

il ginnasta

Aprile/Giugno n. 2/2013

**il nuovo
che...
AVANZA**

Trimestrale - Poste Italiane Spa - Spedizione in a.p. DL. 353/03 (conv. L. 46/04) art. 1 comma1 DCB Roma



Gioiaverde

eletto dagli ITALIANI
Prodotto dell'Anno 2013



Giovanni Rana
GRAZIE
DI CUORE

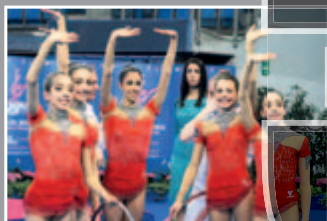
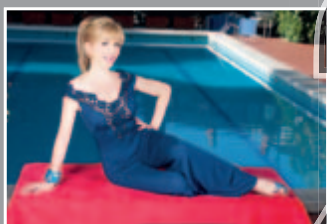
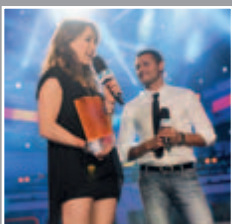


Seguici su www.rana.it e su



Sommario

in questo numero



4
5
14
26
30
36
42

Editoriale

- **Vite Parallele - Best MTV Show 2013**

di Riccardo Agabio

Artistica

- **Ludovico... Il Grande**

di David Ciaralli

- **Ugrin: la leggenda del Cigno**

di David Ciaralli

Artistica

- **Quando l'Artistica buca la corazza**

di Elis Hobdari

- **Cingolani e Ferrari, 2 facce della stessa Medaglia**

di Ilaria Leccardi

RISULTATI MOSCA

Attualità

- **Milly, lo Sport e la tv**

di Carlotta Spera

Artistica

- **Le avventure di Gioia e Gimmy**

realizzato da Elis Hobdari

RISULTATI SERIE A

LA RICETTA DI BETTA

Ritmica

- **Sul Bel Danubio... Azzurro**

di Cecilia Festa

RISULTATI VIENNA

RISULTATI PESARO

RISULTATI AREZZO

C'E' POSTA PER IGOR

AGENDA



in copertina:

Matteo Morandi e Andrea Cingolani dopo il bronzo agli Europei di Mosca.
(foto Thomas Schreyer)

Finito di stampare: **Luglio 2013**

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
Enrico Casella
Cristina Casentini
Daniela Delle Chiaie
Bruno Grandi
Gianfranco Marzolla
Luigi Meda
Roberto Pentrella
Valter Peroni
Marina Piazza
Rosario Pitton
Emiliana Polini
Donatella Sacchi
Fulvio Vailati

Grafica e Video Impaginazione

Federico Calabrò
06 36858169
federico.clb@gmail.com

Realizzazione grafica fumetto

Elis Hobdari
elis_h7@live.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

Rimani aggiornato sulle news della Federazione e tanto altro ancora con il nostro nuovo mensile online



seguici su 

www.facebook.com/federginnastica

Le richieste vanno indirizzate alla Federazione Ginnastica d'Italia
Con allegata la ricevuta del versamento su c/c bancario:
IT 52Y0100503309000000010106
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 inferiore 45%



- VITE PARALLELE -

Best MTV SHOW 2013

Tra gli antichi trofei del secolo scorso - sculture bronzee raffiguranti ginnasti o vittorie alate, coppe d'argento, gonfalon e standardi - gelosamente conservati presso la sede nazionale della Federazione Ginnastica d'Italia, da qualche giorno se ne distingue uno, in plastica, di colore arancio shocking: il premio Mirabilandia Best MTV Show. Si tratta di un premio televisivo, per un programma di successo che, probabilmente, avrete visto o di cui avrete sentito parlare: Ginnaste - Vite parallele. Malgrado il riconoscimento degli MTV Awards non appartenga all'iconografia classica dell'attività sportiva, ritengo possa essere salutato con grande soddisfazione, vista l'atavica carenza di attenzioni mediatiche che il nostro ambiente ha sempre lamentato. Pur essendo nata nel 1868 la FGI, la più anziana tra le Federazioni, si è sempre saputa rinnovare, interpretando i cambiamenti dei tre secoli con i quali si è trovata a confronto.

