi per 125 anni di affiliazione (diploma di fedeltà, targa d'oro e bandiera F.G.I.); SG Giuseppe Falciai per 50 anni di affiliazione (diploma di fedeltà, medaglia d'argento e bandiera F.G.I.); Società Sportiva Ginnastica San Giorgio'79, ASD Società Ginnastica Skill, ASD Polisportiva Celle e Ginnastica Artistica Lissone ASD per 25 anni di affiliazione (diploma di fedeltà, medaglia di bronzo e bandiera F.G.I.). Il Presidente Agabio premia con il



Diploma di fedeltà (25 anni) all'APD Vigna Pia - Roma



Diploma di fedeltà (25 anni) alla G.A Lissone ASD

diploma di fedeltà, una medaglia di bronzo ed una bandiera F.G.I, quale riconoscimento della benemerenzza federale 2012, l'AS Liberi e Forti Castelleone, l'ASD Orobica Ginnastica e l'APD Vigna Pia per i 25 anni di affiliazione e comunica all'Assemblea che il Rag. Roberto Belardinelli, il 31 dicembre 2012, andrà in pensione lasciando la direzione dell'Area Amministrativa Federale. Per tale motivo consegna all'interessato una medaglia d'oro a testimonianza del riconoscimento della meritoria attività di servizio svolta in tutti questi anni nei confronti della Federazione.



Medaglia d'oro all'ex Responsabile Amministrativo FGI Roberto Belardinelli



DICHIARAZIONE DI APERTURA DEI LAVORI

(n. 2 O.d.G.)

Il Membro di Giunta CONI, dott. Barbone, in qualità di Osservatore dell'Ente, legge ai presenti il saluto, indirizzato all'Assemblea, da parte del Presidente del C.O.N.I., dott. Giovanni Petrucci. Rivolge poi i suoi ringraziamenti al Prof. Agabio per l'eccelso lavoro profuso da quest'ultimo negli ultimi 8 anni, in qualità di componente della Giunta Nazionale del CONI. Barbone testimonia l'apporto di competenza, maturità e buon senso che il Prof. Agabio ha portato alla Giunta, soprattutto nella sua funzione di Vice Presidente Vicario dell'Ente. Alle ore 10.50 il Segretario Generale FGI legge il verbale della Commissione Verifica Poteri dal quale risulta che alla stessa ora, in seconda convocazione, sono presenti direttamente o per delega 679 Società con diritto di voto su 836 per un totale di 3225 voti su 3844, n. 48 Rappresentanti degli Atleti e n. 74 Rappresentanti dei Tecnici, per un totale complessivo di voti n. 3347; dichiara quindi validamente costituita la 95^a Assemblea Nazionale Ordinaria (in base all'art. 11, comma 10, dello Statuto) e aperti i lavori della stessa. Viene suonato l'inno nazionale. Il Presidente Agabio invita i presenti ad osservare un minuto di raccoglimento in memoria degli amici scomparsi: Gioachino Barile, Angelo Bellagente, Fabio Bonacina, Luciano Gaggio, Giorgio Garufi, Corrado Nardi, Nicola Russo e Romano Spinelli.

COSTITUZIONE DELL'UFFICIO DI PRESIDENZA DELL'ASSEMBLEA (n. 3 O.d.G.)

Il Presidente Agabio propone di affidare al Prof. Bruno Grandi la presidenza dell'Assemblea. L'Assemblea approva per acclamazione. Propone anche, quali scrutatori, Angelo Buzio, Mario Centi Pizzutilli e Stefania Soro. L'Assemblea, per alzata di mano, approva all'unanimità. Il Presidente Agabio propone di affidare al Prof. Paolo Pasqualoni, Presidente del Comitato Regionale Lazio, la vice presidenza della stessa. L'Assemblea approva per acclamazione. Segretario dell'Assemblea è di diritto il Segretario Generale della F.G.I., Prof. Roberto Pentrella. Il Prof. Grandi ringrazia per l'onore accordatogli e si dichiara molto emozionato per l'incarico ricevuto, anche perché ha incontrato in tale consesso molte persone a lui care e con le quali ha condiviso tanti successi nei suoi 24 anni di presidenza federale. Comunica, ai Sig.ri Delegati che, nonostante l'imparzialità a cui è chiamato nella sua veste di Presidente della

Federazione Internazionale di Ginnastica, quando incontra e/o premia Ginnasti/e Italiani in gare internazionali, stenta a trattenere l'emozione. Il Prof. Grandi esterna il suo pensiero inerente al fatto che oggi è Presidente della FIG anche per merito del suo Paese, l'Italia.

APPROVAZIONE DEL VERBALE DELLA RIUNIONE DELLA 94^a ASSEMBLEA NAZIONALE ORDINARIA (ROMA, 19 GIUGNO 2011)

(n. 4 O.d.G.)

Il Presidente dell'Assemblea, accertato che il verbale della 94^a Assemblea Nazionale Ordinaria è stato portato a conoscenza delle Società affiliate nei termini statutari, tramite pubblicazione sui documenti assembleari sul sito federale (on-line dal 26.11.2012), propone di darlo per letto e di sottoporlo ad approvazione per alzata di mano. Il verbale è approvato all'unanimità.

RELAZIONE DEL CONSIGLIO DIRETTIVO FEDERALE SUL QUADRIENNIO OLIMPICO 2009-2012

(n. 5 O.d.G.)

Il Presidente dell'Assemblea cede la parola al Presidente Agabio, che propone di dare per letta la relazione del Consiglio Direttivo Federale, pubblicata sul sito federale dal 26.11.2012 e negli atti assembleari inviati a tutti gli aventi diritto di voto. Si registrano gli interventi di Anna Miglietta, Pietro Civiletti, Francesco Scarpino, Carlo Mattuzzi e Tina Natoli Mori, nonché a conclusione la replica ad ognuno del prof. Agabio. La Relazione del Consiglio Direttivo Federale sul quadriennio olimpico 2009-2012 viene quindi approvata all'unanimità. Alle ore 11.50, il Presidente dell'Assemblea, lascia la parola al Segretario dell'Assemblea che legge il verbale della Commissione Verifica Poteri dal quale risulta che alle ore 11.37 sono presenti direttamente o per delega 854 Società con diritto di voto portatrici di 3368 voti, n. 49 Rappresentanti Atleti e n. 76 Rappresentanti dei Tecnici, per un totale complessivo di voti n. 3493. A questo punto il Presidente dell'Assemblea consente ai due candidati alla Presidenza, il prof. Agabio e il prof. Guido Menchi di intervenire in Assemblea, per la presentazione del programma per un massimo di 10 minuti ciascuno. Pubblichiamo di seguito, per ragioni di spazio, soltanto il discorso del Presidente eletto.

Il Bilancio Programmatico 2009 - 2012 del Prof. R. AGABIO



“Care amiche e cari amici della Ginnastica, Sig.ri Delegati,

per una Federazione come la nostra, a vocazione prettamente olimpica, gli obiettivi programmatici per il prossimo quadriennio non possono che partire da un’analisi dei risultati sportivi conseguiti ai XXX Giochi Olimpici di Londra 2012, per proiettarli verso quelli che ci prefiggiamo ai prossimi Giochi Olimpici di Rio de Janeiro del 2016. Ai Giochi Olimpici di Londra 2012, per la prima volta nella storia della nostra Federazione, siamo riusciti ad essere presenti non solo con tutte le sezioni olimpiche, ma anche con la specialità individuale della Ginnastica Ritmica. I brillanti risultati conseguiti poi da Matteo Morandi, medaglia di bronzo agli anelli e da Elisa Bianchi, Elisa Santoni, Romina Laurito, Marta Pagnini, Anzhelika Savrayuk ed Andreea Stefanescu, medaglia di bronzo nella prova d’Insieme di Ritmica, non solo ci inorgogliscono, ma riflettono incontrovertibilmente il positivo lavoro svolto dalla Federazione Ginnastica in questi anni. Un lavoro svolto, è bene ricordarlo, confrontandosi costantemente con le ridotte disponibilità finanziarie che il Governo ha riservato al Comitato Olimpico Nazionale Italiano, e, di conseguenza, a tutta l’organizzazione sportiva nazionale. Pertanto abbiamo dovuto affrontare il quadriennio 2009-2012 all’insegna delle ristrettezze, che inevitabilmente hanno gravato principalmente su quanto non direttamente coinvolto nella Preparazione Olimpica. Purtroppo, anche per il prossimo quadriennio, le previsioni sul sostegno economico del Governo nei confronti dello Sport non sono favorevoli e l’auspicato “finanziamento automatico dello Sport”, più volte richiesto dal Presidente del CONI Gianni Petrucci, non vedrà ancora la luce. Al contrario, si prospettano all’orizzonte ulteriori decurtazioni. In questa probabile congiuntura la nostra Federazione, il cui maggiore introito finanziario proviene dallo Stato tramite il CONI (circa il 70%), dovrà rimodulare ulteriormente tutte le sue attività, ricercando, al contempo, soluzioni alternative. Più che mai, pertanto, sarà fondamentale una programmazione oculata e prudente, attenta ad una realtà in cui i numeri, molto più che le parole, sostengano il rigore delle analisi e la credibilità e la fiducia per le conseguenti deliberazioni. L’indirizzo programmatico fondamentale per i prossimi quattro anni è, quindi, quello di fare tesoro delle esperienze maturate, valorizzando quanto è stato positivamente realizzato ed apportando gli adattamenti necessari per affrontare le prossime sfide. Fra queste ultime, quella forse più pressante riguarda il ricambio generazionale. Inevitabilmente, infatti, nel corso del prossimo quadriennio alcuni dei nostri grandi campioni termineranno la loro prestigiosa carriera agonistica e ci troveremo a dover gestire il sempre delicato rinnovo dei ranghi. Ciò significherà

sviluppare ulteriormente l’attività giovanile i cui riscontri più recenti, nei Campionati Europei Juniores Maschili e Femminili, sono stati più che lusinghieri. Soprattutto, ciò significherà potenziare le strutture tecniche ed organizzative delle nostre Società. In particolare per quanto riguarda la preparazione tecnica dei giovani ginnasti di talento, occorrerà fornire la possibilità di poter trovare nel loro territorio la realizzazione delle rispettive esigenze. Così come sarà indispensabile potenziare le Accademie Nazionali e Periferiche (ex Centri Tecnici Federali e Poli Tecnici), nella logica di favorire la preparazione dei nostri atleti in vista della qualificazione olimpica di Rio 2016. Occorrerà, inoltre, risolvere il problema della scarsa partecipazione per l’attività di Alto Livello. Un problema che è vissuto quotidianamente e tangibilmente in primis dalle nostre Società, sempre più impossibilitate a sostenere gli impegni economici, strutturali, tecnici ed organizzativi connessi ad essa. Infatti, sono troppo pochi i sodalizi in cui si lavora per l’Alto Livello e, anche in quei casi, si rivela sempre più indispensabile il sostegno della Federazione. Sostegno che abbiamo cercato di dare con il nuovo progetto “meritocratico” e che intendiamo mantenere, affiancandolo alle altre iniziative che sono state predisposte proprio per fornire aiuto, anche periferico, alle attività di Alta Specializzazione. In questa direzione va, infatti, la struttura tecnica federale delle Accademie Nazionali e Periferiche; il “supporto tecnico integrato per le Regioni”, la differenziazione delle Società Scuole di Ginnastica sulla base del livello di attività svolto, l’incentivazione per la formazione di Consorzi in forma organizzativa intersocietaria.

Schematicamente, con riferimento alle fondamentali strutture federali, i compiti che ci siamo prefissi riguardano:

- Le Società di Ginnastica, che da sempre sono il fulcro fondamentale di tutto il nostro movimento e della nostra Federazione. E lo diventano, se possibile, ancora di più nei momenti di transizione e di rilancio, come quello attuale, in cui è indispensabile nuova linfa vitale, sia a livello tecnico che dirigenziale.

Lo sviluppo della base e dei settori giovanili, che ci siamo posti come uno degli obiettivi prioritari del



Il Prof. Agabio si rivolge all’Assemblea del 15 dicembre 2012

quadriennio, non può che partire da quella che è, di fatto, la base istituzionale della Ginnastica Italiana, con una rinnovata e più capillare attenzione alle Società, al loro sostegno economico e tecnico e all'individuazione delle potenzialità territoriali.

- Così come le Società sono l'elemento strutturale più importante della Federazione, i nostri atleti lo sono dal punto di vista delle risorse umane.

Tutto, in effetti, ruota intorno a loro. E non facciamo riferimento, qui, solo agli atleti di vertice, ma a tutti quelli che "praticano" Ginnastica, a diversi livelli e con diverse finalità.

Intendiamo, inoltre, ordinare più razionalmente ed efficacemente il movimento della Ginnastica per Tutti, che in questi anni ha avuto uno sviluppo impetuoso. Occorre, infatti, rafforzare il rapporto esistente fra le attività di Alto Livello e le altre forme di attività ginnastiche, attraverso uno sviluppo coerente e programmi adeguati, che colgano l'essenza stessa della Ginnastica, proponendola e diffondendola. Solo così potremo aspirare ad obiettivi veramente grandi e degni di lode, obiettivi in cui le medaglie e la pratica di base e di massa siano elementi di un medesimo circolo virtuoso.

- Tecnici e Giudici rappresentano un'altra risorsa umana indispensabile al nostro movimento; una risorsa da tutelare e valorizzare, nel rispetto delle qualifiche acquisite, anche con una qualità sempre più alta e diffusa nella Formazione e nell'Aggiornamento. Una priorità che, se possibile, diventa ancora più attuale nei periodi di rilancio delle attività di base e che necessita quindi, inderogabilmente, del potenziamento delle risorse e delle prerogative che afferiscono al Centro Didattico Nazionale.

- Nella valorizzazione delle risorse territoriali indispensabili al rilancio della base e dei settori giovanili, un ruolo decisivo spetta naturalmente ai Comitati Regionali. La nostra realtà è così multiforme da richiedere soluzioni che di volta in volta si adattino ai contesti locali. Occorre, quindi, che da parte dei Comitati ci sia una conoscenza perfetta di quanto rientra nella loro giurisdizione, al fine di poter poi essere sempre più propositivi ed efficacemente operativi. D'altra parte, per poterlo davvero essere, i Comitati devono a loro volta godere della necessaria autonomia, del necessario sostegno e di strumenti flessibili e concreti. In particolare per quanto riguarda la preparazione di giovani ginnasti di talento, che non possono essere, come l'esperienza ci ha abbondantemente insegnato, sradicati precocemente dalle famiglie e dalle Società e che tuttavia necessitano di strutture e supporti tecnici che non sempre, quest'ultime, possono permetter-

si.

- La Consulta dei Presidenti e dei Delegati Regionali, nel prossimo quadriennio, oltre a quanto già previsto dalle norme statutarie, dovrà avere un maggiore coinvolgimento nella gestione delle attività federali, rendendola il primario interlocutore propositivo del Consiglio Direttivo Federale.

- Il Consiglio Direttivo Federale è l'organo preposto alla verifica della corretta esecuzione del programma tecnico-sportivo, alla valutazione dei risultati sportivi conseguiti e alla vigilanza sul buon andamento della gestione federa-

rale. Inoltre, dirige ed amministra l'attività federale, determinandone i programmi anche in conformità alle direttive approvate dall'Assemblea Nazionale, curandone l'attuazione.

Le responsabilità che dovranno assumere i Consiglieri Federali saranno in funzione delle proprie capacità e competenze e con il fine esclusivo di offrire il migliore servizio possibile alla collettività. Si affideranno loro compiti specifici, definendone i limiti operativi. Specificando in ogni singolo caso il grado di autonomia in rapporto al compito, nella convinzione che è sempre e comunque il Consiglio Direttivo Federale, nel suo complesso, a definire le modalità operative, stabilendo i controlli e valutando i risultati.

- La Segreteria Generale e gli Uffici Federali sono determinanti per il buon funzionamento della nostra organizzazione. Il compito del Segretario Generale è fondamentalmente quello di far applicare le norme impartite dal CONI e dal Consiglio Direttivo Federale. La nostra Federazione è un'associazione senza fini di lucro con personalità giuridica di diritto privato che esercita, anche, specifici aspetti di attività a valenza pubblica. Adeguarsi a queste norme significa, fra l'altro, far assumere alle Risorse Umane dei nostri uffici un adeguamento di mentalità operativa improntato all'imprenditorialità tipica delle attività privatistiche.

Occorrerà, inoltre, introdurre la posta elettronica certificata, con l'abolizione quasi completa della comunicazione cartacea. Così come sarà opportuno avvalersi delle moderne tecnologie di comunicazione tra gli uffici e gli organi federali, introducendo nella prassi operativa le videoconferenze e quant'altro possa contribuire al risparmio ed all'efficienza.

- Nella prospettiva di avviare gradualmente le attività federali verso una dimensione più imprenditoriale, sarà, senz'altro, necessario potenziare, nell'ambito degli uffici federali, l'Area della Comunicazione e del Marketing, avvalendosi anche di collaborazioni esterne e di professionisti del settore.



Il Maestro di Sport Michele Maffei, al centro, insieme al T. Colonnello Alessandro Louidice, a destra, e all'ex Consigliere Federale Arrigo Carnoli, a sinistra

Sicuramente, diverrà sempre più importante il reperimento di Sponsor, così come la gestione dei rapporti con gli stessi e la ricerca di risorse alternative e complementari a quelle più tradizionali.

Le aree in questione dovranno, poi, continuare necessariamente ad interagire con l'Ufficio Stampa, che a sua volta dovrà essere potenziato, anche in considerazione del fatto che quest'ultimo è chiamato al duplice ruolo di gestire le relazioni esterne e di promuovere le nostre attività da una parte e la redazione della Rivista Federale "IL GINNASTA" dall'altra. I risultati sportivi conseguiti nel quadriennio appena trascorso, l'evento dei Giochi Olimpici di Londra 2012, le trasmissioni in streaming, nonché il reality televisivo "Ginnaste: vite parallele", hanno dato immagine e credito alla nostra organizzazione a tutti i livelli: dal CONI al contesto internazionale, dagli sponsor ai media. Un credito ed un'immagine che ci torneranno utili, malgrado le difficoltà esistenti, e che saranno di grande ausilio alle iniziative future.

Infatti, per il prossimo quadriennio, pensiamo di poter fare affidamento su apporti importanti, quali:

- Un contratto con la ditta Freddy SpA, quale sponsor tecnico e fornitore ufficiale per l'abbigliamento sportivo;
- Un contratto di collaborazione con la RAI, almeno per il 2013, per la copertura delle principali manifestazioni nazionali ed internazionali inserite nel calendario agonistico;
- Un contratto di sponsorizzazione con l'azienda RANA.