Quasi l'80% dei nostri tesserati ha meno di 18 anni ed usa i linguaggi e le tecnologie del proprio tempo, quello che gli storici classificano come Information Age, ossia l'Era dell'Informazione che scalzò l'Industrializzazione della prima metà del '900. Ma non si tratta soltanto di una moda. Come in tutte le rivoluzioni culturali, infatti, l'aspetto economico è predominante. Il mondo dello sport, tramontata l'epoca del Totocalcio, stenta, tuttora a trovare un'autosufficienza finanziaria. Pertanto le FSN, nonostante dipendano ancora dal contributo del CONI, cercano sussidi privati sul mercato delle sponsorizzazioni, che, in cambio, pretende visibilità. Il servizio pubblico radio televisivo, vive un momento di profonda crisi e non riesce più a garantire gli spazi di un passato da monopolista, schiacciato dalla concorrenza dei nuovi network digitali e dalla rete. In questo quadro generale ritengo che la docu-fiction di MTV costitui-



Riccardo Agabio

Presidente FGI

sca per noi una buona opportunità. I palazzetti registrano quasi sempre il sold out, per la gioia delle società organizzatrici. Nell'anteprima di due settimane lanciata il 20 maggio 'Ginnaste - Vite parallele ha generato una share sugli individui dell'1,5% e un'audience di 163mila spettatori medi nella collocazione delle 15.50, con picchi dell'8% sui 15-34enni. Un successo di pubblico che vale quasi quanto una medaglia. A quanti storcono la bocca, temendo che l'ingerenza delle telecamere possa compromettere il rendimento dei nostri ginnasti, rispondo che non detto neppure il contrario. Nelle ultime tre stagioni della Serie TV abbiamo visto raccontare un argento ed un bronzo continentale alla trave di Berlino nel 2011, la qualificazione olimpica al Test Event di gennaio 2012, il bronzo Europeo a Bruxelles e lo storico settimo posto ai Giochi di Londra della squadra femminile, il terzo posto di Andrea Cingolani a Mosca e i recenti successi ai Giochi del Mediterraneo, per non parlare delle affermazioni in campo nazionale dei protagonisti del reality. Il progresso, come l'evoluzione tecnica della Ginnastica, non si può fermare. L'accresciuta popolarità delle nostre discipline potrebbe, viceversa, costituire un ulteriore incentivo per i nostri atleti. Ai tecnici chiedo, dunque, lo sforzo di imparare a convivere con questa nuova realtà e dimensione, mentre ai ginnasti coinvolti ricordo che hanno la grande responsabilità di rappresentare un intero movimento.



da sinistra: F. Landini, E. Meneghini, A. Praz, F. Deagostini, C. Ferlito, M. Sarrugero e N. Bartolini con il premio MTV Awards (foto F. Tomasi)

Ludovico... il Grande

Artistica

di David Ciaralli

Ludovico, lei si considera un Rottamatore?

"Nel modo più assoluto, no! Dai senatori c'è solo da imparare. Mi alleno tutti i giorni con Busnari, che è sulla breccia da quando io ero in fasce. Per me è una specie di allenatore, oltre che un amico. Infatti, dopo la gara di sabato, gli ho regalato la medaglia d'oro. Un gesto simbolico proprio per sottolineare una cosa che non tutti fanno, il ruolo che Alberto ha avuto nella mia preparazione. Non c'è alcuno scontro generazionale, credetemi. Tra i veterani ci sono atleti tuttora imbattibili. Lo stesso Busnari al cavallo con maniglie, ha vinto 15 titoli in 17 anni e poi chi ce la fa a fare quel movimento lì che si è inventato e porta il suo nome nel Codice dei Punteggi; oppure Morandi agli anelli, un altro fenomeno. Pozzo ha commesso qualche piccola imprecisione, altrimenti sarebbe stato davanti. Ho avuto fortuna, mezzo decimo di distacco è niente".

Però dietro ai veterani sta crescendo un blocco interessante, che spinge e si vuol far trovare pronto?

"Che c'è di male? Il carico di lavoro di un ginnasta cambia anche in base all'età. Paolo Principi ed Andrea Cingolani vanno per i 24 anni.

Lo ricordavamo, ragazzino, sorridente, sul podio di Singapore, bronzo alle parallele pari dei Giochi Olimpici Giovanili. Ludovico Edalli, classe 1993, è cresciuto molto da allora e, una volta senior, si è già tolto lo sfizio di partecipare a due edizioni dei Campionati d'Europa, quella a squadre di Montpellier nel 2011 e l'individuale di Mosca, lo scorso aprile, dove ha ottenuto la 13ª posizione All-around. Con la vittoria nel Concorso Generale agli Assoluti di Ancona si segnala come una delle più interessanti promesse del nuovo quadriennio, lanciando ufficialmente la propria candidatura per un posto a Rio de Janeiro.

Maturando ci si avvicina sempre di più ai massimi livelli e si diventa competitivi. All'estero non è raro che arrivino in alto dei giovani. La carta d'identità conta fino ad un certo punto, alla fine vince sempre chi riesce ad imbrogliare la gara. In Italia, forse abbiamo bisogno di un po' più di tempo per un fatto di testa. Diamo molta importanza all'esperienza. Guardate, ad esempio, che fine hanno fatto al Test Event di Londra i rampanti brasiliani e canadesi contro i navigati azzurri".

Lei sembra un ragazzo a posto, molto misurato. Non farebbe più audience spettacolarizzare certe reazioni? Spararsi qualche posa alla Bolt, dopo l'esercizio?

"Io sono un atleta saggio, mi faccio i cavoli miei. Penso soltanto ad eseguire bene il mio programma. Non sono uno sbruffone! La Ginnastica Artistica è uno sport individuale, non c'è contatto, ognuno fa il proprio esercizio. Poi magari, ogni tanto, scatta la sfida, come è accaduto alla parallela, nel 2012, tra me, Alberto e Marcello Brancaccio".

cio. Però sono partite amichevoli”.

A proposito, sono tre anni consecutivi che si porta a casa il titolo sugli staggi pari

“E’ vero, la tripletta è una chicca che di fronte all’oro assoluto è passata quasi inosservata. Io, invece, ne sono molto orgoglioso. Perché è di gran lunga più difficile affermarsi in una specialità piuttosto che in tutte e sei, dove i piccoli errori in un attrezzo si compensano con le punte di un altro. La gara secca contro gli altri cinque specialisti (o sette, se in campo internazionale, ndr.) è tutta un’altra storia. Per questo ai prossimi mondiali mi vedrei bene sul podio All-around” (sorride nel prenderci in giro).

E a quale l’atleta si ispira, in particolare, per vincere una medaglia ad Antwerp, i primi di ottobre?

“Assolutamente a Busnari! (scoppia in una risata). Scherzo, purtroppo lui ne fa solo tre. Guardando indietro non posso che rispondere Uchimura. Il giapponese è stato un genio, ha lasciato il segno. Oggi però mi piace l’ucraino Oleg Verniaiev, un signor ginnasta che ha soltanto tre mesi più di me”.

Quanto è cambiato Ludovico Edalli rispetto a quel 16enne che finendo tra i primi 10 agli Europei Juniores di Birmingham strappò il biglietto per gli Youth Olympic Games?

“Un sacco! Sono maturato sia nel lavoro sugli attrezzi sia nel rapporto con gli altri. Singapore è un bel ricordo, tutto qui! Il piazzamento di Mosca, invece, mi ha convinto che posso aspirare ad una maglia nel quintetto dei Giochi del 2016. Intanto voglio dare il mio contributo per qualificare la squadra. Le Olimpiadi

sono il sogno di qualsiasi atleta, ma senza esagerare (e ride di nuovo). Non voglio mica fare la fine di Busnari, che è arrivato a 34 anni e se n’è fatte quattro! Per carità, con tutto il rispetto, al massimo posso partecipare ad un paio di edizioni”.

Come ha iniziato a fare Ginnastica?

“Un giorno sono andato a prendere mio fratello Tommaso in palestra. Vidi l’allenatore, Gennaro Scala, molto arrabbiato con Stefano Rossino, un altro ginnasta della Pro Patria Bustese, perché non era in grado di eseguire



Accanto Ludovico Edalli in azione alle Parallele Pari degli Europei di Mosca. (foto T. Schreyer) Sotto con il body della Pro Patria Bustese agli Assoluti di Ancona insieme a Tea Ugrin (foto F. Tomasi). Nella pagina accanto un bel primo piano dell'azzurro con la medaglia di bronzo conquistata ai Giochi Olimpici Giovanili di Singapore nel 2010 (fot A. Bizzi)



un elemento, a sentir lui, molto semplice. Allora pronunciò la classica frase che sarebbe stato capace anche un bambino, il primo che passava. E prese me! Insomma la mia carriera è iniziata per caso. Mi sono trovato al posto giusto nel momento giusto. Avevo 4 anni e mezzo”.

Cosa direbbe oggi lei a quel bambino che vuole avvicinarsi all'Artistica?