La considerazione in cui è tenuta la FIG è, inoltre, evidenziata al di fuori dei confini nazionali. La presenza, larga e qualificata, di nostri rappresentanti in seno alla Federazione Internazionale di Ginnastica ne è un esempio. Presenza sottolineata e ampiamente riconfermata in occasione del 79° Congresso Elettivo FIG, svoltosi con la presenza di 106 Paesi, a Cancun dal 25 al 27 ottobre c.a., durante il quale sono stati rieletti tutti i candidati presentati dalla Federazione Ginnastica d'Italia (il prof. Bruno Grandi alla Presidenza FIG - 5° mandato-, la prof.ssa Donatella Sacchi Vicepresidente Comitato Tecnico di



Il Presidente Riccardo Agabio pronuncia il suo discorso sul bilancio programmatico durante la 95ª Assemblée Elettiva

Ginnastica Artistica Femminile e la prof.ssa Daniela Delle Chiaie componente del Comitato Tecnico di Ginnastica Ritmica). Ad un tale corollario, va aggiungersi la nomina dell'Avv. Corrado Maria Dones a Membro del Tribunale d'Appello Mondiale, decisa dal Bureau Presidenziale FIG. All'interno, poi, dell'Unione Europea di Ginnastica, due degli otto Comitati Tecnici sono guidati, rispettivamente, dal prof. Gianfranco Marzolla (Comitato Tecnico Maschile) e dalla prof.ssa Maria Cristina Casentini (Comitato Tecnico di Ginnastica Aerobica). Infine, la Famiglia Ginnastica non poteva far mancare il suo apporto all'interno della nuova organizzazione delle Federazioni Sportive che si affacciano sul Mediterraneo: la COMEGYM con la prof.ssa Maria Cristina Casentini in qualità di Vicepresidente. Poter contare anche su questi aspetti ci consente di guardare al futuro con una certa serenità. E' fuori dubbio che in questi anni ci siano state e tutt'ora siano in corso profonde evoluzioni e che si renda necessario procedere a degli adeguamenti, sul piano normativo e strutturale, indispensabili per favorire l'ulteriore sviluppo della nostra Federazione. Però è altrettanto vero che per disegnare le strategie del futuro non si possono trascurare i risultati ottenuti e disconoscere i meriti di quanti hanno contribuito al raggiungimento degli stessi. Ritengo, pertanto, che il presupposto basilare dal quale partire per individuare gli obiettivi da perseguire sia costituito dal riconoscimento della persistente validità del modello organizzativo e operativo adottato sinora, unitamente al presupposto che la qualificazione delle nostre Discipline Sportive ai Giochi Olimpici di Rio de Janeiro del 2016 resta l'impegno primario, a cui dovremo mirare con tutte le nostre disponibilità tecniche, organizzative e finanziarie. A prescindere da questo caposaldo, in un programma elettorale si formulano delle considerazioni e si elencano dei propositi. Resta poi il compito, sostanziale, di attuare quanto ci si è prefissati e di gestire al meglio una realtà che diventa di giorno in giorno più complessa, specialmente dal punto di vista economico. Ed è su questo terreno, molto più che su quello dei buoni propositi, che si esprimono le caratteristiche e le capacità indispensabili al buon governo della nostra Federazione. Caratteristiche e capacità che si basano su una profonda esperienza e conoscenza del nostro mondo, dei delicati equilibri che lo contraddistinguono, delle necessità e perfino dei sentimenti che lo pervadono. Su questo terreno ciò che davvero conta è la dedizione e l'impegno quotidiano, come la disponibilità o la capacità di ascoltare e talvolta anche quella di pazientare. In una parola, contano soprattutto l'amore per il nostro Sport e la nostra Famiglia e il desiderio di servirli nel miglior modo possibile. Se avrò la fiducia di voi Delegati, come spero e credo, mi impegnerò a condurre la nostra Federazione senza esporla ad avventure ed incognite, ma, al contrario, sviluppando quanto fatto di buono in questi anni e ponendo le basi per un graduale ricambio generazionale a tutti i livelli.

Grazie per l'attenzione".

Elezione del Presidente della Federazione, dei componenti del Consiglio Direttivo Federale, del Presidente del Collegio dei Revisori dei Conti e dei componenti della Commissione di Giustizia di secondo grado (n. 6 O.d.G.)

Il Presidente dell'Assemblea propone che per l'elezione del Presidente Federale e del Presidente del Collegio dei Revisori dei Conti venga posta in essere una chiamata singola. Propone, altresì, di scrutinare i voti per il Presidente FGI e di proclamare, conseguentemente, l'eletto. Poi, in un secondo tempo, si procederà contestualmente con la chiamata per l'elezione del Consiglio Direttivo Federale (compresi atleti e tecnico) e della Commissione di Giustizia di secondo grado. Di conseguenza seguiranno scrutinio e proclamazione degli eletti, ivi compresa quella del Presidente del Collegio dei Revisori dei Conti. L'Assemblea, per alzata di mano, approva all'unanimità. Le operazioni elettorali avverranno tramite un sistema di voto e scrutinio elettronico che saranno seguite in sala attraverso un schermo.

Elezione del Presidente federale

Totale accreditati	327	corrispondenti voti	3493
Votanti	325	"	3491
Astenuti	2	"	2
Schede bianche	74		

Hanno ottenuto voti

1. Agabio Riccardo	2786	79,8 %
2. Menchi Guido	631	18,0 %

Il prof. Riccardo Agabio è proclamato, dal Presidente dell'Assemblea, Presidente della Federazione Ginnastica d'Italia, per il quadriennio olimpico 2013-2016. Il Presidente Agabio ringrazia l'Assemblea per la fiducia e la stima manifestata. Una stima, peraltro, che gli permette di avere la forza necessaria per governare nel quadriennio olimpico entrante. Il



Lo sfidante alla Presidenza, il Professor Guido Menchi

Presidente dell'Assemblea, durante le operazioni di votazione, inerenti alla seconda chiamata, propone ai presenti, di dare la possibilità ai candidati alle cariche nazionali, previamente prenotati, di intervenire, per un arco di tempo massimo di 2 minuti cadauno. L'Assemblea, per alzata di mano, approva all'unanimità. Non essendoci richieste, da parte dei candidati alle cariche nazionali, ad intervenire in Assemblea, si prosegue con i lavori così come sancito dall'esame del punto 6 dell'O.d.G. Il Presidente dell'Assem-



Il Professor Agabio ringrazia la platea al momento della proclamazione a Presidente della Federazione Ginnastica d'Italia

blea concede facoltà di parola al Presidente della Polisportiva Virtus Partenopea, dott. Vito Leonardi, il quale si complimenta per la rielezione del Prof. Agabio a Presidente della FGI. Alle ore 14.50 il Presidente dell'Assemblea lascia la parola al Segretario dell'Assemblea il quale invita nuovamente i Rappresentati degli Atleti/e a ripresentarsi alle cabine elettorali per esprimere il loro voto causa riscontro di un problema del sistema informatico il quale permetteva ai suddetti di esprimere, per la loro categoria, solamente una preferenza e non due, così come normato dall'art. 15, comma 4 dello Statuto Federale che cita testualmente: "Si possono esprimere un numero massimo di singole preferenze pari al numero degli eleggibili". L'Assemblea prende atto. Pertanto, in attesa che i Rappresentanti degli atleti/e espletino le loro operazioni di voto, il Presidente dell'Assemblea propone che, diversamente da quanto sopra enunciato, si proceda con la proclamazione dei seguenti eletti: Presidente del Collegio dei Revisori dei Conti; Componenti Commissione di Giustizia di secondo grado; Consiglio Direttivo Federale – componenti in rappresentanza delle A.S.D – componenti in rappresentanza del tecnico – componenti in rappresentanza degli atleti; L'Assemblea, per alzata di mano, approva all'unanimità.

Elezione del Presidente del Collegio dei Revisori dei Conti

Totale accreditati	327	corrispondenti voti	3493
Votanti	325	"	3491
Astenuti	2	"	2
Schede bianche	320		

Hanno ottenuto voti

1. Galliani Renato	1889	54,1 %
2. Cappuccini Angelo	840	24,0 %
3. Cardone Roberto	442	12,6 %

Elezione componenti Commissione di Giustizia di secondo grado

Totale accreditati	327	corrispondenti voti	3493
Votanti	317	"	3442
Astenuti	10	"	51
Schede bianche	840		

Hanno ottenuto voti

1. Prestia Antonella	1133	32,9 %
2. Iacobbi Lorenzo	614	17,8 %
3. Lupo Dario	543	15,7 %
4. Janiri Giuseppe (suppl)	312	9,0 %

Alle ore 15.20 lascia l'Assemblea il dott. Michele Barbone, Membro di Giunta CONI, in qualità di Osservatore dell'Ente.

Elezione del Consiglio Direttivo Federale – componenti in rappresentanza delle A.S.D.

Totale accreditati	327	corrispondenti voti	3493
Votanti	300	"	3425
Astenuti	27	"	68
Schede bianche	8		

Hanno ottenuto voti

1. Tecchi Gherardo	1690	50,9 %
2. Miranda Pierluigi	1659	49,9 %
3. Peroni Valter	1614	48,6 %
4. Pitton Rosario	1540	46,3 %
5. Musso Francesco	1513	45,5 %
6. Ciarlito Grazia	1430	43,0 %
7. Cassani Ermes G.	1424	42,8 %
8. Settimi Roberto	1282	38,6 %
9. Dones Corrado Maria	1279	38,5 %
10. Riccio Giuseppe M.	1230	37,0 %
11. Martello Dario	1088	32,7 %
12. Napoli Marco	970	29,2 %
13. Cioffi Michele	752	22,6 %
14. Berto Claudio	536	16,1 %
15. Petrucci Ornella	322	9,6 %
16. Lenoci Giuseppe	286	8,6 %
17. Civiletti Pietro	75	2,2 %

Elezione del Consiglio Direttivo Federale – componente in rappresentanza dei tecnici

Totale accreditati	76	corrispondenti voti	76
Votanti	76	"	76
Astenuti	0		
Schede bianche	0		

Hanno ottenuto voti

1. Gaggioli Fabio	35	46,0 %
2. Scuteri Giuseppe	19	25,0 %
3. Schiavo Francesco	16	21,0 %
4. Garino Vincenzo	6	7,8 %
5. Loi Sergio	0	

Elezione del Consiglio Direttivo Federale – componenti in rappresentanza degli atleti

Totale accreditati	49	corrispondenti voti	49
Votanti	29	"	29
Astenuti	20		20
Schede bianche	0		

Hanno ottenuto voti

1. Pozzo Enrico	17	58,6 %
2. Bergamelli Monica	17	58,6 %
3. Angioletti Matteo	10	34,4 %
4. Santoni Elisa	9	31,0 %
5. Crisci Adriana	0	

Il Presidente dell'Assemblea si complimenta con tutti gli eletti alle cariche federali. Alle ore 15.30 il Presidente dell'Assemblea, Prof. Bruno Grandi comunica di lasciare i lavori assembleari, per impegni istituzionali improrogabili preventivamente presi e, pertanto, gli viene consegnato, dal Presidente Agabio, un distintivo d'oro a ringraziamento del lavoro svolto. Assume la Presidenza dell'Assemblea il Vice Presidente Pasqualoni così come normato dall'art. 11 comma 14 del Regolamento Organico. Il Presidente Agabio riunisce il Consiglio Direttivo Federale neo eletto, insieme al Presidente del Collegio dei Revisori dei Conti, anch'esso neo eletto, in una sala attigua alla sala assembleare per deliberare il bilancio programmatico di indirizzo per il quadriennio 2013-2016.



La platea della 95ª Assemblée Nazionale Ordinaria FGI svoltasi a Roma presso l'Hotel Crowne Plaza

BILANCIO PROGRAMMATICO DI INDIRIZZO DEL C.D.F. PER IL QUADRIENNIO 2013-2016 -APPROVAZIONE ASSEMBLEARE (n. 7 O.d.G.)

Dopo una riunione in una sala attigua del neo eletto CDF, insieme al nuovo Presidente del Collegio dei Revisori dei Conti, al rientro in sala, il Presidente Agabio legge il Bilancio programmatico di indirizzo. Le linee programmatiche prefissate per il quadriennio 2013-2016 riguardano schematicamente i seguenti punti:

- Fare tesoro delle esperienze maturate, valorizzando quanto è stato positivamente realizzato nel precedente quadriennio, apportando gli adattamenti necessari per affrontare meglio le attività future;
- Ottenere la qualificazione delle nostre Discipline Sportive ai XXXI Giochi Olimpici di Rio de Janeiro 2016;
- Potenziare le strutture tecniche ed organizzative dei Settori Giovanili a partire dalle nostre Società di Ginnastica, fulcro fondamentale di tutto il nostro movimento e della nostra Federazione. In particolare per quanto riguarda la partecipazione dei giovani ginnasti di Alto Livello, questi, come l'esperienza ci ha insegnato, non possono essere sradicati precocemente dalle Famiglie e dalle Società, ma occorre dare loro la possibilità di poter trovare nel territorio di appartenenza la realizzazione delle rispettive esigenze;
- Potenziare le Accademie Nazionali e Periferiche (ex Centri Tecnici Federali e Poli Tecnici);
- Differenziare le Società "Scuole di Ginnastica" per livelli di attività;
- Incentivare la formazione di "ConSORZI" in forma organizzativa intersocietaria;
- I nostri Tecnici e i Giudici rappresentano una risorsa umana imprescindibile del nostro movimento. Nei loro confronti il dovere prioritario della Federazione è quello di dare una qualità sempre più alta della "formazione" e dell'aggiornamento, valorizzando e tutelando conseguentemente le qualifiche acquisite;
- Potenziare ulteriormente le attività del Centro Didattico Nazionale;
- Valorizzare le risorse territoriali indispensabili al rilancio della base e dei settori giovanili. I Comitati Regionali devono poter godere della necessaria autorità e sostegno della Federazione;
- Coinvolgere maggiormente la Consulta dei Presidenti e dei Delegati Regionali, nella gestione delle attività federali, rendendola il primario interlocutore propositivo del Consiglio Direttivo Federale;
- I Consiglieri Federali assumeranno precise responsabilità in funzione delle proprie capacità e competenze e con il fine esclusivo di offrire il migliore servizio possibile alla collettività;
- Nell'ambito degli uffici federali sarà, poi, senz'altro necessario potenziare la "comunicazione" e l'area Marketing, avvalendosi anche di collaborazioni esterne e di professionisti dei settori, con la prospettiva di avviare gradualmente le attività

federali verso una dimensione più imprenditoriale. Sicuramente, infatti, diverrà sempre più importante il reperimento di Sponsor, la gestione dei rapporti con gli stessi e la ricerca di risorse alternative e complementari a quelle più tradizionali.

Il Presidente Agabio conclude la sua esposizione sottolineando che, il nuovo Consiglio Direttivo Federale cercherà di gestire al meglio una realtà che diventa di giorno in giorno più complessa, cercando naturalmente di sviluppare ulteriormente quanto di buono è stato fatto negli anni precedenti.

Il Vice Presidente dell'Assemblea mette al voto il bilancio programmatico di indirizzo del C.D.F. per il quadriennio 2013-2016, che viene approvato all'unanimità.

VARIE ED EVENTUALI (n. 8 O.d.G.)

Non vengono portati argomenti all'attenzione dell'Assemblea. Alle ore 16.00 il Vice Presidente dell'Assemblea, dopo aver chiesto se vi siano ricorsi in merito allo svolgimento dei lavori assembleari ed avutane, all'unanimità risposta negativa, dichiara chiusi i lavori della 95^a Assemblea Nazionale Ordinaria. Il Presidente Agabio ringrazia il Vice Presidente dell'Assemblea, i Vice Presidenti Federali uscenti Paccotti e Consalici, il Segretario Generale e tutto il personale federale.

Ringrazia, inoltre, per il lavoro che hanno svolto i componenti della Commissione Verifica Poteri costituita da Michele Rossetti (Presidente), Marco Leoni (membro), Antonio Alberto Martinelli (membro).




Il neo Presidente della Federginnastica insieme a Michele Barbone e a Bruno Grandi al termine dell'Assemblea

in difesa

in difesa delle bambine, perché nessuna di loro sia più **indifesa**.

Nel mondo, milioni di bambine non hanno diritti. Sono vittime di abuso, vendute a uomini adulti come spose o muoiono mentre mettono al mondo un figlio. Terre des Hommes da 50 anni protegge l'infanzia con progetti costruiti a misura di bambino. Sostieni una bambina a distanza.

www.terredeshommes.it

 terre des hommes italia

 @tdhitaly

 terredeshommesitalia

indifes 

 **Terre des hommes**
Proteggiamo i bambini insieme

Presentazione degli atleti sulla pedana del Grand Prix (foto F. Tomasi)

CAGLIARI:

IL PONTE DEI DESIDERI

di David Ciaralli

Una grande adunanza post-olimpica. L'happening della Federazione Ginnastica d'Italia si consuma, per la seconda volta in quattro anni, nel catino di Cagliari. In un impianto piccolo dal cuore immenso. "Dopo il successo del 2010 - ricorda il Presidente Agabio nel suo saluto ufficiale - il Grand Prix torna in Sardegna, nell'anno più bello, quello dei Giochi Olimpici, ricevendo il testimone da un'altra isola, la Sicilia, dove si è disputata la scorsa edizione. Ed è proprio da un'isola, la Gran Bretagna, che provengono i medagliati azzurri e tanti altri protagonisti della rassegna londinese, italiani e stranieri, in un ideale e continuo ponte che, mi piace pensare, attraverso lo sport ci aiuti ad unire e ad allargare i nostri orizzonti". Più di 3.000 persone (e tra loro gli splendidi ragazzi di Special Olympics) quasi in delirio per gli eroi azzurri dei grandi e dei piccoli attrezzi. Migliaia, purtroppo le richie-

ste di biglietti rimaste inevase. Il Presidente del nostro Comitato Regionale, la confermatissima Stefania Soro, forte di uno staff giovane ed entusiasta - composto da Cico, Andrea, Luca, Maria, Riccardo, Franco, Veronica, Francesca, Marisa, Rossella, Paola, Gabriella, Silvia, Claudia, Enrica, Rita, Rossana e Alessandro - grazie al sostegno dello Studio Ghiretti e del Coni Sardegna, nella persona di Gianfranco Fara, è riuscito in una vera e propria impresa: portare le medaglie olimpiche al di là del Tirreno, lontano da un continente afflitto dalla crisi economica e, quindi, incapace di trovare le risorse per ospitare la "Rana - Gioiaverde Cup". "Il Grand Prix di ginnastica è uno dei tre soli eventi finanziati di recente dalla Regione Sardegna, insieme al Mondiale di Kitesurf e alla Coppa dei Campioni di basket - ha puntualizzato nel corso della conferenza stampa di presentazione l'ing. Conti, in rappresentanza dell'Assessore regio-

nale allo sport, Sergio Milia - La Regione crede nella ginnastica e il recente stanziamento di 6 milioni di euro per il nuovo palazzetto dello sport cittadino sono una risposta forte e concreta al bisogno di strutture moderne e adatte ad ospitare eventi di tale portata". A latere va rimarcata la collaborazione con UNAIDS per la Campagna "Getting to Zero" sposata dai ginnasti di punta nel corso dell'evento. Importante anche il sostegno degli altri due Enti Locali, la Provincia di Angela Maria Quaquero e il Comune di Cagliari, con il Sindaco Massimo Zedda - classe 1976 - e l'Assessore allo Sport Enrica Puggioni in pole position ad accogliere e applaudire i campioni stranieri ospiti della loro Città: i russi Aleksandr Baladin, oro europeo agli anelli, quarto l'estate scorsa dietro Morandi, ed Emin Garibov, finalista olimpico e campione continentale alla sbarra, il croato Filip Ude, argento al cavallo con maniglie ai Giochi di Pe-



Il Presidente Agabio, Stefania Soro, Presidente del Comitato Regionale, il Sindaco di Cagliari, Gianfranco Fara, numero uno del Coni Sardegna, il dott. Massimo Zanotto di Studio Ghiretti, il Segretario Generale FGI Roberto Pentrella e il dott. Michele Di Martino, Governatore del Panathlon, con i partecipanti azzurri e stranieri del Grand Prix "Rana Gioiaverde Cup" 2012 (foto F. Tomasi)



Le Farfalle di bronzo chiudono l'esibizione con i cinque cerchi
(foto F. Tomasi)

chino 2008, Diana Bulimar, fresca del bronzo a cinque cerchi con la squadra rumena e l'ucraina Mariya Livchicova, 6^a al corpo libero agli europei di Bruxelles. Assente la Cantaluppi per un'indisposizione dell'ultimo minuto, il Pala-rockefeller si è acceso poi per le esecuzioni della bulgara Silviya Miteva, stella della Ginnastica Ritmica mondiale. Ma gli occhi della gente – e le telecamere di Rai Sport 2 dirette da Franco Venditti – erano tutti per gli italiani. Dopo l'emozione dell'Inno di Mameli cantato a squarciagola sulle note della Brigata Sassari, sono entrati in pedana gli atleti dell'Aeronautica Militare Matteo Morandi, Alberto Busnari, Enrico Pozzo, Paolo Ottavi con i compagni Matteo Angioletti, Lorenzo Ticchi, Paolo Principi e Nicola Bartolini per la squadra maschile e quelli dell'Esercito Italiano - Vanessa Ferrari,

Carlotta Ferlito con Giorgia Campana, Chiara Gandolfi ed Enus Mariani, per la Femminile; le Farfalle della Ritmica - Elisa Bianchi, Romina Laurito, Marta Pagnini,

brillante e preparato giornalista sardo, c'erano l'olimpionico Igor Cassina e la star di MTV Elisabetta Preziosa, bravi entrambi ad "impreziosire" con i propri commen-



Chiara Gandolfi, Enus Mariani e Giorgia Campana a Cagliari durante il Grand Prix
(foto F. Tomasi)

Elisa Santoni, Anzhelika Savrayuk e Andreea Stefanescu – con l'individualista Federica Febbo in sostituzione di Julie. In postazione RAI a fianco dell'inedito Carlo Manca,

ti tecnici una diretta di un'ora e mezza. La manifestazione messa in scena, come sempre, da Gianfranco Marzolla – un'altra medaglia olimpica, garanzia assoluta



Enrico Pozzo si appresta ad eseguire il suo esercizio alla sbarra (foto F. Tomasi)



Federica Febbo durante la sua performance con la fune (foto F. Tomasi)



Matteo Angioletti in fase di riscaldamento (foto F. Tomasi)



Il Presidente Federale Riccardo Agabio insieme alla Squadra Nazionale di Ginnastica Ritmica, medaglia di bronzo ai Giochi Olimpici di Londra 2012 (foto F. Tomasi)

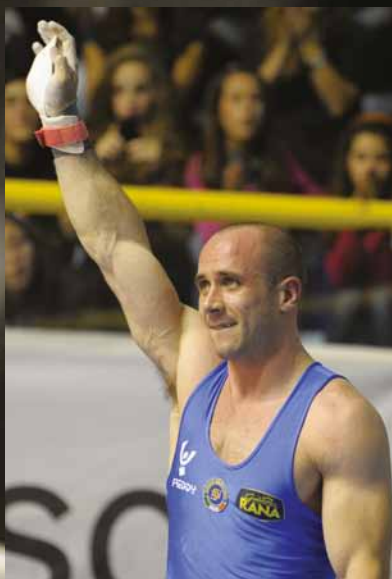


Vanessa Ferrari con il Governatore del Panathlon International, Michele Di Martino (foto F. Tomasi)

di qualità – e raccontata da “the voice” Fabio Gaggioli, libera dai vincoli di gare e giurie, ha lasciato spazio, come era giusto che fosse, allo spettacolo e alla celebrazione dei suoi interpreti. L’applauso più sentito è andato senza dubbio a coloro che, prossimi al ritiro, per l’ultima volta si sono esibiti di

fronte al grande pubblico: Angelo ed Angy, Capitan Sasà, Romina e la Blanchè. Tutti in piedi e tanti brividi, a cominciare dai rispettivi tecnici, Maurizio Allievi ed Emanuela Maccarani. Con la tecnica di Rho a bordo pedana c’era l’assistente Francesca Pasinetti, una compagna più che un’allenatrice, anche lei visibilmente commossa. Per ragioni di spazio gli attrezzi dell’Artistica erano soltanto 5: trave e parallele asimmetriche, gli anelli, la sbarra e il cavallo con

maniglie. Uno dopo l’altro gli atleti si sono alternati nelle varie specialità, sotto lo sguardo del DTN Fulvio Vailati e dei tecnici Andrea Sacchi, Sergio Kaspersky, Enrico Casella, Massimo Gallina, Chiara Ferrazzi e Tiziana Di Pilato. Tutti in piedi, gli spettatori, per i medagliati, per il Dog e le Farfalle, ma anche per Abe e Vany, che il sogno lo hanno soltanto sfiorato. E tutti in piedi, soprattutto alla fine, per i protagonisti di “Ginnaste – Vite parallele”, la docu-fiction cult dei teenager che, piaccia o no, sta dando alle nostre discipline una popolarità senza precedenti. Nicola, l’idolo di Quartu Sant’Elena, Carlo e Betta sono stati presi letteralmente d’assalto, protetti dal personale della sicurezza, mentre firmavano migliaia di autografi. “E’ un vero onore scendere in pedana, alla mia età, con delle persone che hanno già fatto le Olimpiadi – ha dichiarato Bartolini – Amo questo sport e spero di arrivare ai Giochi Olimpici di Rio 2016, il desiderio più grande della mia vita!”. In tribuna, accanto al Prof. Agabio e al Segretario Generale Roberto Pentrella sedevano il Colonnello dell’Esercito Italiano Paolo Pavano e il Maggiore Giuseppe Minissale, affascinati da tanto entusiasmo. Il Centro Sportivo della Cecchignola, insieme a quello A.M. di Vigna di Valle e ai partner commerciali – Giovanni Rana (che passerella al Centro Commerciale Carrefour, venerdì pomeriggio!), Freddy ed Edison – sono stati compartecipi dei successi FGI e quindi, in questa giornata di festa, meritano eccome, prima della chiusura del sipario, la loro parte di standing ovation.



Il “Dog” saluta il pubblico dopo il suo esercizio agli anelli (foto F. Tomasi)



Carlotta Ferlito si esibisce alla trave durante il Grand Prix “Rana Gioiaverde Cup” (foto F. Tomasi)

“Contando anche Brindisi 2009 – conclude il Presidente Agabio - abbiamo tenuto per un intero ciclo olimpico il Grand Prix nel Meridione d’Italia, portando la grande Ginnastica lì dove è forse più difficile praticarla, per tante ragioni, economiche e sociali. Ricordo, due stagioni fa, un Pala Rockefeller gremito e festante come non mai. La Federazione era a metà di un percorso difficile, dopo le delusioni di Pechino, nel pieno di una sfida per l’autodeterminazione di se stessa a livello planetario. Sentimmo, allora, molto forte la spinta e l’incoraggiamento dei cagliaritari ed è per me, che sono un loro concittadino, una grande soddisfazione aver fatto qui ritorno per festeggiare due bronzi olimpici e una prestazione complessivamente esaltante dei nostri ginnasti Oltremarica”.

Appuntamento, dunque, all’anno venturo, con la 22^a edizione. All’inizio di un nuovo percorso, di un ponte lungo un quadriennio che varcherà l’Atlantico. Perché per dirla alla Dimonios (il soprannome della Brigata Sassari): Sa vida pro sa Ginnastica!



Alberto Busnari (foto F. Tomasi)



Paolo Ottavi (foto F. Tomasi)



Paolo Principi (foto F. Tomasi)



Igor Cassina ed Elisabetta Preziosa commentano l'evento del Grand Prix (foto F. Tomasi)

Nicola Bartolini (foto F. Tomasi)



Artistica



Matteo Angioletti esegue una croce agli anelli durante i Giochi Olimpici di Londra 2012 (foto GMT - Mezzelani)

Le spalle larghe, gli occhi espressivi, la parlata veloce e allegra. La solidità sul castello degli anelli, l'esplosività su pedana e tavola del volteggio. Matteo Angioletti alla ginnastica azzurra ha dato tanto, tutto se stesso, tra grandi gioie e qualche momento di rabbia. Le parole non bastano a spiegare la completezza della sua figura, soprattutto come uomo squadra. Ma nella vita di uno sportivo - che nel suo caso ha trovato, tra un ciclo olimpico e l'altro, anche il tempo per laurearsi in Scienze Motorie, sposarsi, avere una bambina - arriva il momento di dire basta. E quel momento per Matteo, una delle colonne della Nazionale Maschile dei cosiddetti "Senatori", è arrivato, a 32 anni e dopo tre competizioni a cinque cerchi. "Il mio è stato un ritiro più che ragionato, lo avevo annunciato già qualche tempo fa...nel 2003 - scherza Angelo - Ricordo che alla vigilia dei Giochi di Atene, dichiarai ai miei compagni: se non conquistiamo la qualificazione, smetto! Poi è andata bene e ho continuato, con non poche soddisfazioni. La stessa situazione si è ripetuta nel 2007. E ce l'abbiamo fatta di nuovo, a Stoccarda, con la gara forse più bella della mia carriera. Quest'anno, a prescindere dalla qualifica, avevo già deciso che sarebbe stato l'ulti-

mo. Poi neanche in questo caso abbiamo tradito e quindi, dopo il pass per Londra strappato a gennaio nel Test Event, la mia competizione d'addio ha assunto i contorni olimpici. Mica male concludere nel Regno Unito, ho pensato. Ed è andata proprio così, con un decimo posto al volteggio, di tutto rispetto. Una finale sfuggita di un soffio, per la quale, però, non ho provato rammarico, a differenza di Pechino, dove sbagliai io". Il pensiero del campione di Monza, cresciuto con Franco Giorgetti e Maurizio Allievi alla Ginnastica Meda, corre veloce al passato: agli 11 scudetti vinti in dodici anni con la sua società, agli 8 mondiali e alle tante rassegne europee, con numerose finali (brillano i piazzamenti agli anelli, il 5° posto a Volos nel 2006 ma soprattutto il 7° a Milano nel 2009, davanti ai propri tifosi); alla World Cup del 2006 quando, dopo un oro a Ghent, fece suo il bronzo agli anelli nella finalissima di San Paolo del Brasile. Per non parlare dei tanti titoli italiani sui 25 metri e sul castello. E poi, d'improvviso, i ricordi tornano alla beffa dei Giochi in Cina. La faccia si fa scura. Nelle qualificazioni del volteggio, dopo un primo salto perfetto (rondata flic doppio salto carpiato) che gli aveva garantito la terza piazza provvisoria, Matteo buttò all'aria la sua grande occasione con un errore nella ribaltata

IL GINNASTA SECONDO MATTEO

21

Primo Piano

di Ilaria Leccardi



Matteo Angioletti (foto G. Prili)

doppio avanti. "Al National Indoor Stadium sbagliai per eccesso di foga – ricorda l'atleta brianzolo – Ho iniziato la seconda rincorsa pensando di dover spaccare tutto, fortissimo, troppo! Modificai qualche meccanismo e andò a finire male". Ma gli anni sono passati e con loro l'arrabbiatura. Rimane l'amore per la Ginnastica Artistica e la voglia di tifare per i compagni. Dopo i ritiri di Andrea Coppolino a inizio 2010 e di Igor Cassina nel 2011, Matteo è pronto a scommettere che gli altri tre veterani - Alberto Busnari, Matteo Morandi ed Enrico Pozzo - andranno avanti ancora un po'. "Chi lascerà per ultimo? Io dico Abe (Busnari, ndr), il più anziano dei tre - dice ridendo - Mi ripete sempre: ancora un anno e poi ba-

sta, ma in realtà non molla mai!". La palestra e il campo gara sono fatti di lunghi momenti di preparazione e di attimi di emozione pura. Come la vita, quella che ad Angioletti, anche fuori dalla palestra, ha continuato a riservare magie. "A marzo - racconta l'azzurro, cresciuto nel mito di Alexei Nemov - mi è capitata la cosa più bella: la nascita di Lucia, la mia bambina. Ora che non devo più seguire gli allenamenti, riesco a godermela parecchio, nella nostra casa di Suello, in provincia di Lecco. La mia famiglia - aggiunge, tradendo, al tempo stesso, la sua cinofilia e la passione per l'Inter - è composta anche da due cani, Milka e Taribo (come West, il difensore nigeriano acquistato da Moratti nel 1997, ndr).

Mia moglie Clara è insegnante e lavora soprattutto di mattina, mentre io ho incastrato i miei nuovi impegni principalmente al pomeriggio". Si perché Matteo, pur avendo detto basta all'attività agonistica, non ha certo abbandonato lo sport. "Anche se non escludo un futuro da allenatore, per adesso sono rimasto legato alla Ginnastica, che resta il mio punto di riferimento, con un filo sottile, ovvero seguendo alcuni adulti, cui insegno acrobatica. Negli ultimi mesi ho deciso di dedicarmi all'attività sportiva sotto un'altra forma. Lavoro, infatti, presso una palestra di Merone, vicino a Erba, dove tengo corsi di CrossFit, una disciplina nata negli Usa, che si sta rapidamente diffondendo nel nostro Paese. Un'attività che unisce allenamento funzionale, quello tipico del potenziamento della ginnastica, a condizionamento e sollevamento pesi. Sono previste delle gare e credo che nei prossimi mesi proverò a cimentarmi". Casa, famiglia e un'originale sfida, per la nuova vita di un "Senatore" che continua ad aver voglia di mettersi in gioco e di stupire.









Matteo Angioletti, insieme al Sergente AM Matteo Morandi (foto G. Prili)









(foto G. Prili)

OSTIA - Campionato Nazionale di Categoria GAM







Allievi 1^ FASCIA

							TOT.
1 Dotti Andrea	14.350	12.400	13.650	14.750	13.300	13.450	81.900
2 Bottini Luca	14.200	13.000	13.300	14.400	13.350	13.500	81.750
3 Galimberti Mirko	14.500	13.600	13.200	14.100	13.700	12.550	81.650







Allievi 2^ FASCIA

							TOT.
1 Arosio Lorenzo	15.050	14.150	14.200	15.000	14.050	14.300	86.750
2 Abbadini Yumin	15.100	12.550	14.400	15.350	14.550	14.400	86.350
3 Mozzato Nicolò	14.850	13.350	14.000	15.400	14.850	13.800	86.250







Allievi 3^ FASCIA

							TOT.
1 Galli Lorenzo	15.750	13.350	15.000	16.550	15.200	14.800	90.650
2 Sborchia Davide	15.450	13.700	14.900	15.650	15.200	15.050	89.950
3 Atte Christian	14.850	13.550	15.550	15.300	14.650	14.650	88.550







Junior 1^ FASCIA

							TOT.
1 Bartolini Nicola	14.050	13.100	13.000	15.200	12.400	13.550	81.300
2 Sarrugero Marco	13.750	12.800	13.700	14.300	13.100	12.700	80.350
3 Macchini Carlo	13.450	11.150	13.300	13.750	13.250	14.000	78.900

Junior 2^ FASCIA

							TOT.
1 Sanvito Michele	13.400	13.200	13.350	14.450	12.500	13.550	80.450
2 Landini Filippo	12.650	12.200	13.750	14.050	13.150	13.750	79.550
3 Sestini Lorenzo	12.400	12.550	13.200	14.300	12.800	13.250	78.500

Senior

							TOT.
1 Ceccarello Nicola	14.600	13.100	13.500	14.500	13.350	13.050	82.100
2 Polini Giancarlo	13.150	12.800	14.150	14.600	13.750	13.150	81.600
3 Poziello Massimo	12.900	13.300	13.150	14.700	13.400	12.950	80.400



Anna e Roberto Carminucci con l'ex Segretario Generale, Luigi Cimnaghi, a Ostia per il Campionato di Categoria accanto al vincitore dell'ultimo Trofeo dedicato all'indimenticabile campione della Roma '70

WORLD CUP 2012 - Concorso Generale
Femminile

Stoccarda - Germania

Ginnasta		TOT.
1 Elisabeth Price	USA	58.098
2 Elisabeth Seitz	GER	55.566
3 Giulia Steingruber	SUI	55.565
4 Kim Bui	GER	55.165
5 Vanessa Ferrari	ITA	54.065
6 Rebecca Tunney	GBR	53.832
7 Kristina Goryunova	RUS	52.232
8 Niahm Rippin	GBR	50.065


Glasgow - Scozia

Ginnasta		TOT.
1 Elisabeth Price	USA	59.165
2 Elisabeth Seitz	GER	54.799
3 Kim Bui	GER	54.732
4 Vanessa Ferrari	ITA	54.432
5 Rebecca Tunney	GBR	54.431
6 Niahm Rippin	GBR	53.099
7 Wakana Inoue	JPN	52.765
8 Kaitlyn Hofland	CAN	52.099



Vanessa Ferrari in pedana a Stoccarda


CARATE BRIANZA - Campionato di Specialità GAM - Finali Junior


CORPO LIBERO		
TOT.		
1 Arquati Mario	13.000	
2 Bronzieri Andrea	12.950	
3 Menegozzo Emanuele	12.800	

VOLTEGGIO		
TOT.		
1 Ermolli Efrem	14.550	
2 Taito Emiliano	14.550	
3 Carbonaro Luca	14.550	

CAVALLO CON MANIGLIE		
TOT.		
1 Tana Rocco	11.750	
2 Foderà Gabriele	11.000	
3 Pantaleone Aldo	10.950	


PARALLELE PARI		
TOT.		
1 Mosca Balma Alessandro	12.350	
2 Caputo Marco	12.300	
3 Bronzieri Andrea	12.250	

ANELLI		
TOT.		
1 Corsico Luca	12.950	
2 Gjeci Elvis	12.050	
3 D'Errico Feliciano	11.950	

SBARRA		
TOT.		
1 Taito Emiliano	12.220	
2 Lazzari Luca	12.000	
3 Balduzzi Gregorio	11.750	


CARATE BRIANZA - Campionato di Specialità GAM - Finali Senior


CORPO LIBERO		
TOT.		
1 Cipolla Giovanni	13.550	
2 Neyroz Andrea	13.150	
3 Foschi Francesco	13.100	

VOLTEGGIO		
TOT.		
1 Vercellino Jacopo	15.250	
2 Gentili Matteo	14.800	
3 Molinari Simone	14.800	

CAVALLO CON MANIGLIE		
TOT.		
1 Albanese Marco	12.700	
2 Bellini Andrea	12.450	
3 Angeleri Luca	12.150	

PARALLELE PARI		
TOT.		
1 Bonzi Gabriele	12.850	
2 Giraldo Stefano	12.750	
3 Brozzi Saverio	12.600	

ANELLI		
TOT.		
1 Mortano Eduardo	13.150	
2 Cipolla Giovanni	12.950	
3 Fossella Francesco	12.950	

SBARRA		
TOT.		
1 Mattei Leonardo	12.600	
2 Bonzi Gabriele	12.100	
3 Morini Matteo	11.850	

ATTIVITÀ INTERNAZIONALE

29° MEMORIAL ARTURO GANDER

GARA INTERNAZIONALE DI GINNASTICA ARTISTICA

Chiasso - Svizzera

Ginnasta		TOT.
1 Steingruber Giulia	SUI	41.800
2 Ferlito Carlotta	ITA	41.200
3 Hill Lisa Katharina	GER	40.550
4 Marachkouskaya Nastassia	BLR	39.550
5 Sung Jihye	KOR	39.400
6 Livchikova Mariya	UKR	38.950
7 Kaeslin Ilaria	SUI	26.770
8 Rippin Niamh	GBR	25.900
9 Belokobylskaia Yulia	RUS	23.350



7° ITALIA 80.500

	TOT.
1 Carlotta Ferlito	37.450
2 Paolo Ottavi	43.050

Nella foto a destra i ginnasti Simone Bresolin (Sampietrina) e Michele Sanvito (Ginnastica Meda), Carlo Macchini (Fermo 85), Giacomo Rossi (Palestra Ginn. Ferrara), Marco Sarrugero e Lorenzo Sestini (Aurora Montevarchi) con i tecnici Giovanni Innocenti e Serguei Oudalov, i giudici Carlo Nobili, Giuseppe Scuteri e il capo delegazione Uber Barbolini.