“Di lasciar perdere e di darsi al calcio (ammicca), si guadagna meglio. Seramente, la Ginnastica aiuta a formare la propria personalità, ti dà un'impostazione mentale e comportamentale, sia dentro che fuori della palestra. Ogni bambino dovrebbe almeno provarla. Poi, ovvio, c'è

chi è più o meno portato”.

Lei, pur allenandosi all'Accademia di Milano, è tesserato per l'ultracentenaria Pro Patria. Ci spiega la differenza tra Bustocco e Bustese?

“I Bustocchi sono quelli che abitano in centro. Io sono di Solbiate Olona, a tre chilometri e mezzo, quindi sono Bustese, campagnolo. La Pro Patria si chiama Bustese perché abbraccia tutto il circondario. In Serie A, quest'anno abbiamo avuto parecchi infortuni, alla fine siamo stati costretti a limitare i danni. Malgrado mi alleni a Milano un paio di volte a settimana mi faccio vedere in società. Ad Ancona mi ha telefonato subito il Presidente Rosario Vadalà, in lacrime per la gioia. In verità piangevano tutti, Rino (Gennaro Scala), Sergio (Oudalov), la mamma

di Nicola Bartolini e quella di Filippo Landini. Rossana (Bondi) mi seguiva da piccolo a Busto Arsizio e continua a farlo in Via Ovada. Loro sono la mia seconda Famiglia. Da qualche mese si è aggiunto Paolo Pedrotti, un altro grande tecnico cui va il merito della mia vittoria agli Assoluti”.

Forse Serguei Oudalov non avrà ancora imparato a pronunciare il suo nome, che storpiata in Liudo, però la conosce meglio di chiunque altro. Ci descriva questo rapporto, apparentemente così complesso.

“Il nostro è un rapporto di odio e amore, proprio come tra padre e figlio. Quello che si vede in TV è tutto vero. Lo conosco da 15 anni, con lui parlo di tutto. Ha un grande pregio, è una bravissima persona. A cena, alla vigilia della gara, si è raccomandato di comportarci bene, di tenere un certo contegno. Poi, ogni tanto, se ne esce con quelle metafore russe tradotte in un italiano improbabile, che fanno morire dal ridere. Un difetto? È russo. Non si capisce quando parla, però quando vuole si fa intendere eccome. Tecnicamente, a mio parere, è il numero uno. Lui ha una scuola tutta sua, un modello d’insegnamento rivoluzionario anche per la sua stessa Madre Patria. Per carità, non conosco i suoi connazionali, ma non lo cambierei con nessuno”.

Dopo la litigata in qualifica, a Mosca, forse al PalaRossini avete trovato il modo di coesistere durante le competizioni, avete finto di ignorarvi?

“Non c’è niente da fare, in gara Sergio si trasforma, basta saperlo! Lui sente troppo la tensione e così gli ho chiesto di dedicarsi ai più piccoli,

Marco (Sarruggerio), Filippo (Landini) e Nicola (Bartolini), che avevano più bisogno di me. A me non serve un allenatore che mi stia addosso 365 giorni l’anno. Mi esprimo meglio quando vengo responsabilizzato, se sento la sua fiducia. Sergio l’ha capito e la strategia ha pagato”.

Ginnaste - Vite parallele ha influito in qualche modo sul suo rendimento?

“Per niente. La mia vita non è cambiata affatto. Poi alle gare, invece delle solite quattro persone che c’erano qualche anno fa, troviamo i pallazzetti pieni. A chi non farebbe piacere firmare gli autografi alle proprie fan? A volte mi lasciano i bigliettini d’amore nella borsa. E non chiedetemi se sono fidanzato, altrimenti non me li mettono più. A parte gli aspetti goliardici, da piccole cose come queste capisci di praticare uno sport che può piacere alla gente. Proprio come il Calcio. Ed io ci tengo a dimostrare loro che alla fine i ginnasti sono persone normali. Ragazzi squattrinati che amano uno sport rischioso e, al tempo stesso, impagabile. Vengono da noi grazie ad un programma televisivo, senza capirci nulla di ciò che ci vedono fare, ma intanto imparano.



Liudo con Serguei Oudalov subito dopo la conquista del titolo italiano (foto D.Ciaralli)

Mi ritengo un privilegiato a far parte del progetto di MTV. Forse non sono l’esempio più appropriato, al posto mio ci stava meglio un Braglia, un Guglielmetti, un Menichelli o uno Jury Chechi. Però per la Ginnastica era un’occasione da non perdere, e noi facciamo del nostro meglio”.