CHEMNITZ - Friendly Tournament Under 18							
							TOT.
1 GERMANIA	53.400	48.850	51.450	57.700	54.100	52.650	318.150
2 ITALIA	52.050	52.000	51.450	56.950	52.400	51.700	316.550
1 Tim Leibiger	13.950	12.600	13.100	14.250	12.250	14.100	80.250
2 Alexander Mayer	12.950	12.450	13.800	14.500	13.850	12.450	80.000
3 Marco Sarrugero	13.250	12.950	13.400	14.100	13.600	12.250	79.550
4 Michele Sanvito	12.800	12.850	13.200	13.700	13.050	12.350	77.950
5 Giacomo Rossi	12.800	11.900	12.250	14.800	12.900	13.050	77.700
6 Simone Bresolin	13.200	13.450	11.550	13.200	13.100	12.450	76.950
7 Stefan Kotrini	12.550	11.650	12.150	14.300	13.150	12.800	76.600
8 Lukas Schlotterer	12.800	12.150	11.600	13.000	13.700	13.300	76.550
9 A.Pfafenroth	12.800	12.150	11.600	13.000	13.700	13.300	76.550
10 Lorenzo Sestini	12.100	-	12.650	14.350	12.100	12.650	63.850
11 Kevin Wittig	13.600	11.200	-	14.650	-	13.050	52.500
12 Carlo Macchini	-	12.750	12.200	-	12.650	13.850	51.450



JESOLO - Campionato Serie C GAF

Società	TOT.
1 Brixia - Sq. A	205.500
2 Brixia - Sq. B	201.100
3 Frat. Savonese	199.500
4 Gymnasium	199.425
5 Ardor	198.150
6 Eala Alzano	197.775
7 Artistica 81	197.300
8 Ghislanzoni Gal - Sq. A	197.275
9 Ginn. Giglio	197.175
10 La Rosa	196.525
11 Estate 83	195.775
12 Gal Gym Team - Sq. A	194.900
13 Pro Lissone	194.275
14 Olos Gym 2000 - Sq. A	194.225
15 Andrea Doria	193.625
16 La Fenice 2009 - Sq. C	191.425
17 Sampietrina - Sq. A	191.000
18 Asa Cinisello	189.750
19 Forza e Virtù	187.725
20 Sampierdanerese	187.600

MORTARA - Campionato di Categoria J/S GAF

Junior 1^ FASCIA

					TOT.
1 Imeraj Chiara	13.150	13.150	13.200	13.700	53.200
2 Favaretto Joana Caroline	13.600	11.050	12.600	13.600	50.850
3 Sai Maria Camilla	13.150	12.400	12.450	12.450	50.450

Junior 2^ FASCIA

					TOT.
1 Leolini Alessia	13.850	13.000	12.550	13.900	53.300
2 Marongiu Lavinia	12.350	13.250	13.100	13.600	52.300
3 Bonistalli Sofia	13.900	11.950	10.550	14.300	50.700

Senior

					TOT.
1 Crisci Adriana	14.050	13.050	13.100	13.800	54.000
2 Rocca Arianna	14.400	11.150	13.300	13.500	52.350
3 Martinazzi Deborah	13.450	11.050	12.400	13.150	50.050

CARATE BRIANZA - Campionato di Specialità GAF - Finali Junior

VOLTEGGIO	
TOT.	
1 Marra Veronica	13.200
2 Ciuffolini Aurora	12.900
3 Massone Valentina	12.800

TRAVE	
TOT.	
1 Barani Erika	11.900
2 Oggioni Alessandra	11.700
3 Lenzini Laura	11.550

PARALLELE ASIMMETRICHE	
TOT.	
1 Lenzini Laura Panaro	11.500
2 Buglioni Ambra	11.350
3 Noseda Ambra	10.900

CORPO LIBERO	
TOT.	
1 Manera Giada	12.650
2 Varesio Alexia	11.900
3 Bucciarelli Lara	11.800

CARATE BRIANZA - Campionato di Specialità GAF - Finali Senior

VOLTEGGIO	
TOT.	
1 Tortorici Gilda	13.550
2 Dalla Vecchia Chiara	13.550
3 Santarelli Eleonora	13.100

TRAVE	
TOT.	
1 Giani Giorgia	12.150
2 Zanini Virginia	12.000
3 Scapolì Cecilia	11.800

PARALLELE ASIMMETRICHE	
TOT.	
1 Giraudò Gloria	12.350
2 Calò Sofia	11.100
3 Perelli Giorgia	10.950

CORPO LIBERO	
TOT.	
1 Zanini Virginia	12.400
2 Rizzardi Alice	12.400
3 Peli Alessia	12.200



CARATE BRIANZA - Torneo Allievi

Allievi 1^ Fascia	
TOT.	
1 Nicastrì Paride	56.400
2 Tramonte Matthias	55.600
3 Brancaccio Luca	55.400

Allievi 2^ Fascia	
TOT.	
1 Fermin Saul	55.700
2 Frigerio Giovanni	54.600
3 Zamar Francesco	54.200

Allievi 3^ Fascia	
TOT.	
1 Ronga Lorenzo	56.250
2 Benna Manuel Yurin	56.050
3 Zumaglinò Diego	56.050

GIVVIE FIVE

ARMONIA



Carmen Crescenzi alle clavette (foto C. Di Giusto)

di Cecilia Festa

Una grande avventura agonistica ma, soprattutto, grandi protagonisti. Il Campionato di Serie A di Ginnastica Ritmica ha messo in mostra nel 2012 numeri e dati decisamente in positivo. Innanzi tutto si è assistito ad un incredibile spettacolo, denso di emozioni e carico di pathos. I risultati, mai scontati, sono sempre stati raggiunti con sudore, determinazione, grinta e, a volte, un briciolo di fortuna. Il livello tecnico, malgrado il periodo post olimpico carat-

terizzato da cali fisici, se non addirittura da abbandoni, si è confermato davvero ottimo, sia nel lavoro individuale, sia nella gestione organizzativa dei team. Grazie anche alla presenza delle stelle straniere, alcune delle quali si sono ritirate dall'attività solo dopo aver onorato, per l'ultima volta, il nostro Torneo. Si è registrato, infine, un evidente successo di pubblico, spinto, di certo, dagli echi di Londra, ma anche dalla positiva onda mediatica che il settore della Ginnastica sta ca-

valcando in questi mesi. Tali eccellenti riscontri nascono, in realtà, da una struttura di base con fondamenta forti e solide, frutto dell'immenso lavoro posto in essere da tutti i protagonisti - tecnici, assistenti ed atleti - con passione e costanza. Al termine dunque di una sfida durata tre mesi, tra ottobre e dicembre, lungo le quattro tappe di Biella, Chieti, Perugia e Desio, le campionesse in carica dell'Armonia d'Abruzzo hanno conservato lo Scudetto sul body. *"Sapevo che quest'anno sa-*



L'Armonia d'Abruzzo festeggia il quinto Tricolore sul podio di Desio (foto C. Di Giusto)



Andreea Stefanescu con il nastro (foto C. Di Giusto)



rebbe stata dura – ha dichiarato la tecnica teatina, Germana Germani - la San Giorgio è una squadra di grande valore che stimo e temo allo stesso tempo. Sicuramente, nelle ultime due gare abbiamo pagato la tensione ed il carico di aspettative per la conquista del titolo, ma è comprensibile, a questi livelli di stress, incorrere in qualche errore". La Società di Anna Mazzioti (sesta a fine settembre all'AeonCup di Tokyo, il Campionato Internazionale per club organizzato dalla Federazione nipponica) si è aggiudicata il titolo nazionale per la quinta volta di



Federica Febbo (foto C. Di Giusto)

fila, grazie a due vittorie e altrettante piazze d'onore. "Il nostro obiettivo è stato sempre quello del gruppo e del lavoro omogeneo di squadra – continua Germana - Sapevamo che la Dmitrieva (la straniera in forza alla San Giorgio – n.d.a.) sarebbe stata un grande ostacolo e per questo abbiamo cercato il più possibile di mettere in campo un insieme di ginnaste in grado di equivalersi in termini di punteggio. Poi, di volta in volta, abbiamo studiato la strategia da seguire in ciascuna tappa in base alla stabilità di rendimento e alla maturità delle ragazze". Un apporto significativo è stato quello di Chiara Ianni, contemporaneamente impegnata al CTF con il Team Italia di Emanuela Maccharani: "È stata la stagione più difficile – ci ha confidato la Farfalla di Torre de' Passeri - perché abbiamo dovuto lottare fino all'ultimo. Ora siamo felicissime e ce la metteremo tutta, con forza e tanta grinta, per ripeterci negli anni a venire. Subito dietro, con il fiato sempre sul collo di Chieti, c'è stata la San Giorgio '79. "Quest'an-

no oltre al progresso tecnico delle mie ginnaste – ha detto l'allenatrice desiana, Elena Aliprandi - ho notato una evidente crescita e maturità in campo gara. Giocarsi la finale in casa è ancora più difficile, soprattutto quando si ha di fronte un avversario molto determinato. Vincere a questi livelli acquista, a mio avviso, ancora più valore". Il Club di Piergiorgio Caspani, outsider con due vittorie, un secondo ed un terzo posto si è guadagnato il titolo di Challenger ufficiale per il Campionato 2013. "La cosa che mi ha fatto più piacere – prosegue la Aliprandi - è che non ci siamo crogiolate all'ombra della Dmitrieva. La nostra squadra, infatti, è andata molto bene anche nelle prime due prove (senza l'argento olimpico russo – n.d.a.). Annuiscono, accanto alla loro tecnica le due san giorgine forse più rappresentative, Giulia Pala e Veronica Bertolini: siamo molto soddisfatte – aggiungono in coro - di aver fatto una bella figura davanti ai nostri tifosi. Avevamo voglia di vincere. Adesso si ricomincia daccapo con il nuovo codice." Terzo

CAMPIONATO NAZIONALE SERIE A1

CL	SQUADRE	I	II	III	IV	TOTALE
1	ARMONIA D'ABRUZZO	25	25	22	22	94
2	SAN GIORGIO 79 DESIO	22	20	25	25	92
3	GINNASTICA VIRTUS	20	22	20	20	82
4	FABRIANO	18	14	18	18	68
5	AURORA FANO	16	18	16	12	62
6	RAFFAELLO MOTTO	10	16	10	16	52
7	ARCOBALENO PRATO	12	10	8	14	44
8	RITMICA PIEMONTE	14	6	14	8	42
9	BRIXIA	8	12	12	10	42
10	EUROGYMNICA	6	8	6	6	26





Germana Germani in giubilo dopo l'esecuzione di Carmen (foto C. Di Giusto)

posto generale per la gloriosa Virtus Gallarate, rimasta costantemente sul podio in tutte e quattro le giornate. *“Alla fine ce l'abbiamo fatta!* – esulta Marisa Verotta - *Il Campionato è stato lungo e faticoso, ma le ragazze si sono veramente ben comportate. L'errore, purtroppo, è sempre in agguato ma questo fa parte del gioco, è la gara, la tensione. Abbiamo accusato il fatto di essere così vicine a casa, in Lombardia, dove volevamo fare ancora meglio del solito. Quest'anno il livello è stato decisamente alto e quindi salire sul podio ha un valore speciale*”. Il gruppo gallaratese, un argento e tre bronzi totali, ha dato filo da torcere alle due squadre di punta, senza mai mollare la presa, nemmeno per un secondo. La classifica ha visto poi succedersi, nell'ordine, Fabriano, Aurora Fano,

Raffaello Motto, Arcobaleno Prato e Ritmica Piemonte. Non ce l'hanno fatta a salvarsi, e passeranno quindi alla serie cadetta, la Brixia Brescia e l'Eurogymnica di Torino. Per quanto riguarda invece la Serie A2, non sono mancate sorprese e colpi di scena. Difatti, in testa, si sono avvicendate diverse società che non hanno mancato occasione di mettere in mostra esercizi di valore, esecuzioni più o meno impeccabili, capacità di concentrazione e maturità agonistica. *“Sono davvero contenta – ha raccontato Laura Bocchini - è stato, il nostro, un cammino in crescendo e questa promozione è il premio più bello*”. La Fenice di Spoleto, infatti, si è aggiudicata, dopo due primi posti, una seconda e una terza posizione, il titolo dell'A2, tornando nella massima categoria dalla

CAMPIONATO NAZIONALE SERIE A2

CL	SQUADRE	I	II	III	IV	TOTALE
1	LA FENICE	22	25	20	25	92
2	NERVIANESE	25	25	18	20	88
3	TERRANUOVA	18	16	22	22	78
4	ARDOR PADOVA	14	18	25	14	71
5	ETRURIA	20	14	12	18	64
6	RITMICA ROMANA	12	12	16	16	56
7	FABRIANO CER. DESI	8	20	14	12	54
8	RITMICA 2000	16	10	6	10	42
9	F. PETRARCA 1877	10	6	8	8	32
10	PAVESE	6	8	10	6	30



Le ragazze della Fenice fanno il segno di vittoria dopo essersi aggiudicate l'ultima prova di Desio

porta principale. *“Per noi è un sogno – prosegue la tecnica della Polisportiva - Ci abbiamo creduto e lo abbiamo raggiunto, attraverso un lavoro costruito nel tempo con grande determinazione. L'apporto di ognuna di noi, atlete ed allenatrici, è stato fondamentale e per questo il mio ringraziamento va a tutte quante”*. Sulla stessa lunghezza d'onda Andreea Stefanesco, farfalla iridata, bronzo olimpico e grande trascinatrice del club che l'ha scoperta e lanciata: *“La medaglia dei Giochi di Londra è una cosa che non si può descrivere e che mi porterò per sempre nel cuore. Vincere però in Italia con la mia squadra mi ha dato una gioia diversa, altrettanto intensa. Immaginavamo di ottenere una buona posizione, non certo di risalire subito. Le ragazze, invece, sono state fortissime, ognuna ha dato il proprio meglio, nonostante la stanchezza ed i tanti sacrifici”*. Con la società di Lorella Bartoli sale anche la Nervianese. *“Siamo strafelici, - esordisce Letizia Barzatti - Non ci sono altre parole. Abbiamo fatto un Campionato ottimo e a Desio ci siamo prese ciò cui aspiravamo. Quest'anno le ragazze c'erano ed hanno mantenuto alte prestazioni in tutte e quattro le gare”*. Senza contare il bronzo olimpico Liubou Charkashina che ha deciso di completare la sua lunga carriera di ginnasta regalando la Serie A1 all'ASD di Giampiero Barzacca. *“Per me è un piacere chiudere in Italia – ha commentato la stella bielorusa, uscendo per l'ultima volta di pedana - perché la considero la mia seconda casa. Ho un legame molto forte e duraturo con Nerviano, qui mi sento in famiglia. Il futuro? Mi dedicherò all'insegnamento della Ginnastica Ritmica nel mio Paese e sarò parte del Comitato Olimpico. Continuerò, comunque, a sbirciare in casa vostra, seguendo le vostre tante giovani promesse”*. Il terzo gradino - quello senza ascensore ma che, in un simile contesto stellare, vale il plauso di tutti gli addetti ai lavori - è andato alla matricola Terranuova. *“Non ho parole – conferma Luciana De Corso - Speravamo di fare un grande torneo ma*



La Fenice Spoleto esulta sul podio per la promozione in Serie A1 (foto C. Di Giusto)

non ci aspettavamo un simile esito. All'esordio in A subito sul podio, che meraviglia! Abbiamo un gruppo molto giovane, composto di grandi lavoratrici. Puntiamo su di loro e molto in alto". Dietro le migliori tre la classifica ha visto, nell'ordine, l'Ardor Padova protagonista di un'eccellente exploit in Umbria, l'Etruria Prato, sul gradino più basso a Biella, la Ritmica Romana, artefice di un'incredibile rimonta nelle ultime prove, e la

Fabriano Cerreto D'Esì, terza a Chieti. Ottava, nona e decima, rispettivamente, Ritmica 2000, Petrarca Arezzo e Pavese, alle quali toccherà ricominciare, rimettendosi in gioco per una repentina risalita nella Ritmica che conta. Proprio la Serie B, intanto, conosceva al PalaDesio un grandissimo ed inusuale seguito di pubblico. La contesa, quanto mai imprevedibile, è stata, di conseguenza, all'ultimo sangue. Con una graduatoria che si è andata delineando soltanto al completamento dell'ultimo esercizio. Estense Putinati Ferrara, Udinese e Valentia estraggono i biglietti vincenti. "Erano quattro anni che mancavamo dalla Serie A - ricorda, raggiante, Livia Ghetti - Purtroppo, a volte, si paga il ricambio generazionale. Queste ragazze hanno lavorato bene, tra loro sono molto unite". Questo trionfo sportivo assume un sapore più intenso, se si considera la tragica circostanza del terremoto che ha colpito la zona del ferrarese. "La nostra preparazione - conferma la

tecnica romagnola - è stata logisticamente molto difficile. Abbiamo dovuto combattere anche contro gli eventi, trovando però in noi stesse una grande forza. Nel 2011, per pochi centesimi, mancammo la promozione, quindi, ci eravamo dette: no, non ci può più scappare!". È il turno di Spela Dragas, l'allenatrice slovena a capo della truppa di Udine che ci svela il segreto di un altro miracolo.: "Abbiamo messo in campo un ottimo mix, tutto qui. La piccola Alexandra Agiurgiuculese ha dimostrato di essere già pronta per palcoscenici importanti e poi ci siamo avvalsi dell'aiuto di Giulia Cantoni, in prestito dalla San Giorgio. Ma tutte le nostre atlete si sono comportate molto bene. Abbiamo puntato su ginnaste giovani - conclude la tecnica dell'ASU - e abbiamo avuto ragione. Sono molto orgogliosa, e con un bellissimo centro a disposizione possiamo guardare al futuro con serenità. L'ultima parola spetta a Daniela Mazzucco e Alena Shleico, in una pausa della festa della Ginnastica Valentia: "Le ginnaste hanno lavorato tantissimo. E malgrado le difficoltà, alla fine, ce l'hanno fatta, mantenendo determinazione e sangue freddo". La classifica di B si completa con la Ginnastica Lazio Flaminio, la Moderna Legnano, La Coccinella, Gymnica 96, Gimnall, Poseidon, Iris, Sport Life Club, Sporting Bovianum, Stella Azzurra Ginnastica e Montemarciano. Tutte brave, tutte belle e pronte a riprovarci, nel secondo semestre del 2013.



Veronica Bertolini (foto C. Di Giusto)

CAMPIONATO NAZIONALE SERIE B

CL	SQUADRE	I
1	GIN. ESTENSE PUTINATI	144.625
2	UDINESE ASS.POL. DIL.	137.975
3	GINNASTICA VALENTIA	137.425
4	LAZIO GINN. FLAMINIO	136.800
5	MODERNA LEGNANO	132.700
6	LA COCCINELLA	130.200
7	GYMNICA 96	129.300
8	GIMNALL	122.900
9	POSEIDON	122.600
10	IRIS	121.675
11	SPORT LIFE CLUB	119.300
12	SPORTING BOVIANUM	115.850
13	STELLA AZZURRA GINN.	115.725
14	U.P.R. MONTEMARCIANO	114.000



Metamorfosi di una FARFALLA

di Ilaria Brugnotti

«Avevamo un sogno, ci abbiamo messo l'anima per raggiungerlo. Si dice che il minimo battito d'ali di una farfalla sia in grado di provocare un uragano dall'altra parte del Mondo»

Cinque di loro, cinque Farfalle iridate della Nazionale di Ginnastica ritmica hanno deciso di lasciare l'attività agonistica. Dopo, chi più chi meno, un decennio e un centinaio di medaglie appese alle pareti del CTF di Desio, Elisa Santoni, Anzhelika Savrayuk, Elisa Bianchi, Romina Laurito e Giulia Galtarossa si congedano ripercorrendo, in esclusiva per Il Ginnasta, le tappe più importanti ed emozionanti della loro lunga carriera. Erano giovanissime quando hanno iniziato, crisalidi in un cuscinetto di seta, sono divenute Farfalle azzurre, aviere dell'Aeronautica Militare, ed ora si trasformeranno in cosa? La vita dedicata alla Ritmica e la vita che le attende fuori dalla pedana, dove sognano di continuare a volare.

Giulia GALTAROSSA

“Una bambina di 6 anni entrò nella palestra dell'Ardor di Padova per frequentare un corso di ginnastica artistica. L'insegnante notò subito le sue doti e le propose la ritmica. Fu un colpo di fulmine. A otto anni le prime gare e le vittorie a livello regionale. Così tutti conobbero Giulia Galtarossa. La passione non mi ha mai fatto pesare i sacrifici. Niente feste, né uscite con gli amici. Il mio centro di gravità “permanente” era la palestra. Poi, nel 2007 arrivò “quella” chiamata – inaspettata - al Centro Tecnico. Sono partita ancora sedicenne alla volta di Desio con un bagaglio colmo di speranze. Che si sono concretizzate solo due anni più tardi, nel 2009. Titolare in Giappone, la mia prima gara importante, un Campionato del Mondo. A Miè arrivò una vittoria inattesa, dal valore inestimabile. Pur non essendo stata a Pechino avevo assorbito dalle

mie compagne la loro delusione. Quell'oro iridato aveva il sapore di una vendetta, servita fredda. E aver fatto parte di un'impresa del genere è stato esaltante. L'anno successivo il bis a Mosca, nella “tana del lupo”. Della serie: ‘datemi un pizzicotto perché sto sognando’. La Ginnastica Ritmica significa disciplina. La vita da “Farfalla” è stata una parentesi che mi ha fortificato il carattere. Ci sono tanti momenti belli, ed altri meno, quelli che mi sono serviti per dare il giusto peso alle cose. ‘Carpe diem, come si dice, per non avere poi rimpianti. Ora ho trovato una nuova dimensione: alleno nella mia società, un desiderio che ho sempre nutrito sin da ragazzina. Mi piace creare, inventare e trovare passaggi originali. Mi piace essere un aiuto per le ginnaste più giovani, mettendo a loro disposizione il mio bagaglio di esperienze”.



(foto C. Di Giusto)



Elisa BLANCHI



(foto C. Di Giusto)

“Sono entrata in palestra all’età di tre anni e mezzo ed è stato amore a prima vista. Non ho mai praticato altri sport. Mi piaceva l’odore della pedana, la magia degli allenamenti. Mi divertivo, ero una bambina. Mi sono sempre impegnata, ma non avrei mai immaginato di arrivare più volte sulla vetta del Mondo, con questa squadra. Ricordo ancora quando la mia allenatrice Monica Brandizzi mi disse della convocazione in Nazionale. Non stavo più nella pelle. Ho convinto la mia famiglia, inizialmente preoccupata della lontananza da casa, a lasciarmi partire per Desio. Arrivata al Centro Tecnico, a 14 anni, è iniziata la una nuova vita. Ero felice, emozionata e convinta. Conservo tanti ricordi bellissimi. La prima medaglia (ai Campionati europei di Riesa, nel 2003) fu una festa per tutti. E poi l’argento di Atene, un altro sogno che si realizzava. La mia è stata una carriera tutta in ascesa, sempre sul podio. Ci fermarono solo a Pechino, forse il momento più duro. Dopo quell’Olimpiade avevo pensato di abbandonare. Sono rimasta ferma per un po’. Poi, però, parlando con Emanuela e le mie compagne ho ritrovato gli stimoli per tornare al lavoro. Mai scelta fu più

azzeccata! Dal 2009 sono arrivati i risultati più importanti: tre titoli mondiali vinti consecutivamente e una nuova medaglia olimpica. Neppure i numerosi infortuni sono riusciti a rovinarmi la festa. Anche quelli fanno parte dello sport, bisogna imparare ad accettarli e a superarli. Per questo non smetterò mai di ringraziare lo staff medico, i fisioterapisti Nicola Appella e Pasquale Tosi che sono riusciti sempre a rimettermi in piedi, in tempi record. Un grazie di cuore anche alla Maccarani che mi ha sempre offerto un posto in squadra. La ginnastica? Maestra di vita. Mi ha insegnato a cavarmela da sola, anche lontana dalla mia famiglia. Ho imparato il significato della parola ‘sportività’ e a rispettare regole e orari. Ora ho un nuovo obiettivo: terminare l’Università (Facoltà di Scienze Motorie, a L’Aquila, ndr). Ringrazio l’Aeronautica Militare che mi sta dando una mano in questa fase di transizione. La Ritmica, però, rimane il mio mondo. Vorrei continuare a farne parte, anche se non nell’immediato futuro. Chissà, magari nella mia società oppure collaborando con la Federazione”.

Elisa SANTONI

“Nuotavo. Andavo in piscina con mio fratello più grande. Poi, un bel giorno, la mia amica Giulia mi ha convinta a provare con la ginnastica ritmica. All’inizio è stato puro divertimento: più che la palestra volevo passare del tempo con lei. Poi ho capito che, invece, questa disciplina mi piaceva parecchio. E da quella pedana della Polimnia Ritmica Romana non mi sono più allontanata. Solo un periodo di stop forzato, a otto anni, quando fui costretta a sottopormi a un intervento a cuore aperto. Ecco: in quel momento ho avuto paura di dover rinunciare ai miei sogni di giovane ginnasta. Per fortuna si risolse tutto nel migliore dei modi e sono riuscita a tornare ad allenarmi. Anzi, questo ‘incidente di percorso’ mi ha dato una marcia in più. In pochi anni mi sono trovata a calcare le pedane internazionali con la squadra junior, insieme a Elisa Blanchi e ad altre bambine: a Budapest, nel 1999, e a Ginevra, due anni dopo. Poi ho spiccato il volo: da gennaio 2002 sono entrata a far parte del Centro Tecnico Federale di Desio. All’inizio non avrei mai scommesso su una mia permanenza così duratura. Invece ho trascorso una vita lontana da casa dieci anni, intensi e ricchi di soddisfazioni. Un crescendo di successi e di conferme che mi hanno gratificata, alimentando l’energia necessaria a proseguire nell’attività agonistica. A 24 anni suonati mi sono ritrovata a gareggiare ancora ad altissimo livello. La terza Olimpiade, dopo Atene e Pechino. Londra, mi ha regalato delle emozioni fortissime. Ero certamente più matura e consapevole rispetto al 2004. In Grecia, forse, ero troppo giovane – 16 anni – per apprezzare, fino in fondo, il risultato ottenuto, il primo argento. La grandezza di quell’impresa l’ho compresa solo un po’ di tempo dopo. Era strano vedere le nostre

foto sui giornali. Fu una medaglia storica per la Ritmica italiana. L’Olimpiade del 2012, viceversa, è stata quella della maturità e dell’esperienza. Ho assaporato tutto, dall’atmosfera del villaggio, alla mensa, alle cerimonie. Non nascondo di essere arrivata in Inghilterra con il timore della ‘fregatura dietro l’angolo’, visti i precedenti. Ma ero consapevole delle nostre capacità e della volontà di fare bella figura. Nonostante la perdita d’attrezzo in finale sono davvero soddisfatta. Si tratta di un bronzo olimpico! È stato un onore essere il Capitano di questa squadra. Sono stata scelta, nonostante fossi la più piccola, forse per le mie capacità di avere sempre la situazione sotto controllo, prima di entrare in pedana, e per le mie doti di “trascinatrice”. Sono fatta così, non sono una persona chiusa. Non c’è medaglia, delle tante che abbiamo conquistato, che non mi abbia regalato emozioni. Non sono davvero in grado di stilare una classifica. La ginnastica ritmica mi ha arricchita, dandomi la possibilità di visitare luoghi a me sconosciuti, stringendo legami di amicizia fortissimi che mi auguro possano continuare anche al di fuori. Tutto quello che mi ha insegnato è ora un bagaglio che porterò sempre con me. Sono serena, non ho rimpianti. Ho voglia di dedicarmi alla famiglia, agli affetti e allo studio. C’è una nuova Elisa che mi aspetta e che ho tanta voglia di conoscere!”

foto sui giornali. Fu una medaglia storica per la Ritmica italiana. L’Olimpiade del 2012, viceversa, è stata quella della maturità e dell’esperienza. Ho assaporato tutto, dall’atmosfera del villaggio, alla mensa, alle cerimonie. Non nascondo di essere arrivata in Inghilterra con il timore della ‘fregatura dietro l’angolo’, visti i precedenti. Ma ero consapevole delle nostre capacità e della volontà di fare bella figura. Nonostante la perdita d’attrezzo in finale sono davvero soddisfatta. Si tratta di un bronzo olimpico! È stato un onore essere il Capitano di questa squadra. Sono stata scelta, nonostante fossi la più piccola, forse per le mie capacità di avere sempre la situazione sotto controllo, prima di entrare in pedana, e per le mie doti di “trascinatrice”. Sono fatta così, non sono una persona chiusa. Non c’è medaglia, delle tante che abbiamo conquistato, che non mi abbia regalato emozioni. Non sono davvero in grado di stilare una classifica. La ginnastica ritmica mi ha arricchita, dandomi la possibilità di visitare luoghi a me sconosciuti, stringendo legami di amicizia fortissimi che mi auguro possano continuare anche al di fuori. Tutto quello che mi ha insegnato è ora un bagaglio che porterò sempre con me. Sono serena, non ho rimpianti. Ho voglia di dedicarmi alla famiglia, agli affetti e allo studio. C’è una nuova Elisa che mi aspetta e che ho tanta voglia di conoscere!”



Romina LAURITO



(foto C. Di Giusto)

“Avevo solo tre giorni di vita e la persona che mi prese in braccio per la prima volta, al di fuori della mia famiglia, fu Marisa Verotta, che poi divenne la mia allenatrice. A soli due anni e mezzo ho messo piede in palestra, per ‘colpa’ di mia sorella Alessandra, che si allenava tutti i giorni alla Virtus Gallarate. Da quel momento non me ne sono più andata. A otto anni la mia prima gara ‘speciale’ e la prima vittoria al corpo libero, con un punteggio altissimo, 8.90. Nel 1999 ho conquistato il primo titolo nazionale e, l'anno successivo, divenuta junior, sono stata catapultata con un pizzico di sana incoscienza, nel Campionato di Serie A. Nello stesso anno è arrivata la vittoria nella gara di “Alta Specializzazione”. Ero la più giovane eppure ce la feci, grazie anche a qualche errore di troppo delle mie avversarie. Da quel momento iniziai, di fatto, la mia carriera “internazionale”. Il Torneo di Portimano, a 14 anni e il mio primo Mondiale, nel 2003, con Laura Zacchilli, Susanna Marchesi e Julieta Cantaluppi. Per me erano icone, dei modelli da seguire. Poi la chiamata con la squadra nazionale. Da individualista al gruppo: un salto che non diede i risultati sperati. Rimasi fuori dalla rosa per Atene e fu una vera tragedia. Stavo per ritirarmi, ma, per fortuna, mi dissuasero. Oltre alla partecipazione ad altri due Mondiali (Baku nel 2005 e Patrasso nel 2007), da sola vinsi nel 2006 gli Assoluti. A vent'anni suonati avevo davvero deciso

di dire basta quando arrivò una nuova e inaspettata chiamata di Emanuela Maccarani. Non smetterò mai di ringraziarla per aver creduto in me, dandomi una seconda chance. Con questa squadra ho tanti ricordi bellissimi: dalla mia prima finale, in Coppa del Mondo, a San Pietroburgo, alle medaglie inattese di Miè e Mosca. A Montpellier sentivamo il peso della responsabilità eppure riuscimmo a conquistare il terzo titolo. E poi Londra. L'Olimpiade, il sogno di ogni sportivo. Concludere la mia carriera con una medaglia olimpica è stato fantastico. Cosa chiedere di più alla ginnastica ritmica? Lo sport mi ha formato il carattere. Vivere in gruppo non è semplice. Bisogna mediare caratteri diversi per il conseguimento di un obiettivo comune. Lo sport mi ha anche insegnato a non fidarmi ciecamente degli altri. Talvolta essere troppo buona e disponibile non dà i risultati sperati. Comunque, sulla mia strada, ho trovato tante persone speciali, in società e al CTF di Desio. La Maccarani è sempre stata un'allenatrice decisa, capace però di prendere le ragazze nel modo giusto. Nel 2003, quando venni rimandata a casa, ci rimasi male. Oggi, col senno di poi, posso dire che fece la scelta giusta. Non ero pronta, non solo dal punto di vista fisico ma anche psicologico. Adesso sono serena.. La mia nuova vita? Sto studiando Massoterapia. Ed ho già un nuovo traguardo: tornare all'Olimpiade come fisioterapista”.



Anzhelika SAVRAYUK

“La mia carriera è iniziata alla sbarra, col tutù e le scarpette da danza classica. Frequentavo un corso per bambine e, durante un'esibizione, la mia mamma era rimasta affascinata dall'eleganza e dalla bravura di una ballerina. Aveva scoperto che, nel suo passato, era stata una ginnasta. Così all'età di 7 anni mi ha portato in palestra e ho iniziato ad allenarmi. Con un

obiettivo: entrare a far parte della prestigiosa “Deriugina School”. Il sogno per chi, in Ucraina, pratica la ginnastica ritmica. Non nego che quando mia madre decise di portarmi in Italia, un po' mi dispiacque. Oggi, col senno di poi, sono contenta! Altrimenti non sarei mai riuscita a vincere tante medaglie. Alla fine del 2006 sono entrata a far parte della Squadra Nazionale italiana e, dall'anno successivo, ho iniziato a gareggiare, ininterrottamente, fino a Londra. L'ultima competizione della mia carriera, quando ho deciso di dire basta. Mi sento appagata, ho vinto molto e credo che, ad un certo punto, sia necessario prendere in mano le redini della propria vita. Purtroppo, a differenza di tanti altri sport - come la scherma, ad esempio - con la ginnastica ritmica non puoi continuare a lungo. Era

giusto porgersi nuovi obiettivi. E, con la medaglia olimpica al collo, mi è sembrato il momento ideale. Fra i ricordi più emozionanti della mia carriera ci sono certamente le due rassegne dei Giochi che per differenti ragioni hanno lasciato il segno. Prendervi parte è il sogno di ogni atleta, a prescindere dal risultato. Nonostante il podio ‘rubato’, Pechino è stata un'esperienza forte, capace di cementare il gruppo. Il desiderio di mostrare a tutti le nostre qualità e riscattare l'ingiustizia subito, si sono manifestati l'anno seguente, con la vittoria del primo titolo mondiale a Mié. Ecco, credo che quella medaglia iridata

sia stato il traguardo più bello di tutta la mia vita. Né Mosca, né Montpellier e nemmeno il bronzo olimpico. Sono figlia unica, al Centro Tecnico di Desio ho trovato nove sorelle, una famiglia allargata. Ora mi sento più responsabile e dalla disciplina ho ereditato l'organizzazione pratica e mentale che mi serve anche nello studio universitario. Sono andata a vivere da sola. Ho imparato anche a cucinare (non sapevo nemmeno preparare un piatto di pasta!). Per me è tutto nuovo e sono felice”.

(foto C. Di Giusto)



Londra - Casa Italia, da sinistra: Valentina Rovetta, Klara Kodra, Daniela Delle Chiaie, Marina Piazza, Riccardo Agabio, Emanuela Maccarani e Roberto Pentrella



EMANUELA MACCARANI tra quella e "Questa Squadra"

di Ilaria Brugnotti

"A Londra hanno realizzato il loro sogno, diverso per ognuna – esordisce così l'allenatrice di Rho, salutandoci cinque delle sue creature più belle, con le quali ha condiviso delusioni e momenti esaltanti - Per le due 'Elise' era la terza esperienza olimpica; Romina, invece, desiderava raggiungere un obiettivo inseguito invano da individualista, mentre per Anzhelika, più delle altre, i Giochi britannici avevano il sapore della rivincita, dopo Pechino. Per tutte è stato un sacrificio enorme e, dopo la conquista dei tre titoli mondiali, anche un carico di responsabilità. Il 2012 lo ricorderemo come anno davvero impegnativo, perché non si trattava semplicemente di partecipare. Eravamo la squadra da battere e, pertanto, obbligata a vincere. Non è stato facile vivere questo ruolo da protagonista. Insieme abbiamo affrontato una serie di problemi, soprattutto dal punto di vista fisico. Abbiamo dovuto fare i conti con una serie di infortuni piuttosto seri, che hanno coinvolto tutte le atlete. Elisa Santoni, nel gennaio del 2012, ha subito uno stop forzato di due mesi per il riacutizzarsi di una grave infiammazione con cui combatteva da diverso tempo. Le promisi che avrebbe partecipato alla sua terza Olimpiade ma la gestione del suo recupero non fu affatto semplice. Decidemmo di inserirla in un solo esercizio, per non compromettere la situazione, evitando così di peggiorare il problema. Anche Elisa Bianchi ha dovuto sopportare per mesi una forma acuta di labirintite, mentre Romina Laurito ha sopportato fastidi e dolori continui ai piedi. Anzhelika, invece – continua la Maccarani, svelandoci per la prima volta i retroscena dell'avvicinamento ai XXX Giochi Estivi - è

stata alle prese con frequenti mal di schiena. Le ragazze si sono allenate imparando a convivere con il dolore fisico. È venuta fuori la loro forza e determinazione, sono state brave e costanti, attenendosi sempre scrupolosamente alle cure dello staff medico. Ma il nostro obiettivo era quello di arrivare a Londra in perfetta forma – aggiunge Emanuela, rivelandoci un altro aspetto di una vera e propria guerra dei nervi che dall'esterno si poteva solo intuire – Guai a dare l'impressione di essere una squadra 'datata'. E ci siamo riuscite, con un lavoro ad hoc, costruito sulle singole ginnaste. Il 9 agosto eravamo al 100%, nemmeno ai Mondiali di Montpellier le nostre difficoltà corporee erano state così pulite e leggibili. Avere a che fare con atlete tanto mature per me è stata una grande esperienza dal punto di vista professionale. Difficilmente, nel nostro sport, si arriva così in alto a quest'età. Ho affrontato il lavoro di avvicinamento all'Olimpiade con passione, anche se, ora posso dirlo, non ho dormito affatto sonni tranquilli. Tante pressioni e, in più, la 'questione giurie' che, soprattutto nell'ultimo periodo, mi ha dato più volte da pensare. Le ragazze adesso lasceranno all'apice della loro carriera. Ricordate come delle "gladiatrici", tre volte iridate e imbattute. Sasà, la Blanche, Romy, Angy, ma anche Giulia Galtarossa, Daniela Masseroni, Marta Pagnini e Andreea Stefanescu: ciascuna ha contribuito alla realizzazione di un quadriennio ricco di successi. Spetta ora a Marta e Andreea raccogliere l'eredità di 'questa squadra'. Sono tornate a lavoro motivate e piene d'entusiasmo. Con loro le ginnaste che da due

anni fanno parte del Centro Tecnico, ovvero Chiara Ianni, Camilla Bini e Camilla Patriarca. Al gruppo poi si sono unite le giovani Arianna Facchinetti, Valeria Schiavi, Daniela Pintus, Alessia Marchetto e Sara Celoria. Le attende un cammino in salita. Non sarà facile esprimersi in una Nazionale che deve difendere tre titoli mondiali e una medaglia olimpica. Credo, tuttavia, di aver già instaurato il feeling giusto con ciascuna di loro. Sono giovani e quindi è importante che oltre al rapporto professionale ci sia la giusta confidenza. Cambia il Codice dei Punteggi – conclude Emanuela Maccarani, il tecnico più vincente d'Italia, alle prese con l'ennesimo inizio dopo averci regalato finali incredibili - Il programma tecnico è composto dall'esercizio con le 10 CLAVETTE e con 3 PALLE E 2 NASTRI. Due routine coinvolgenti e interessanti, ricche di passaggi innovativi ed emozionanti che, una volta superata la fase di rodaggio, spero possano traghettare 'questa squadra' verso altre conferme. Sono molto fiduciosa, confido nelle ragazze – un po' meno nell'ambiente politico internazionale – e perciò continueremo a proporre composizioni dall'alto contenuto tecnico. Perché è l'unica cosa che mi dà le giuste motivazioni per proseguire nel mio progetto di allenatrice".



(foto C. Di Giusto)

AREZZO: III Memorial Manola Rosi

Il ricordo di Manola è vivo, viva il ricordo di Manola. Il Palasport Mario d'Agata, e non è un'iperbole, non è stato abbastanza grande per accogliere tutti gli amici ed estimatori accorsi ad Arezzo per ricordare Manola Rosi, nella terza edizione del Memorial a lei dedicato. Tredici i Comitati Regionali partecipanti, ognuno con tre ginnaste rappresentative delle Categorie Allieve Junior e Senior. Tra di loro si è imposto il Comitato Regionale Abruzzo, che, dunque, porta ai piedi del Gran Sasso il trofeo in bronzo, opera di Andrea Roggi. Sulla piazza d'onore il Comitato Lombardia, mentre Francesca Cupisti e le compagne, padrone di casa, hanno conquistato il gradino più basso del podio. La gara si è svolta all'insegna di correttezza e fair play, come avrebbe voluto l'allenatrice aretina. Presenti in tribuna le massime autorità federali e cittadine: il Presidente FGI Riccardo Agabio, il suo Vice Matildio

Paccotti, il Segretario Generale Roberto Pentrella e i Consiglieri Roberto Settini e Gherardo Tocchi. Daniela Delle Chiaie, membro del Comitato Tecnico della Federazione Internazionale, la DTN Marina Piazza e la Referente Nazionale di Giuria Paola Berardino. I Presidenti della Provincia Roberto Vasai, del Coni Provinciale Giorgio Cerbai, del Panathlon di Arezzo Piero Ferruzzi e l'Assessore allo Sport del Comune Marco Donati. Concluso il Torneo, l'Omaggio a Manola si è tradotto in una delle più alte espressioni ginniche, nel successivo Gran Gala. Tutte le ginnaste del Centro Tecnico, tanto voluto dalla Rosi, si sono esibite in una coreografia di cinque esercizi ispirata al tema del viaggio. A seguire le ginnaste individualiste del Team Italia di cui la tecnica prematuramente scomparsa era responsabile: Federica Febbo, Veronica Bertolini e Julieta Cantaluppi, Campionessa Assoluta e reduce dal 16° posto

di Ernesto Bellucci

agli ultimi Giochi Olimpici. Hanno chiuso il Gala Anzhelika Savrayuk, Elisa Santoni, Elisa Bianchi e Romina Laurito in rappresentanza delle plurititolata Squadra Nazionale. Accompagnate da Francesca Pasinetti, assistente di Emanuela Maccarani al CTF di Desio, le Farfalle si sono esibite in un esercizio che ha letteralmente infuocato gli spalti, dando prova di un valore ormai celebre nel mondo. Un valore sancito dal bronzo di Londra 2012. E premiato con una riproduzione del Trofeo Manola Rosi che la DTN Marina Piazza ha ritirato per conto della Maccarani. Ad ammirarle, tra il pubblico, Nicoletta Tinti e Susanna Marchesi, le loro compagne della squadra Campione d'Italia 1996 e Almudena Cid Tostado. La stella spagnola che vanta ben quattro partecipazioni olimpiche militò in Serie A, tra le file della Francesco Petrarca, per due stagioni.