Nicola Bartolini, tra voi della Maschile, sembra quello più a suo agio. Possono nascere, dietro le quinte, delle piccole gelosie?

Macché, Nicola è una faccia di gomma, in gara riesce a dare il massimo, come pochi in Italia, ma fuori è un pagliaccio. E’ quasi il mio opposto, io sono posato, per niente esibizionista e a volte capita che paghi la mia emotività in pedana. Crescendo insieme ci compensiamo, correggiamo l’uno i difetti dell’altro. Sempre sotto lo sguardo attento del grande Busnari! Il resto lo vedete sul piccolo schermo.



Edalli al Cavallo con Maniglie del PalaRossini (foto F. Tomasi)

ANCONA

Ginnastica Artistica Maschile



Risultati

Campionato Nazionale Assoluto

PalaRossini - (25-26 maggio 2013)

Ginnasta	Società							TOT
1 Ludovico Edalli	Pro Patria Bustese	14.050	14.200	14.150	14.100	14.350	14.600	85.450
2 Enrico Pozzo	C.S. Aeronautica Militare	14.300	13.850	13.750	14.550	14.150	14.800	85.400
3 Paolo Principi	C.S. Aeronautica Militare	14.550	13.650	14.600	14.600	13.200	14.550	85.150
4 Paolo Ottavi	C.S. Aeronautica Militare	13.900	13.900	14.850	14.250	14.000	14.100	85.000
5 Andrea Cingolani	Virtus Pasqualetti	15.100	12.900	14.650	14.800	13.350	13.350	84.150
6 Nicola Bartolini	S.G. Cagliari A.S.D.	14.000	13.950	12.850	14.800	12.850	13.850	82.300
7 Lorenzo Ticchi	Ginnastica Meda	12.550	13.450	13.950	14.250	13.800	14.100	82.100
8 Tommaso De Vecchis	Ginnastica Pro Carate	14.050	12.600	13.400	13.700	12.650	13.700	80.100
9 Marco Sarruggerio	Juventus Nova Melzo	13.200	12.400	13.750	13.350	12.600	13.050	78.350
10 Carlo Macchini	Ginnastica Fermo 85	13.050	13.350	12.600	11.900	12.550	14.400	77.850
11 Lorenzo Sestini	Libertas Ginn. Vercelli	12.000	12.200	13.400	13.650	12.400	13.450	77.100
12 Davide Mazzelli	Roma '70	13.150	12.300	13.050	12.900	13.000	11.950	76.350
13 Giacomo Rossi	Ginnastica Ferrara	11.400	12.050	12.150	13.750	13.000	13.250	75.600
14 Filippo Landini	Pro Patria Bustese	12.450	13.250	13.750	10.100	11.500	13.900	74.950
15 Simone Bresolin	Ginnastica Sampietrina	11.900	12.000	11.900	12.450	12.000	12.300	72.550
16 Marco Lodadio	Pol. Dil. Vigna Pia	14.000	0.000	14.200	14.000	0.000	0.000	42.200
17 Giancarlo Polini	Ginn. Artistica Stabia	0.000	0.000	13.650	0.000	13.500	12.200	39.350
18 Alberto Busnari	C.S. Aeronautica Militare	0.000	14.650	0.000	0.000	0.000	0.000	14.650



Paolo Principi e Igor Cassina



A. Cingolani, P. Ottavi, P. Principi



Lorenzo Ticchi e Alberto Busnari

Corpo Libero

TOT

1 Paolo Principi	Aeronautica Militare	14.600
2 Andrea Cingolani	Virtus Pasqualetti	14.150
3 Tommaso De Vecchis	Ginnastica Pro Carate	13.950
4 Marco Lodadio	Pol. Dil Vigna Pia	13.700
5 Nicola Bartolini	Cagliari A.S.D.	12.800

Cavallo con Maniglie

TOT

1 Alberto Busnari	Aeronautica Militare	14.600
2 Lorenzo Ticchi	Ginnastica Meda	14.050
3 Ludovico Edalli	Pro Patria Bustese	13.950
4 Nicola Bartolini	Cagliari A.S.D.	13.900
5 Paolo Ottavi	Aeronautica Militare	13.300
6 Paolo Principi	Aeronautica Militare	12.550

Anelli

TOT

1 Paolo Ottavi	Aeronautica Militare	14.900
2 Andrea Cingolani	Virtus Pasqualetti	14.700
3 Marco Lodadio	Pol. Dil Vigna Pia	14.450
4 Paolo Principi	Aeronautica Militare	14.350
5 Lorenzo Ticchi	Ginnastica Meda	13.900
6 Marco Sarruggerio	Juventus Nova Melzo	12.450