XXIX Torneo Internazionale di Prato - Trofeo BPV

CONCORSO GENERALE SENIOR

1 STANIOUTA MELITINA	108.450
2 FEBBO FEDERICA	106.325
3 YUSIFOVA LALA	106.000
4 BERTOLINI VERONICA	104.525
5 GORBUNOVA VIKTORIYA	98.250
6 OKALIOVA NATALIA	94.250
7 CAVALLI ELISA	86.375

CONCORSO GENERALE JUNIOR

1 DURUNDA MARINA	104.100
2 CRESCENZI M. CARMEN	103.225
3 KADOBINA MARIA	100.475
4 MERLO GRETA	94.925
5 KRATOCHWILL SPELA	93.200
6 ASHIRBAYEVA SABINA	93.075
7 PETAN KARMEN	90.825
8 KILIANOVA XENIA	89.475
9 CASTIGLIONI LUCIA	80.425

CLASSIFICA PER NAZIONI

1 AZERBAIJAN	210.100
2 ITALIA	209.550
3 BIELORUSSIA	208.925
4 KAZAKHSTAN	191.325
5 REP. SLOVACCA	183.725
6 SAN MARINO	166.800

Carmen Crescenzi a Prato (foto P.L. Girlando)



TERME ABANO MONTEGROTTO

Giorната all'insegna della Ginnastica per il popolo delle Terme Euganee. Gli eventi succedutisi hanno vestito di eleganza, grazia e femminilità il comune eponense fin dal primo mattino, quando alcune delle "Farfalle" della Nazionale di Ginnastica Ritmica, tre volte campionesse mondiali e bronzo alle ultime Olimpiadi di Londra, si sono recate all'Istituto Superiore L.B. Alberti per un incontro con gli studenti. Elisa Santoni ed Elisa Bianchi (entrambe già argento ad Atene 2004), Anzhelika Savrayuk e Romina Laurito hanno intrattenuto per un'ora gli studenti, raccontando gli aspetti salienti delle loro carriere per poi condurli nel loro habitat naturale, la palestra. Nel pomeriggio, alle quattro "farfalle iridate" si sono aggiunte le due compagne di squadra - Marta Pagnini ed Andreea Stefanescu - Matteo Morandi, bronzo agli anelli ai Giochi del 2012, Vanessa Ferrari, Alberto Busnari ed il resto della spedizione londinese: Enrico Pozzo, Paolo Ottavi, Flavio Cannone, Julieta Cantaluppi, Erika Fasana, Giorgia Campana ed Elisabetta Preziosa. Insieme sono giunti tutti i tecnici, i dirigenti e lo staff olimpico, per la "Festa delle

Medaglie 2012", tenutasi presso la Sala Convegni Kursaal di Abano Terme. L'evento, organizzato con il prezioso contributo della Camera di Commercio di Padova, è stato preceduto da una sfilata degli atleti nell'area pedonale per firmare autografi e fare foto con le centinaia di tifosi accorsi da tutta la provincia. Alla manifestazione, presentata da Andrea Fusco in coppia con l'olimpionico di Atene 2004, Igor Cassina, è intervenuto il Presidente FGI Riccardo Agabio, accompagnato dal Segretario Generale Roberto Pentrella. Oltre alla premiazione di tutti gli atleti medagliati a Londra, è stato presentato l'accordo tra la Federazione Ginnastica Italiana e il Consorzio Terme Euganee. Sorridente il Presidente del Consorzio, Mauro Voltolina, che ha omaggiato gli atleti ed i loro tecnici di alcuni soggiorni presso gli hotel termali di Abano e Montegrotto, ribadendo come "una volta in più i benefici delle nostre acque e dei fanghi termali vengono riconosciuti da chi di salute se ne intende. Vedere così tanto interesse verso la possibilità di soggiornare alle Terme Euganee nei periodi "calmi" della stagione agonistica per ricaricare le batte-

rie e rigenerare mente e corpo è un segnale tangibile del fatto che lo sport di alto livello sia il miglior motore di una vacanza attiva da proporre a tutta la nazione e anche all'estero". Alle sue parole si sono unite quelle dell'Assessore allo Sport della Città di Abano Terme, Angelo Montrone: "I comuni termali sono in prima linea in questa collaborazione, soprattutto nell'accogliere gli atleti nei nostri impianti sportivi e nelle nostre scuole. Siano questi giovani di grande esempio per tutti i nostri ragazzi nel rispettarci e perseguire i propri scopi con perseveranza e correttezza, sia nelle vittorie che nelle sconfitte". Durante la serata i partner della Federazione hanno consegnato dei premi alla delegazione ed il Presidente Agabio ha ricambiato donando una targa a Federico Chiavegatti, Direttore Marketing in rappresentanza del Pastificio Rana, a Carlo Freddi titolare dell'azienda Freddy e allo stesso Voltolina. Al termine della cerimonia i medagliati hanno posato con le magliette della campagna "InDifesa" promossa dall'Associazione Terre des Hommes a sostegno di tutte le bambine e le ragazze del mondo, vittime di abusi fisici e psicologici.



La Delegazione Azzurra in occasione della "Festa delle Medaglie" di Londra 2012 svoltasi ad Abano Montegrotto (foto M. Gottardo)



CANCUN

IL PROF. GRANDI CONFERMATO ALLA PRESIDENZA DELLA FIG

Il prof. Bruno Grandi è stato riconfermato alla presidenza della Federazione Internazionale di Ginnastica, ruolo che ricopre dal 1996. Nell'assise di Cancun, in Messico, dove si celebrava il 79° Congresso FIG, il dirigente italiano ha ricevuto la maggioranza dei voti, 68, dei 106 rappresentanti delle Federazioni mondiali, staccando gli altri due pretendenti, il russo Vassily Titov (24) e il rumeno Adrian Stoica (14). Presente per l'Italia, in compagnia del referente internazionale Gianfranco Marzolla, il Presidente Riccardo Agabio, forte sostenitore di Grandi. Lo statunitense Steve Butcher ottiene la presidenza del Comitato Tecnico GAM – con 61 preferenze contro le 43 di

Stoica – mentre la bielorrussa Nellie Kim rimane alla guida del C.T. GAF. La russa Nataliya Kuzmina, invece, succede alla polacca Maria Szyszkowska ai vertici tecnici della Ginnastica Ritmica. A segno anche le altre due candidature italiane, per un en plein azzurro che la dice lunga sull'influenza di viale Tiziano al di fuori dei confini nazionali. Daniela Delle Chiaie, con 47 preferenze, sarà ancora uno dei 6 membri del C.T. GR., al pari di Donatella Sacchi, la più votata (73) tra i 7 membri della Femminile. Infine, il tedesco Horst Kunze e la francese Mireille Ganzin, candidati unici, rivestiranno la massima carica tecnica per, rispettivamente, Trampolino Elastico ed Aerobica.



LA NUOVA CASA DEL C.G.A. STABIA

Dopo 30 anni di successi, culminati nella recente e storica promozione nella Serie A1 Maschile, il C.G.A. Stabia si è dotato di una nuova struttura. Si tratta di un vero gioiello, ubicato nel territorio di Castellammare di Stabia, all'avanguardia dal punto di vista funzionale, perché coniuga un campo di gara regolamentare, dotato di attrezzatura ufficiale e completa, con attrezzi in buca per la pratica dell'attività di alta specializzazione. La nuova palestra, oltre ad ospitare la preparazione degli atleti di punta del team stabiese - Giancarlo Polini, Salvatore Maresca, Christian Atte, Vincenzo Carbone e Francesco Schettino - si candida a divenire un Centro Tecnico Federale di riferimento per l'intero Mezzogiorno, sia agonistico che addestrativo. A tagliare il nastro è stato lo stesso Presidente Federale, Riccardo Agabio, accompagnato dal Segretario Generale Roberto Pentrella, alla presenza dell'allora Presidente Regionale Rosario Pitton – oggi consigliere federale - e di un folto pubblico stipato sulla tribunetta. «Ho coronato il mio sogno – ha dichiarato il Direttore Tecnico Angelo Radmilovic - Una palestra degna dei ragazzi che hanno portato la ginnastica campana nell'élite nazionale. Voglio ringraziare mia moglie Stefania, la Federazione ed il Comitato Campania per aver creduto in noi». Applausi scroscianti anche per le esibizioni dei talentuosi ginnasti stabiesi e per la Presidente del sodalizio, Stefania Gini.

LA COMMISSIONE DI GIUSTIZIA DI SECONDO GRADO

presieduta dall' Avv. Maria Grazia Affatato e composta dall' Avv. Dario Lupo e dall' Avv. Lorenzo Iacobbi, riunitasi a Roma il 26 novembre 2012, ha ridotto, in parziale riforma della sentenza appellata, la pena inflitta a Rodolfo Carrera, nel procedimento disciplinare promosso dall'Ufficio della Procura Federale, con irrogazione dell'ammenda di € 500,00 e la pubblicazione della presente pronuncia, per una sola volta e per estratto, sulla rivista Federale "Il Ginnasta".



PEZZI PERDUTI DEL NOSTRO PUZZLE: LUCIANO GAGGIO

Il 17 novembre scorso si è spento all'età di 69 anni il prof. Luciano Gaggio, figura di spicco del mondo della Ginnastica. Stella d'oro al merito sportivo, il dirigente di Castelfranco Veneto, grande esperto di regolamenti, aveva ricoperto l'incarico di Presidente FGI della sua Regione fino al febbraio del 2011. Il prof. Agabio e la Federazione Ginnastica d'Italia si uniscono al cordoglio della famiglia.



IV CONGRESSO NAZIONALE

Dal 5 al 7 ottobre 2012 si è svolto a Palermo il IV Congresso della SISMES (Società Italiana delle Scienze Motorie e Sportive) che, oltre a divulgare e promuovere studi e ricerche nel campo delle scienze motorie e sportive, si occupa di fornire notizie, conoscenze e informazioni riguardanti l'area appena citata. Alcuni dati del Congresso: 172 lavori accettati, 350 partecipanti, 10 sessioni di lavoro:

- Motor Learning and Development
- Functional Adaptation to Exercise
- Training & performance
- Physical Activity & Health
- Sport Technology and Materials
- Functional Adaptation to Exercise
- Law, Economic and Social aspects of sport and fitness activities
- Testing and Performance Evaluation
- Sport Nutrition
- Adapted Physical Activity

Per quanto riguarda la Ginnastica Ritmica, sono stati presentati alcuni lavori, di cui si riporta titolo, autori ed enti di appartenenza.

1) Survey on the eating habits of high-level gymnasts practicing rhythmic gymnastics

Giovanna Berlutti, Amalia Tinto, Margherita Micheletti Cremasco, Marina Piazza;
Italian Gymnastics Federation;
S.U.I.S.M. - School of Physical and Sports Education - University of Turin;
Department of Life Sciences and Systems Biology - University of Turin;
Department of Anatomy, Histology and Forensic Medicine, University of Florence.

2) Rhythmic Gymnastics: an anthropometric approach.

Amalia Tinto, Margherita Micheletti Cremasco, Olivier Friard, Marina Piazza, Alessandra Di Cagno;
S.U.I.S.M. - School of Physical and Sports Education - University of Torino (ITALY);
Department of Life Sciences and Systems Biology - University of Turin;
Department of Anatomy, Histology and Forensic Medicine, University of Florence;
Universitary Institute of Motor Sciences - Rome;
Italian Gymnastics Federation.

Questi lavori scaturiscono da una prima elaborazione dei dati raccolti in occasione del XXIV Campionato d'Europa G.R. di Torino 2008, su iniziativa della Federazione Ginnastica d'Italia e con appoggio incontrastato della Unione Europea di Ginnastica (UEG). La relazione sulle abitudini alimentari ha riscosso grande interesse tra i partecipanti dando luogo ad una partecipata discussione. Gli Abstract si possono leggere e consultare sulla rivista Sport Sciences for Health, volume 8, supplemento 1.



MACCARANI: DOPO IL BRONZO... I FIORI D'ARANCIO!

Vestito bianco e damigelle. Emanuela Maccarani, l'allenatrice della Nazionale Italiana di Ginnastica Ritmica, non ha rinunciato al sogno di vivere un matrimonio da favola: per un giorno ha lasciato da parte clavette, cerchi e nastri per dire "sì" a More-



(foto C. Di Giusto)

no Buccianti, follonichese, allenatore della Seleção Sacerdoti Calcio. La sposa era in uno splendido abito con ricami in pizzo e i capelli raccolti in una corona d'argento: bellissima, così come le sue ragazze, le «Farfalle tricolori» che all'Olimpiade di Londra hanno conquistato la medaglia di bronzo. E sono state proprio le atlete della nazionale – Elisa Santoni, Elisa Bianchi, Anzhelika Savrayuk, Romina Laurito, Marta Pagnini e Andreea Stefanescu - ad accompagnare la tecnica di Rho davanti al sindaco di Follonica, Eleonora Baldi, che ha officiato il rito civile sulla terrazza di Cala Felice, con vista mozzafiato sul mare del Golfo. In tutto cento invitati, tra cui anche i vertici della Federazione Ginnastica d'Italia – il presidente Riccardo Agabio, l'allora Vice Presidente Matildio Paccotti, il Segretario Generale Roberto Pentrella, la DTN Marina Piazza e Daniela Delle Chiaie, membro del Comitato Tecnico FIG. Auguri, dunque, di cuore e viva gli sposi!

AUGURI ROMANA

La Società Ginnastica Romana, nata il 27 ottobre 1952, ha festeggiato il suo 60esimo di fondazione, presso la sua sede all'interno della Curva Sud dello Stadio Olimpico di Roma. Presenti figure storiche come il fondatore Lamberto Picca, l'ex Presidente Angelo Manoni e l'ex DT Franco Pistecchia, che hanno ricordato il cammino della Romana dagli esordi fino ai nostri giorni, soffermandosi, in particolare, sui tempi d'oro di Gianluigi Ulisse e Franco Menichelli. Il Presente passa per l'attuale Presidente Paolo Orlando, il suo Vice Flaminia Pagani e i direttori tecnici Valeria Beltrame (GAF) e Luigi Rocchini (GAM), capaci di rinnovare gli antichi fasti della società capitolina in un commovente video e nel saggio finale. Ad assistere alla festa sono intervenuti il numero uno della FGI Riccardo Agabio, l'ex Segretario Generale Luigi Cimnaghi, l'attuale, Roberto Pentrella, il Presidente della Feder ciclismo Renato Di Rocco, il Direttore degli impianti sportivi della Coni Servizi Diego Nepi Molineris, e tanti ex ginnasti bianco rossi, tra cui Mario Tomassi, che ne portò alto il nome insieme a Roberto Pallotti ed Enrico Carvelli. Con la Maschile in Serie A1 e la Femminile in A2, l'esempio degli ultimi azzurri, in ordine temporale, Lorena Coza, Eleonora Rando, Simone Piave e Valerio Andi, la realtà capitolina riparte con rinnovato entusiasmo verso l'obiettivo centenario.

INTRODUZIONE AL CODICE DEI PUNTEGGI AER

EDIZIONE 2013 - 2016

Prof.ssa M.Cristina Casentini

Il nuovo Codice dei Punteggi di Aerobica entra in vigore dal 1 Gennaio 2013 e sostituisce tutte le edizioni precedenti. I cambiamenti più importanti riguardano:

- Il contenuto della Qualità Artistica. Codice e Appendice I sono stati riscritti di conseguenza;
- L'Esecuzione è stata semplificata ed accompagnata da tavole illustrate di deduzioni;
- Le descrizioni scritte nell'Appendice II sono state riviste e corrette;
- I requisiti minimi sono stati rivisti ed alcuni valori di Difficoltà sono stati riadattati;
- Le tavole degli elementi di difficoltà sono state riviste;
- Per tutte le specialità (IF, IM, CM, TR e GR) la durata dell'esercizio è di 1' 30" ed il numero massimo degli elementi è 10;
- Il coefficiente di divisione per Trio e Gruppo è stato rivisto;
- Il numero di sollevamenti consentiti per Coppia Mista, TR e GR è stato ridotto a 2;
- Riduzione a 5 membri per i componenti del Gruppo;
- L'area di gara è 10x10 m per tutte le specialità (Individuale Femminile e Maschile, CM, TR e GR);
- La lista dei movimenti proibiti accompagnata da tavole illustrate è stata rivista;
- Appendice V: rivisto il programma Allievi, Junior A e Junior B;
- Appendice VI: rivisto in accordo con il programma FIG di Aero Dance, il programma Challenger FGI;
- Appendice VII: rivisto in accordo con il programma FIG di Aero Step, il programma Fit Step FGI.



Da sinistra: Paolo e Franco Pistecchia, Paolo Orlando, Riccardo Agabio, Lamberto Picca, Angelo Manoni e Roberto Pentrella



Nuovi Ravioli Gioiaverde Rana. Ripieni di benessere.



Tutta la bontà e il benessere delle verdure avvolti da una sfoglia sottilissima, con il 50% del fabbisogno giornaliero di verdure consigliato in ogni confezione. Un piatto unico sano e leggero, per restare in forma con gusto.