Volteggio

TOT

1 Andrea Cingolani	Virtus Pasqualetti	14.875
2 Paolo Principi	Aeronautica Militare	14.425
3 Marco Lodadio	Pol. Dil. Vigna Pia	13.750
4 Nicola Bartolini	Cagliari A.S.D.	13.600

Parallele

TOT

1 Ludovico Edalli	Pro Patria Bustese	14.850
2 Lorenzo Ticchi	Ginnastica Meda	14.450
3 Paolo Ottavi	Aeronautica Militare	14.000
4 Giancarlo Polini	Artistica Stabia	13.550
5 Andrea Cingolani	Virtus Pasqualetti	13.400

Sbarra

TOT

1 Paolo Principi	Aeronautica Militare	14.700
2 Paolo Ottavi	Aeronautica Militare	14.650
3 Lorenzo Ticchi	Ginnastica Meda	14.550
4 Ludovico Edalli	Pro Patria Bustese	14.450
5 Carlo Macchini	Ginnastica Fermo 85	13.450

UGRIN

La leggenda del cigno

di David Ciaralli

E' stata una rivelazione soltanto per chi non la conosceva. Tea Ugrin si è laureata campionessa italiana, agli Assoluti di Ancona, nello stesso impianto dove, alla medesima età, Vanessa Ferrari conquistò il primo dei suoi 5 titoli nazionali. Classe 1998, l'ultimo ritrovato della fucina di Trieste sembra anche il più delicato. Nulla a che vedere con l'esplosività di Francesca Benolli (regina europea al volteggio nel 2005) o la risolutezza di Federica Macrì (oro continentale a squadre nel 2006) caratteristiche proprie dell'epopea epica giuliana. La 14enne dell'Artistica '81 è più un'elegia, una nota dolcissima sullo spartito dei suoi allenatori, Diego Pecar e Teresa Macrì. *"Mi dicono che somiglio alle ginnaste russe – conferma lei, con un filo di voce e il luccichio negli occhi – Qualcuno addirittura azzarda un paragone con Nastia Liukin"*. Sicuramente con l'olimpionica di Pechino ha in comune l'eleganza. Pochi muscoli, 35 kg appena. Tea è una piuma che svola sulla pedana del corpo libero, come il cigno della Pavlova (l'étoile degli anni 20, protagonista del Lohengrin di Wagner, non la ginnasta battuta dalla Benolli sui 25 metri di Debrecen). Niente di meglio di un balletto, allora. E la Ugrin disegna con una classe innata il Don Chisciotte di Léon Minkus, al punto che l'acrobatica diventa quasi un orpello. Il sapore antico della raffinatezza, quel gusto ricercato per il bello fine a se stesso si fonde però con la modernità dello stile, la pulizia delle difficoltà e la concretezza, in un mix che lascia a bocca aperta. *"Ho inserito da poco lo Tsukahara in prima diagonale, mentre il triplo avvitamento l'ho spostato nella seconda, alzando di conseguenza il livello dell'esercizio"*. Et voilà, semplice come un piroetta sulle punte. *"Non ho una ginnasta preferita, né mi ispiro ad un modello, ma se proprio do-*

Tea Ugrin alla Trave degli Assoluti di Ancona.
(foto F. Tomasi)

LOHENGRIN

(foto F. Veronese)



Lohengrin, il cavaliere del cigno, è uno dei custodi del Santo Graal, figlio di Parsifal, mitico cavaliere della Tavola rotonda. Richard Wagner ne fece una celebre opera romantica rappresentata per la prima volta a Weimar nel 1850. A fianco Tea Ugrin in azione alle Parallele.