(foto Flash and Print)



MONTECATINI e l'Età dell'Oro

di Pier Luigi Girlando

Il sipario della III Goden Age Gym Festival, svoltosi a Montecatini Terme, è calato nella prima settimana di ottobre. Venerdì 6, per l'esattezza, gli oltre 1800 Over 50 hanno assistito alla Cerimonia di Chiusura con la presentazione di tutti i workshop tenuti durante la settimana dagli istruttori coinvolti. In sella a simpatiche biciclette verdi, uno alla volta, hanno fatto il loro ingresso sul parterre del PalaTerme Italo Fazio (Circus Art), Giuseppe Milo (Gymnastic with small apparatus), Alfredo Albiani (Yoga), Sauro Somigli (Qi Gong), Francesco Corsi (Tai Chi), Nadina Iolena Hotca (Zeromax), Emanuela Vergnano (Gyrokinesis), Monica Darone (Aerobica), Emanuela Paterno (Gymnastic with Fitball), Nina Dorokova (Pilates), Margaret Charlwood (Medau Movement), Michela Pedrocco, Patrizia Spadon e Federica Depon (Free body gymnastics), Stella Granato (Step), Paolo Evangelista (Funny Trax), Gabriele Amato e Marzia Gavazzi (Salsa), Antonio Martinez e Francesca Bertelli (Tango Argentino), Angela Orozco (Zumba) e Valeria Ciancio (Italian Traditional Dance). I workshop, caratteristici di questo modello di attività GpT, hanno coinvolto tantissimi partecipanti duran-

te le mattinate nelle varie sale del Centro Congressi, in quelle delle Terme Excelsior e negli stabilimenti del Tettuccio e della Salute, oltre che sui tre palchi all'aperto di Viale Verdi, Piazza del Popolo e Piazza Domenico Giusti. L'Apertura, domenica 30 settembre, era stata altrettanto sontuosa, al cospetto del Presidente federale Riccardo Agabio, del collega Detlef Mann, a capo del Comitato Tecnico Gymnastic for All, e del Sindaco Giuseppe Bellandi. La Società Ginnastica Alba, reduce dall'Eurogym in Portogallo nel mese di luglio, aveva inaugurato lo show sulle note del "Nessun Dorma" e di "Momenti di Gloria", con il tricolore e le bandiere dei Paesi partecipanti: Belgio, Repubblica Ceca, Danimarca, Estonia, Finlandia,

Francia, Germania, Gran Bretagna, Islanda, Giappone, Lettonia, Lituania, Olanda, Norvegia, Portogallo, Russia, Slovacchia e Svizzera. Spettacolo impreziosito poi dalle esibizioni della Nervianese con "La pizza", della Petrarca Arezzo con la "Vita è bella", della Società Fuori Quota con "Rhapsody in blu" e "Tarantella Metropolitana", dei Labronic Cheerleader con "Pinocchio nel Mondo dei Cartoon", dell'Etruria Prato con "Enjoy your life", della Flaminio Roma con il "Carnevale di Venezia" e degli individualisti Giancarlo Polini per l'Artistica Maschile, Desiree Pagliaccia per la Ritmica e Sharon Giuntini per l'Artistica Femminile. Di grande impatto la performance ideata dalla direttrice tecnica piemontese Laura Revello, che ha accolto le delegazioni straniere dipingendo un quadro pieno di colore ed energia. Altro momento "alto" il Gala del 4 ottobre, nella stessa location di Miss Italia. Un luogo preposto, nell'immaginario collettivo, all'elezione della bellezza fisica che per una settimana ha offerto l'icono più bella dell'avvenenza interiore. Il prof. Agabio, per la seconda volta, ha fatto gli onori di casa, ricevendo il Presidente UEG Georges Guelzec, accompagnato dal



(foto Flash and Print)

Direttore Amministrativo Kirsi Erofejeff-Engman e dal Capo Ufficio Stampa Oriane Do Rosario. 19 gruppi, appartenenti ai Paesi che ne avevano portati più di tre, hanno attraversato l'allegoria di Paolo Ricci con l'aiuto in regia di Massimo Monticelli. Facce pittate con le bandiere nazionali, la splendida grafica di Fabio Gaggioli (the voice), ricordavano diverse provenienze, sbiadite in quadro di gioia comune. Dopo Portimao e Maspalomas, la festa è arrivata

dunque in Valdinievole, grazie alla preveggenza di un capitano indimenticabile e indimenticato, Elisabetta Mastrostefano. Lei che vive in quell'arcobaleno disegnato dalla Responsabile Tecnica torinese, Laura Colombari. Prossimo appuntamento Tolosa 2014, come ricordato, nella giornata conclusiva, con la consegna della bandiera da parte del Presidente del COL Massimo Porciani, al Vicepresidente dell'Unione Europea di Ginnastica, Ruedi Hediger,

e da questi al capodelegazione francese. Il tutto sotto la supervisione della DTN Emiliana Polini e del suo "special" staff, composto da Pierluigi Urru, Pietro Natalicchio, Arianna Alberton, Andrea Zaccaria, Cinzia Delisi, Daniela Schiavon, Valter Miccichè e Alessandra Mazzatosta – coadiuvato dall'Agenzia E-Creative, parte attiva del Comitato Organizzatore, e, in particolare, dagli Evets coordinator Simone Monaco e Salvatore Conte.



I Presidenti di FGI e UEG, Riccardo Agabio e Georges Guelzec, al centro, circondati dalla famiglia della Ginnastica Per Tutti, nazionale ed internazionale (foto Flash and Print)

EMOZIONI

Quel primo Battito d'ali

di Maria Rosa Rosato

Un gruppo di persone, non più giovanissime, costituitosi a Torino nel 2007 e di cui faccio parte, ha preso parte al 3° Golden Age, tenutosi a Montecatini dal 30 settembre al 7 ottobre. Nel nostro programma era inserito un esercizio collettivo con il cerchio a ricordare il periodo in cui Elisabetta Mastrostefano fece parte della squadra nazionale di "Ritmica". Quel

gruppo che partecipò al V Campionato del Mondo di Ginnastica Moderna a L'Avana nel 1971 svolse la sua preparazione prevalentemente a Torino, ospite, allora come oggi, dell'accogliente Reale Società Ginnastica di via Magenta 11. Insieme alla futura DTN della Ginnastica per Tutti a Cuba c'era Laura Colombari che per Montecatini 2012 ha preparato uno splendido omaggio

alla compagna, prematuramente scomparsa. La ricordo benissimo quella bambina degli anni '70, al primo giorno di scuola nella Media "Antonio Meucci" di Torino, dove insegnavo educazione fisica. Le lunghe trecce nere, attenta, curiosa, educata. Per tre anni seguì con diligenza ed interesse gli insegnamenti della Ritmica di base, allora Ginnastica Moderna, e qualcosa germogliò in lei.

Quando iniziai la preparazione per il Campionato del Mondo non esitai a convocarla: ampia nei movimenti ed elegante, dotata di ottimo senso del ritmo e coordinatissima, avrebbe fatto bene! Era la più giovane del gruppo insieme a Marina Odorici di Milano. Mi piace pensare che la sua vita professionale abbia avuto inizio proprio in seguito a quell'esperienza, straordinaria per tutti, ma eccezionale per una ragazzina di 14 anni che per la prima volta affrontava una gara così importante. Fu artefice, insieme alle più grandi - Miglietta, Geponi, Pifano e Lubich - della prima medaglia del settore, il bronzo. Davanti all'Italia solo l'Unione Sovietica e la Bulgaria. Durante un recente incontro con lei a Roma mi mostrò con orgoglio la foto di Cuba, che teneva esposta nel suo ufficio. La famiglia poi si trasferì, ma il legame di Elisabetta con Torino rimase forte e profondo. Frequentò l'ISEF nella Capitale per diventare insegnante di educazione fisica, completò ed aggiornò sempre la formazione nel settore della Ritmica Sportiva e di giuria fino ad assumere più avanti l'importante incarico della Direzione Tecnica Nazionale della Ginnastica Generale, embrione dell'attuale GpT. Molto sensibile all'accompagnamento musicale che considerava uno strumento inscindibile, organizzò nel 2002 un Master tecnico sul tema «Musica e movimento», esteso a tutti i settori: Artistica femminile, Ritmica, Aerobica e Generale. Scelse Torino come sede didattica, chiedendomi di collaborare. Accettai

con piacere. Intanto la Sezione della Ginnastica Generale, per merito suo, del suo paziente, equilibrato e profondo lavoro, si ingrandì numericamente e per contenuti. I contatti con il mondo internazionale la indussero a dare impulso all'aspetto della terza età, ancora poco considerato nell'ambito federale nazionale. La Mastrostefano si rivolge ancora una volta al capoluogo piemontese dove sa di trovare appoggio concreto e disponibilità. Il suo progetto prende forma attraverso una tipologia di ginnastica condivisa. Una ginnastica che pur con i limiti dell'età, risulti dinamica, di collaborazione. Che susciti interesse, insomma. Una Ginnastica Ritmica di gruppo, forse ispirata al lavoro di squadra che conobbe da ragazza. Le nostre competenze tecniche sono trasferite ed adattate alle nuove esigenze, senza l'ansia del podio o della classifica. L'esercizio collettivo per 6 diverrà l'obbligatorio per il quadriennio 2008-2012, l'esercizio sarà scritto, filmato e inserito sul sito federale. Elisabetta, pur non assistendo alla prima Golden Age, in Spagna, nel 2008, riuscì ad ottenere l'assegnazione della terza edizione all'Italia. Il cammi-

M.R. Rosato ed E. Mastrostefano insieme ad alcune ex compagne storiche in una foto d'epoca

no era tracciato, i suoi collaboratori affiatati e volenterosi. Noi siamo venuti a Montecatini per testimoniare la validità della sua intuizione. La ginnastica che accompagna l'età matura, che rende dinamico un periodo di vita talvolta incolore e statico, che apre prospettive piacevoli, senza pretese, ma foriere di salutari benefici. Forse a sua insaputa, Elisabetta Mastrostefano ha ricambiato quanto ricevuto nell'età giovanile e per questo dono la ringrazio. Il gruppo ritmica di Torino sta crescendo ed aumentando di numero e continuerà a far Ginnastica così come molti altri gruppi in Italia. 41 anni dopo quel primo battito d'ali cubano.



L'indimenticata Elisabetta Mastrostefano, seconda da sinistra, con il gruppo di Torino e Maria Rosa Rosato (seconda da destra)



La Ginnastica Francavilla (foto M. Bertolini)

COLLEFERRO da Campioni!

Ecinque! Amicosport: dieci anni di affiliazione e quinto titolo di Serie A. Un bel modo di festeggiare il duplice lustro di attività. Il viatico per una possibile vittoria finale era già ottimo, visti i punteggi bonus che la società legnanese si portava dietro dalla gara casalinga di fine di ottobre, in Coppa Italia (29.365). Competizione per le categorie Allievi, Junior A, Junior B e Senior che aveva visto primeggiare i "Gariboldini". Proprio grazie a questo vantaggio il distacco dei magnifici quattro - Giulia Bianchi, Michela Castoldi, Cinzia Galletti e Ivan Cavalieri - sui secondi classificati è stato, alla fine, di quasi tre punti. Allo stesso tempo il gruppo degli inseguitori - nell'ordine, Ginnastica Agorà (Sara Natella, Emanuele Caponera, Irene Annovazzi e Francesca Centofanti), Club Ginnico Benevento (Antonio Lollo, Maria Francesca Berruti, Rossella Vetrone) e ASD Delfino (Gaia, Greta e Sara Brambilla, Davide Donati e Marta Ponzoni) - si sono ritrovati separati da un seratissimo pugno di centesimi. Seguono, per la cronaca, Aerobica Evolution (Valentina e Paolo Conti, Alice Nadia Rossi, Chiara Marchetti ed Elisabetta Oberti), Spes Mestre (Linda Zennaro, Veronica Scavezzone, Debora Vercio, Anna Bullo, Elena Torcellan, Micol Silan

ed Elisa Trentinaglia), Ginnastica Valentia (Daniele Leggiero, Ylenia Barbagallo, Alessia Nicotera, Sara Forzini), Polisportiva Com. Ghisalbese (Jessica Gatti, Maura Coti, Maria Chiara Albergati, Manuel e Giorgia Tosseghini e Maura Coti) ed Anxa Gym (Sofia Chiavarini, Eva Ruggero, Angela Scarselli, Alessia Di Nardo, Micaela Ciervo e Giorgia Cardone). Per quanto riguarda la Serie B, la graduatoria definitiva ha visto prevalere la Ginnastica Francavilla (Riccardo Pentassuglia, Alessandra Maggiore, Nicolò Woodward, Antonio Caforio, Emiliano Padula, Matteo Taurisano e Andrea Suma), forte anch'essa di un punteggio bonus di partenza che gli ha permesso di conquistare con ampio margine il titolo cadetto e la conseguente promozione. Al secondo posto, la Gymnova Sporting Club (Federica Maran, Francesco e Marco Blasi, Claudia Cocoe Emanuele Pagliuca), che nonostante un handicap di oltre due punti bonus rispetto alla Icnò's Club (Fabiola Pala, Luca Fancello e Martina Floris), giunta terza, è riuscita a centrare la qualifica per la serie maggiore. Fuori classifica le ragazze dell'altra compagine dell'Amicosport, seconde in qualifica, che a causa della presenza in A della prima squadra non hanno potuto prender parte alla finale.

di Maurizio Bertolini

In Serie C, competizione riservata agli Allievi, trionfa la Ginnastica Valentia (Greta Picchio, Valentina Beraldo, Alyssa Beltrame ed Elisabetta Vedelio) davanti al California Center Club (Greta Aquilone, Gaia Mancino, Francesca Scotto Di Santolo, Fabiana Scotto, Gaia Laurino, Armida Iodice e Caterina Borredon) e alla Polisportiva Ghisalbese (Alice e Rebecca Pettinari, Alessia Avantageggiati, e Giorgia May Carminati). Chiudono la Ginnastica Agorà (Matteo Falera, Angelica Talone, Arianna Ferrazza e Angelica Chiamonte) e l'Anxa Gym (Maria Verna, Giulia D'Amico, Roberto De Grandis, Paola Finocchio, Michela Giovannangelo e Ylenia Ciccocioppo).



Paolo Pasqualoni, Pres. CR Lazio FGI, con le ragazze della Ginnastica Valentia (foto M. Bertolini)

EMOZIONI



Il Trio Galletti, Bianchi e Castoldi (foto M. Bertolini)

Cinzia Galletti SHOW



Una vita per l'Aerobica

di Maurizio Bertolini

La rassegna di Collesferro ha subito assunto, però, un significato speciale, dal momento che la Galletti aveva annunciato il proprio addio alle competizioni. Colonna dell'Amicosport e della nazionale Italiana, l'azzurra ha ripercorso sui nostri taccuini la sua lunga carriera «iniziata all'età di quattro anni – continua Cinzia - quando ho indossato per la prima volta un paio di scarpette di danza. Passando poi per la Ginnastica Ritmica, fino ai 13 anni. Dopo essermi resa conto che i piccoli attrezzi non facevano per me, Alessandra Gariboldi mi propose l'esperienza nell'Aerobica. Nacque così un amore durato 12 anni. Tutto ebbe inizio nel Novembre del 1999, ma la mia vita cambio radicalmente nel 2003, con la convocazione nella Nazionale juniores. Grande impegno e qualche

COPPA ITALIA - Legnano

Società	Atleti	Totale
ALLIEVI		
Singolo Maschile		
Ginnastica Francavilla	Sebastio Francesco	16.600
Ginnastica Agorà	Falera Matteo	14.500
Asd Gymnova	Blasi Francesco	14.200
Singolo Femminile		
Ginnastica valentia	Picchio Greta	16.350
Aerobica Evolution	Conti Elisa	16.100
California Club	Scotto Francesca	16.000
Coppia		
Ginnastica Valentia	Beraldo - Picchio	16.100
Ginnastica Valentia	Beltrame - Verderio	15.850
Pol. Comunale Ghisalbese	Pettinari - Avantaggiati	15.700
Coppia Mista		
Pol. Comunale Ghisalbese	Falera - Talone Angelica	15.700
Trio		
Pol. Comunale Ghisalbese	Pettinari - Avantaggiati - Carminati	16.042
Ginnastica Valentia	Beraldo - Picchio - Verderio	15.931
Ginnastica Agorà	Chiaromonte - Ferrazza - Talone	15.336
Gruppo		
California Club	-	16.531
Ginnastica Valentia	-	16.231
Anxa Gym	-	15.131
JUNIOR A		
Singolo Maschile		
Laboratorio del Benessere	Nacci Davide	16.150
Pol. Mistral	Patteri Marcello	16.000
Ginnastica Francavilla	Saponaro Alessio	15.950
Singolo Femminile		
Spes Mestre	Bullo Anna	17.900
Ginnastica Valentia	Barbagallo Ylenia	17.850
Spes Mestre	Zanon Franceasca	17.600
Coppia		
Ginnastica Francavilla	Maggiore - Woodward	15.750
ASD Gymnova	Blasi - Coco	14.700
Trio		
Ginnastica Valentia	Barbagallo - Forsinetti - Nicotera	17.226
Pol. Comunale Ghisalbese	Tomasoni - Tomasoni - Tomasoni	16.826
Aerobica Evolution	Conti - Previtali - Pezzotta	16.426
Gruppo		
Pol. Comunale Ghisalbese	-	16.726
ASD Amicosport	-	16.221
Ginnastica Francavilla	-	15.821
JUNIOR B		
Singolo Maschile		
ASD Amicosport	Cavaliere Ivan	18.400
Ginnastica Agorà	Caponera Emanuele	18.400
Aerobica Evolution	Conti Paolo	18.200
Singolo Femminile		
ASD Amicosport	Castoldi Michela	20.800
ASD Amicosport	Pastori Sofia	19.300
Ginnastica Agorà	Natelli Sara	18.700
Coppia		
Aeobica Evolution	Conti - Oberti	18.900
Ginnastica Agorà	Caponera - Natella	18.600
Pol. Comunale Ghisalbese	Tossegghin - Tossegghin	17.050
Trio		
Agorà	Annovazzi - Centofanti - Natella	17.615
Ginnastica Macerata	Margarucci - Micchetti - Pettinari	17.252
Anxa Gym	Cardone - Di Nardo - Ciervo	15.978
Gruppo		
ASD Amicosport	-	18.573
Ginnastica Macerata	-	17.919
Anxa Gym	-	16.331
SENIOR		
Singolo Maschile		
Ginnastica Francavilla	Pentassuglia Riccardo	21.150
ASD Delfino	Donati Davide	21.050
ASD Danza e Sport	Bonatti Simone	20.300
Singolo Femminile		
ASD Amicosport	Giulia Bianchi	20.300
Spes Mestre	Zennaro Linda	19.150
Pol. Comunale Ghisalbese	Conti Maura	18.550
Coppia		
Club Ginnastico Benevento	Lollo - Vetrone	19.250
ASD Danza e Sport	Bonatti - Malagnini	18.150
ASD Delfino	Brambilla - Donati	17.550
Trio		
ASD Amicosport	Bianchi - Castoldi - Galletti	19.357
Spes Mestre	Scavezzone - Vercio - Zennaro	19.152
Aerobica Evolution	Conti - Rossi - Marchetti	17.584
Gruppo		
Ginnastica Francavilla	-	19.650
Aerobica Evolution	-	18.494
ASD Delfino	-	17.868





sacrificio mi portarono a conquistare per due anni di seguito il titolo italiano giovanile nell'individuale. A Sofia arrivò anche l'argento con il Gruppo, proprio all'esordio mondiale. Dal 2005 passo con i Senior e arriva il bronzo di Coimbra. Da lì è stato un succedersi di emozioni, dalla finale di World Cup a Rodez nel 2007 fino al terzo posto nel Concorso per Nazioni di Nanjing, in Cina. Il Team Italia si divideva tra Legnano e Latina e abbiamo lavorato duro, tutti insieme. Con la mia società ho vinto tanto, gli scudetti in Serie A e l'oro di gruppo agli Assoluti. Dopo una piccola pausa di riflessione, dal 2011 mi sono dedicata al Trio, assieme alla Castoldi e alla mia sorella acquisita, Giulia Bianchi. E a Castellana Grotte arriva subito l'oro nazionale. Nel 2012 riesco addirittura a prender parte al mio terzo Mondiale anche se in una nuova categoria, l'Aerodance. Con questi ragazzi stacchiamo il pass per i World Games ed è un gran gioia. Il Trio delle meraviglie

poi si impone in Coppa Italia a Legnano. Non restava che la Serie A. A Colferro ero molto agitata – proseguo la 25enne lombarda – perché sapevo che sarebbe stata l'ultima volta in pedana, davanti ai giudici e, in particolare, sotto lo sguardo sempre tenero e protettivo di Cristina Casentini. Ci tenevo a far bene, insieme a Giulia e Michela, che ringrazio per avermi fatto chiudere in bellezza. Allo stesso tempo volevo divertirmi e passare l'ultimo minuto e 45 secondi con il sorriso in volto. E così è successo! Mi sono goduta ogni singolo momento, cercando di lasciare qualcosa a tutti coloro che mi hanno sempre seguita fin da bambina, quando saltellavo sulle note di "Mamma mia" o dei "Pirati". Anche perché, come cantavano dagli spalti, di Cinzia Galletti ce n'è una sola!! Al termine della routine ho avuto la conferma che a volte i gesti valgono più di mille parole: la Bianchi mi ha preso la mano uscendo dal campo di gara e mi ha abbracciata senza dire nulla! Il sor-

Serie A

Società	Punteggio	Bonus	Totale
1 Amico Sport	59.882	29.365	89.247
2 Ginnastica Agorà	56.963	27.850	84.813
3 Club Ginn.Benevento	57.350	27.450	84.800
4 ASD Delfino	56.461	28.234	84.695
5 Aerobica Evolution	54.742	27.797	82.539
6 SGSD Spes Mestre	54.103	27.067	81.169
7 Ginn. Valentia	54.276	26.863	81.139
8 Pol.Com. Ghisalbese	53.437	26.325	79.762
9 Anxa Gym	50.979	24.855	75.830

Serie B

Società	Punteggio	Bonus	Totale
1 Ginn.Francavilla	55.950	28.700	84.650
2 Gymnova S.Club	51.311	22.534	73.845
3 Icnos/Club	48.000	24.750	72.750

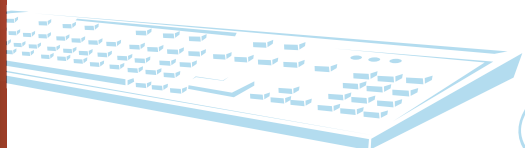
Serie C

Società	Punteggio	Bonus	Totale
1 Ginn. Valentia	48.532	24.341	72.873
2 California	47.882	23.941	71.823
3 Pol.Com. Ghisalbese	47.892	23.571	71.463
4 Ginnastica Agorà	46.137	22.768	68.905
5 Anxa Gym	44.932	23.166	68.098

riso della mia allenatrice ha fatto il resto. In quel sorriso c'era tutto. Un rapporto tra noi che vale più di qualsiasi medaglia. Non dimenticherò mai quegli istanti. Adesso, oltre a laurearmi alla triennale in Scienze Motorie e dello Sport, nonché finire tra due anni la specialistica, vorrei cominciare a trasmettere la passione per l'Aerobica a tutti gli atleti della mia città che vorranno avvicinarsi a questa meravigliosa disciplina. Magari insegnando loro ciò che ho imparato da Alessandra, Cristina, Gigliola, Giovanni, Curzio e , in fondo, anche dai miei genitori. Ossia che se ci si allena con passione, felicità e con la testa sulle spalle si può arrivare a grandi risultati».