Artista

vessi sceglierlo vorrei seguire l'esempio della Ferrari, una che è riuscita a vincere il Mondiale senza montarsi la testa". Sembra più matura della sua età, Ugrin la saggia, figlia di Peter. La chioma bionda, i lineamenti delicati tipici degli slavi la fanno sembrare un elfo, uscito da un romanzo tolkieniano. Il suo "gran Burrone" è la palestra di Via Vespucci, dove arrivò all'età di 9 anni – "Diciamo proprio al limite. Mia madre Erika, visto che non stavo mai ferma, mi iscrisse in una società che faceva GpT. Rispetto alla media sono passata tardi all'agonismo. Ho cominciato a fare

cose più difficili, l'impegno è diventato serio". E seriamente è tornata a lavoro, dopo la doppietta d'oro nell'all-around e al suolo anconetani, condita dal bronzo alla trave. Come se nulla fosse, "con un titolo in più", tutto qua! "Ho ricevuto i complimenti delle mie compagne di scuola (frequenta il primo anno del Liceo delle Scienze Umane al Carducci di Trieste e, udite udite, le piace la matematica! Ndr.) e quelle di ginnastica, poi ho ripreso la mia routine". Vacanze neanche a parlarne, ci sono da preparare gli Eyof. "Voglio andare ad Utrecht per vince-

re. Non so cosa, ma voglio l'oro. Per il mare c'è tempo, ad agosto, magari, a Barcola (località balneare triestina famosa per la Barcolana e per aver dato i natali a Giorgio Strehler, ndr.). Il suo perfezionismo non è di maniera, ma nasce dalle esperienze negative, elaborate e metabolizzate. "Dopo il legno alla trave di Bruxelles ho capito che per non arrivare quarte di un decimo bisogna aumentare le difficoltà. Certo non è un teorema, però con una nota di partenza elevata e la pulizia dell'esecuzione hai ottime chance di non guardare più il podio dal basso in alto". Il tono della voce è sempre pacato, ma le parole sono raffiche di Bora. "Non posso dire di essere rimasta delusa dal mio Europeo, lo scorso anno (Tea ha vinto l'argento a squadre insieme ad Enus Mariani, Elisa Meneghini, Lara Mori e Alessia Leolini, ndr.). Le delusioni sono altre, per esempio quella di Vanessa a Londra. Però posso testimoniare che le sconfitte fortificano. Se ti impegni le soddisfazioni arrivano, il lavoro paga sempre. Ecco cosa ti insegna la Ginnastica. Io mi alleno quattro ore e mezza al giorno. Tre volte alla settimana esco prima da scuola per fare il doppio turno in palestra, mattina e pomeriggio, e le altre tre mi alleno dalle 15.00 alle 19.30". I miglioramenti sono sotto gli occhi di tutti. Chi si aspettava la specialista alla trave, chi aveva attenzioni solo per la Meneghini o la Campana (finaliste nel Concorso



La ginnasta dell'Artistica '81 splendida interprete al Corpo Libero, al Trofeo Città di Jesolo (foto F. Veronese)

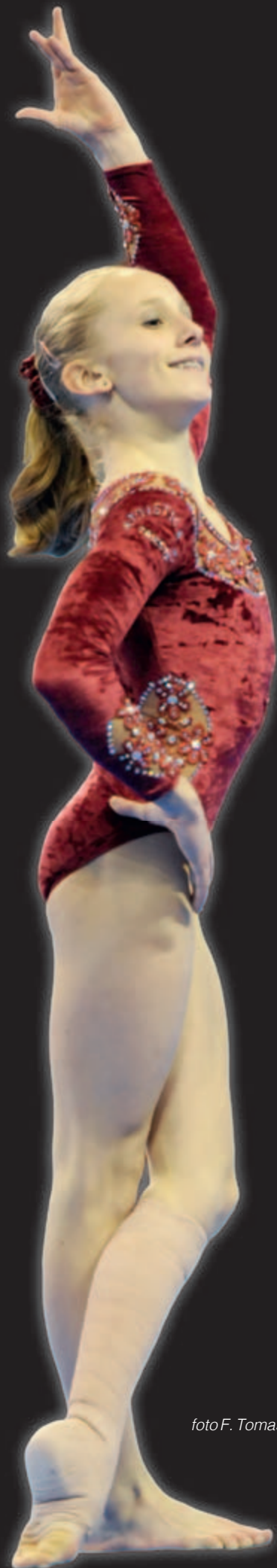


foto F. Tomasi

Tea tra i suoi allenatori, Teresa Macrì e Diego Pecar, sul podio di Ancona (foto D. Ciaralli)