Prima, seconda e terza classificata del campionato di Serie A di Ginnastica Aerobica (foto M. Bertolini)



Caro Amico (Sport) Ti scrivo... così vinco un po'!

L'Amicosport nasce ufficialmente nel 2002 dall'entusiasmo e dalla passione di Alessandra Gariboldi verso la ginnastica Aerobica, una disciplina che piace alle giovanissime per la sua vivacità e originalità. L'avvicinamento avviene già nel 2000, partendo da un gruppo di ginnaste avviate alla Ritmica. Due di loro, Alice Bertoli e Cinzia Galletti, sono ancora legate alla società. L'attività veniva svolta presso il salone parrocchiale dei S.S. Magi di Legnano con l'obiettivo di prendere presto parte alle gare della Federazione. In attesa dell'affiliazione le giovani atlete gareggiano con la maglia della Tritium, superando varie fasi del Campionato di Categoria, sino ai Campionati Italiani di Macerata

del 21 aprile 2001. Alessandra non può essere a bordo pedana in quanto, nello stesso momento, sta dando alla luce Filippo e Tommaso, i suoi gemelli. Gli allenamenti proseguono con entusiasmo. Grazie alla collaborazione con le associazioni sportive legnanesi e il presidente Settimio Croci Candiani si riesce ad ottenere nel 2002 l'utilizzo della palestra delle scuole Carducci. Arrivano così i primi successi. Per consentire alle atlete di lavorare su una superficie più appropriata all'Aerobica di tanto in tanto si sfruttano le strutture del Centro sportivo B-Fit. Nel 2007 viene messa a disposizione dall'Amministrazione Comunale l'attuale sede amministrativa di Via Cavour. Il contributo importante

viene dato dalla FGI che concede la pedana sulla quale si allenano tutti i nostri grandi campioni. L'associazione ha una grande forza che è basata sulla disponibilità dei genitori a sostenere le idee, a volte ambiziose, che frullano nella testa di Alessandra. Lo scenario che caratterizza le manifestazioni organizzate dall'associazione rimane il palio con il bellissimo manifesto della battaglia di Legnano e i costumi storci delle otto contrade legnanesi. Molti atleti di varie società d'Italia sono stati accolti presso la sede del maniero di Legnarello. Indimenticabile, nel maggio 2012, il canto che i contradaiooli hanno dedicato alla Squadra Nazionale capitanata dalla DTNA, la prof.ssa Casentini, in partenza per i Campionati del



(foto M. Bertolini)



La Squadra Junior di AmicoSport in un collegiale

Mondo a Sofia. Per l'Amicosport Cristina è sempre stata un punto di riferimento insieme ad altri tecnici come Emiliano Granzotto, Giovanni Marsella e Gigliola Carosi, professionisti che nel tempo sono diventati amici e frequentatori della palestra "arancione". Nel 2004, prima edizione del Campionato del Mondo Junior in Bulgaria, l'associazione Amicosport schiera tra le file azzurre sei atlete, tra cui Cinzia Galletti, Alice Bertoli e Giulia Bianchi. La preparazione al Campionato del mondo diventa una grande occasione di confronto con le società lombarde e in particolare con i tecnici Botti e Gamba. Nasce, inoltre, uno splendido rapporto di collaborazione reciproca con Simona Scotto. Cristina identifica in Alessandra, Simona ed Emiliano lo staff tecnico della Nazionale juniores, di cui la Gariboldi diventa la responsabile. Dal 2006 il centro dell'Amicosport assume a ruolo di CTF giovanile della Sezione di Aerobica. Un onore che richiede, allo stesso tempo, un grande sforzo organizzativo per coniugare le esigenze della Nazionale con l'attività societaria negli spazi a disposizione. È importante sostenere il lavoro prezioso di Luisa

Righetti che con metodicità propone da anni test agli atleti. La famiglia dell'Aerobica si allarga a dismisura, perché, come sostiene la Casentini, l'unione e la collaborazione creano vittorie. Ad esempio Monica Darone nel 2009 propone la base di "Nel blu dipinto di blu" per il gruppo Junior, in ricordo del suo caro papà. Nasce così una routine spettacolare, che fa letteralmente "volare" le azzurre, comprese le nostre Michela Castoldi e Francesca Bertoli. Adriana Chiriluch con le sue "rane" e la preparazione fisica dà una spinta e una marcia in più alla squadra, mentre l'ultimo acquisto, Vito Iai, trasferisce ai ragazzi l'istinto a non mollare mai che lo fece diventare uno dei più grandi campioni di questa disciplina. In questi due lustri di attività abbiamo avuto pochissimi abbandoni. Giulia dal 2004 e Michela dal 2005 si allenano quotidianamente con Giada Rizzo, Chiara Banfi e altri due atleti azzurri, Sofia Pastori e Ivan Cavalieri. Tanti altri giovani riempiono le palestre tutti i giorni. La Galletti, con la serie A, ha dato l'addio alle competizioni ed ora, insieme ad Ale ed Alice, è dedicata all'allenamento, in quanto tutti

possono partecipare alle attività proposte dall'associazione. Anche chi è diversamente abile. Indimenticabile l'esperienza a Fuggi del 2004, quando L'Amicosport presentò una routine composta da un gruppo di ragazze integrato. Non arrivò la vittoria ma gli applausi del pubblico e i complimenti della giuria valsero come una medaglia. I cardini fondamentali di tutta questa avventura sono i genitori delle atlete e la famiglia della Gariboldi. Il Peppo, Presidente onorario dell'associazione, e Franca, la segretaria, sono i genitori di Alessandra e da sempre danno il loro contributo. A cominciare dalla cura dei quattro nipotini (Filippo, Tommaso Lorenzo e Riccardo), quando la mamma è impegnata nelle innumerevoli trasferte nazionali ed internazionali. Il genero, Dario Morelli, ha preso, invece, la presidenza dal 2005. Portando le sue conoscenze nel campo della prevenzione e della riabilitazione degli infortuni. Negli anni siamo cresciuti grazie alla passione di tutti, atleti, genitori, dirigenti che hanno sempre partecipato con entusiasmo alle iniziative e attività proposte dalla Federazione Ginnastica d'Italia. Un pezzo dello scudetto vinto a Colleferro, il 5° in undici edizioni, va cucito sul petto di ciascuno di loro. Perché, come cantava Lucio Dalla, l'anno che sta arrivando tra un anno passerà. L'Amicosport si sta preparando, ma questa non è una novità!

SPIROTIGER



|| "Carico © Naturale"

Il termine "carico naturale" ricorre sia nella letteratura sull'esercizio fisico sia nel lessico di allenatori e sportivi. Non sempre, tuttavia, i concetti sottesi a questa espressione sono chiaramente definiti e ciò genera fraintendimenti diffusi e pericolosi. Finché il termine è utilizzato per indicare esercitazioni eseguite senza ausilio di attrezzature, quindi come sinonimo di "a corpo libero", non vi sono problemi. Purtroppo, però, il termine "carico" evoca immediatamente un concetto diverso, intimamente connesso a quello che forse è il parametro più importante dell'esercizio fisico: l'intensità. Ed è proprio su questo terreno che il termine "carico naturale" diventa insidioso, dando luogo a generalizzazioni ingiustificate. Esempi ne sono l'affermare che le esercitazioni a carico naturale, in quanto tali, siano sicure, oppure adatte ai bambini o agli anziani, o preferibili nel riscaldamento, o che non generano ipertrofia e altro ancora. Naturalmente, invece, ciò che caratterizza un esercizio dal punto di vista degli effetti allenanti, compresi quelli indesiderati, non è affatto se venga o meno eseguito con l'ausilio di attrezzi. Ma quale sia la sua effettiva intensità (ovvero l'effettiva entità del carico utilizzato e la velocità esecutiva), quante volte venga ripetuto in una serie, quante siano le serie, quanto il riposo fra le serie, quale l'ordine degli esercizi e quante volte alla settimana si faccia un determinato tipo di esercitazioni. In una parola, quali siano i parametri dell'allenamento, lasciando alla connotazione di "a carico naturale" il solo significato, generico e marginale, di esercizio "a

corpo libero". Per esemplificare, la specificità del termine "a carico naturale" può essere paragonata a quella di espressioni del tipo "un carico di legna" o "un carico di carbone"; espressioni manifestamente del tutto ambigue riguardo la reale entità del carico in questione. Infatti: chi mai comprenderebbe ad un prezzo stabilito "un carico di carbone" senza conoscerne l'effettiva quantità, ovvero il numero di chilogrammi o di quintali? Eppure, nell'ambito dell'allenamento, ancora oggi l'espressione "carico naturale" viene talvolta utilizzata in un'accezione diversa da quelle – come si è detto legittime – di "a corpo libero" o "senza attrezzatura". E da qui i fraintendimenti fuorvianti e pericolosi a cui si è accennato. Fuorvianti in quanto focalizzano l'attenzione su di un aspetto irrilevante, ovvero se la resistenza a cui si oppone una tensione muscolare (o che sollecita una determinata struttura osteo articolare) sia costituita, per esempio, dal peso di una parte del corpo dell'esecutore piuttosto che da quello di un manubrio o di un bilanciere, o dalla tensione di un elastico. E pericolosi in quanto la prerogativa di "carico naturale" non mette affatto al sicuro dal pericolo di utilizzare intensità eccessive e quindi nocive o, per contro, intensità insufficienti ed inutili. A complicare ulteriormente il quadro, rafforzando un preconcetto sbagliato, si aggiunga poi il fatto che, sempre nel linguaggio tecnico, una resistenza esterna utilizzata per esempio negli esercizi per l'allenamento della forza prende il nome di "sovraccarico". Ovvero un qualcosa che si percepisce, già dal termine stesso, come eccedente il carico;

di Vittorio Baldini

una sorta di aggiunta a quel carico che si considera fisiologico, appropriato e sicuro, in quanto "incorporato" all'esecutore. Tuttavia, al di là delle possibili suggestioni, alcune semplici riflessioni dovrebbero togliere ogni possibile dubbio riguardo questa materia, ancora sorprendentemente controversa. La prima considerazione è di carattere speculativo. Occorre chiedersi se un muscolo sia in grado di percepire la natura della resistenza che gli viene contrapposta. La risposta è ovviamente negativa. Per esempio,



nella flessione del braccio, per il bicipite dell'esecutore è assolutamente indifferente che si tenga in mano un manubrio da un chilogrammo, una bottiglia d'acqua da un litro o una bistecca fiorentina di peso equivalente. Per gli effetti allenanti, non sarà certo quello l'importante. L'importante è quale sia l'intensità relativa di quel carico rispetto quel determinato esecutore, quante volte di seguito si fletterà il braccio, per quante volte si ripeterà la serie delle flessioni e così via. Da questa acquisizione concettuale, derivano facilmente altre importanti considerazioni. Si immagini un esecutore alle prese con un tipico



esercizio "a carico naturale" quale i piegamenti sulle braccia. Si assuma poi che tali esercizi siano finalizzati all'incremento della forza. Può succedere che l'esecutore non riesca a fare tre sole ripetizioni consecutive. Oppure può succedere che ne faccia agevolmente più di quindici. Nel primo caso l'intensità è troppo alta (potenzialmente pericolosa), nel secondo troppo bassa e quindi inadeguata all'obiettivo. In questo caso, come in un'infinità di casi analoghi, l'essersi esercitati "a carico naturale" non ha avuto alcun significato di sicurezza o di efficacia. Si consideri un altro esempio. Un esecutore inizia un programma di allenamento e "a carico naturale" esegue otto piegamenti sulle gambe giungendo all'affaticamento muscolare. L'intensità è ideale, e non serve altro. Tuttavia, dopo un mese constata che per arrivare all'affaticamento otto ri-

(foto G. Prii)

petizioni non sono più sufficienti. Quindi, ciò che solo un mese prima "a carico naturale" era perfetto, nel prosieguo potrebbe non esserlo più. Per fornire ai muscoli gli stessi stimoli allenanti, occorrerà in qualche modo modificare quella resistenza che, solo casualmente, all'inizio del programma era perfettamente rappresentata dal peso del corpo. Analogamente, come è priva di senso quantitativo l'espressione ed il concetto di "carico naturale", anche altre espressioni frequenti nel lessico tecnico o nella tradizione metodologica presentano gli stessi inconvenienti. Per esempio il termine "pesetti". Una frase del tipo "svolgo una certa preparazione utilizzando i pesetti" (tipicamente le cavaliere da uno o due chilogrammi) non dice assolutamente nulla circa le effettive particolarità di quel dato allenamento. Infatti, uno stesso esercizio eseguito "a carico naturale" o con i "pesetti" o "con la palla medica" assume significati differenti per differenti esecutori. Eppure, non infrequentemente, si guarda con preoccupazione o addirittura con disapprovazione un bambino con un bilanciere sulle spalle, mentre si osserva,

magari con rassicurata ammirazione, un altro bambino che esegue il salto in alto dell'atletica o un salto acrobatico della ginnastica o anche un semplice scatto nella corsa o un salto in basso da una trave alta. Tuttavia, se si conoscessero i reali carichi, l'atteggiamento giustamente premuroso dell'osservatore potrebbe facilmente invertirsi. Con il bilanciere, infatti, il carico può essere modulato rendendolo perfettamente adeguato ad ogni esecutore, bambini, anziani ed infermi compresi. Nel caso invece di esercizi "a carico naturale" sovente tale possibilità è preclusa. Per lo sviluppo culturale e tecnico dell'esercizio fisico è fondamentale che allenatori, dirigenti, genitori e praticanti sappiano che il "carico naturale" non è di per sé garanzia di nulla. Che può essere molto più pericoloso e inadeguato di quanto lo possano essere le esercitazioni con "sovraccarico" e che l'aura rassicurante che lo circonda è dovuta soltanto all'ignoranza dei reali termini quantitativi delle forze in gioco. Occorre convincersi che un esercizio "a carico naturale" può essere un punto d'arrivo, la cui elevata o elevatissima intensità richiede – o richie-

derebbe - un approccio ed un percorso prudente e progressivo, modulato mediante l'utilizzo di "sovraccarichi". Un percorso che consenta non solo ai muscoli ma a tutte le strutture interessate (ossa, tendini, legamenti) di adattarsi progressivamente. Ed è inutile sottolineare quanto ciò sia particolarmente importante nella fase della crescita. Un bambino che alleni la forza utilizzando bilancieri e manubri – naturalmente utilizzando le tecniche corrette e le giuste intensità – è senz'altro molto più tutelato di chi utilizza metodologie in cui il parametro intensità è sconosciuto e non modulabile. Il punto fondamentale è comprendere che un "sovraccarico" può benissimo rappresentare una riduzione del carico che si avrebbe in un'esercitazione "a carico naturale" o con attrezzature che non consentono una differenziazione sufficientemente fine. Ovvero che non consento ciò che invece rappresenta un elemento essenziale per la sicurezza e l'efficacia dell'allenamento: il progressivo adattamento di tutte le strutture deputate all'esecuzione di determinate abilità o al raggiungimento di determinati indici prestativi.

....Give voice to your passion

PASTORELLI®



FIG OFFICIAL PARTNER

Specialisti in attrezzi, accessori e gadgets
per la ginnastica ritmica



www.pastorellisport.com

Calendario gare Interregionali e Nazionali

Anno Sportivo 2013

SEZIONI	MESE	GG	GARA	SOCIETÀ ORGANIZZ.	SEDE
	GIUGNO				
R		8 - 9	Campionato Nazionale Assoluto	S.G. Terranuova	Firenze
R		8 - 9	Campionato Nazionale di Insieme	S.G. Terranuova	Firenze
A		22 - 30	Camp. Nazionale Assoluto, Trofeo Regioni, Gran Premio D'Estate	C.O. Pesaro Gym	Pesaro
A		22 - 30	Camp. Nazionale Aerodance, Fit Step, Maa Hip Hop	C.O. Pesaro Gym	Pesaro
T		22 - 30	Campionato Nazionale Assoluto, Campionato Nazionale di Categoria	C.O. Pesaro Gym	Pesaro
T		22 - 30	4^ Prova Campionato Nazionale Open	C.O. Pesaro Gym	Pesaro
Gpt		22 - 30	Coppa Italia Sq. Mista, Trofeo Ragazzi, Syncrogym Gymteam	C.O. Pesaro Gym	Pesaro
Gpt		22 - 30	Gymgiocando, Trofeo Giovani, Gymnaestrada, Percorso Vita	C.O. Pesaro Gym	Pesaro
Gpt		22 - 30	Età dell'Oro Cup	C.O. Pesaro Gym	Pesaro
gam,gaf,gr Gpt		22 - 30	Coppa Italia, Torneo GPT 1°, 2°, 3° Livello, Campionato Serie D	C.O. Pesaro Gym	Pesaro
Acrosport Gpt		22 - 30	Campionato Serie A1, Campionato Serie A2, Campionato Serie B	C.O. Pesaro Gym	Pesaro
	OTTOBRE				
R		19	1^ Prova Campionato Nazionale Serie A1 - A2	S. Giorgio 79	Desio
T		26	1^ Prova Coppa Italia Nazionale	C.R. Veneto	da definire
A		26 - 27	Coppa Italia	Soc. Francavilla	Francavilla Fontana
	NOVEMBRE				
R		2	2^ Prova Campionato Nazionale Serie A1 - A2	F. Petrarca 1877	Arezzo
R		16	3^ Prova Campionato Nazionale Serie A1 - A2	Ritmica Piemonte	Torino
F			CAMPIONATO INTERREGIONALE SERIE C		
		16 - 17	Zona Nord - Ovest	A. Casati	Arcore
		16 - 17	Zona Nord - Est	La Ruota	Vigonza
		16 - 17	Zona Centro	Ginnica Giglio	Montevarchi
		16 - 17	Zona Sud	La Rosa	Brindisi
M		23 - 24	Campionato Nazionale Categoria	La Costanza	Mortara
F		23 - 24	Campionato Nazionale Categoria Junior e Senior	Ginn. La Marmora	Biella
R			CAMPIONATO INTERREGIONALE SERIE B		
		23 - 24	Zona Nord - Ovest - Nord - Est	Moderna Legnano	Castellanza
		23 - 24	Zona Centro - Ovest - Centro - Sud	C. R. Umbria	da definire
T		30	2^ Prova Coppa Italia Nazionale, 5^ Prova Camp. Nazionale Open	C. R. Lombardia	da definire
A		30-11/1-12	Campionato Nazionale Serie A - B - C	C. R. Marche	da definire
F		30-11/1-12	Campionato Nazionale Serie C	Gymnasium Treviso	Jesolo
M		30-11/1-12	Torneo Nazionale Allievi	da definire	da definire
R		30	4^ Prova Campionato Nazionale Serie A1 - A2	Ginn. Fabriano	Fabriano
	DICEMBRE				
R		1	Campionato Nazionale Serie B	Ginn. Fabriano	Fabriano
M		7 - 8	Campionato Nazionale Specialità	Ginn. Civitavecchia	Civitavecchia
F		7 - 8	Campionato Nazionale Specialità	La Costanza	Mortara

LEGENDA:

M = artistica maschile

R = ginnastica ritmica

A = aerobica

F = artistica femminile

Gpt = ginnastica per tutti

T = trampolino elastico

ACROSPORT = acrosport

TE/Gpt = trampolino elastico/ginnastica per tutti

GAM, GAF, GR/Gpt = maschile, femminile, ritmica/ginnastica per tutti

**PANTS
THAT EVERY BODY
LOVES.**



**THE SLOUNGE
WAY**

shop online

WWW.FREDDY.COM



FREDDY