Generale di Mosca) si è trovato di fronte una ginnasta completa, un'all-arounder capace d'infrangere, con relativa scioltezza, il muro del 56. *"Conoscevo il mio valore, non quello delle mie avversarie – continua la Ugrin – Alla trave credo di essere l'unica a fare il flic salto flic (La Meneghini ha nel suo repertorio il flic flic salto, ndr.) ed ho intenzione di attaccarci un altro salto. Sono cresciuta alle parallele e al corpo libero, mi manca solo di acquisire gli automatismi giusti sul teso avvitato al volteggio per arrivare al doppio avvitamento"*. In questa costante, notevole, evoluzione, al suo fianco c'è sempre Federica Macrì. *"Per me è come una sorella maggiore. Mi incita, mi aiuta nei momenti di difficoltà ed è sempre pronta a sostenermi. Magari riuscisci a fare quello che ha fatto lei in carriera"*. Tempo al tempo. Tea passerà tra le Senior nel 2014, intanto il 12 giugno ha compiuto 15 anni. E non ci vuole un indovino per immaginare quale desiderio possa aver espresso, soffiando le candeline. *"Desidero andare ai Giochi Olimpici, come qualunque atleta. Rio de Janeiro è il mio sogno nel cassetto. Ho i brividi solo al pensiero di sfilare nella Cerimonia di apertura al Maracanà"*. Dietro all'alfiere azzurro e al Tricolore, lei che appartiene alla minoranza slovena. *"Sì, ma sono italiana a tutti gli effetti e mi emoziono quando ascolto l'Inno di Mameli. Da bambina studiavo e pensavo in sloveno, adesso, alle superiori, uso abitualmente la nostra lingua"*. Nel vocabolario gin-

nico, quello che si impara sul Codice dei Punteggi, l'idioma "Ugrin" è universale. È il lessico dei campioni, degli sportivi di razza. Una dote innata, presente, evidentemente, nel suo DNA. Il fratello Mattia, non a caso, è una promessa della vela, un 19enne in corsa per un posto ai Mondiali. *"La barca però non fa per me – si affretta a precisare Tea – preferisco la trave, è più stabile, ben fissa a terra"*. Su questo attrezzo la segue Teresa Macrì, che si occupa anche della parte artistica del corpo libero e, in qualità di giudice, le corregge, in generale, tutte quelle piccole imperfezioni nelle quali potrebbe essere attaccabile. *"Per esempio, se nel triplo incroci le gambe prendi una penalità"* – precisa, come l'alunna che vuole dimostrare di aver fatto bene i compiti. *"Diego (Pecar, ndr.), invece, mi cura il volteggio, le parallele e tutte le parti acrobatiche. Per me sono entrambi fondamentali, siamo una squadra, fin dal primo giorno"*. Una squadra, quella di Fulvio Bronzi che nel 2013 ha chiuso al 5° posto in Serie A1 e che, malgrado la collocazione geografica nel profondo Est, ha sempre fornito ottime ginnaste per la Nazionale. *"In collegiale ho legato di più con Giulia Leni e Martina Rizzelli, però sono molto vicina anche ad Enus, Lara, Alessia ed Elisa, con le quali ho condiviso l'esperienza in Belgio. Sta venendo su un bel gruppetto. Ogni tanto qualcuna si ferma ai box, causa acciacchi, però, in prospettiva, promettiamo bene"*. Ora c'è da preparare la valigia per l'European Youth Olympic Festival. Proprio in Olanda, agli Europei di Amsterdam, si presentò al mondo, giovanissima, una certa Ferrari.

ANCONA

Ginnastica Artistica Femminile



Risultati

Campionato Nazionale Assoluto

PalaRossini - (25-26 maggio 2013)

Ginnasta	Società					TOT
1 Tea Ugrin	Artistica 81 Trieste	13.900	13.850	14.350	14.200	56.300
2 Elisa Meneghini	Ginn. Artistica Lissonese	13.950	13.800	14.300	13.500	55.550
3 Giorgia Campana	Nuova Tor Sapienza	13.800	14.150	14.100	13.150	55.200
4 Martina Rizzelli	A.S.D.G. Brixia	14.300	13.600	13.050	13.450	54.400
5 Elisabetta Preziosa	Centro Sportivo Esercito	13.950	12.650	13.250	13.600	53.450
6 Sofia Busato	A.S.D.G. Brixia	13.800	12.800	13.200	12.950	52.750
7 Alessia Leolini	Ginnica Giglio	13.600	12.850	12.750	13.150	52.350
8 Erika Fasana	A.S.D.G. Brixia	14.250	12.400	11.800	13.600	52.050
9 Martine Buro	Pro Lissone Ginnastica	13.850	12.150	12.850	13.200	52.050
10 Adriana Crisci	Victoria Torino A.S.D.	14.350	12.450	12.450	12.500	51.750
11 Nicole Terlenghi	Estate 83	12.900	12.050	13.300	13.450	51.700
12 Chiara Imeraj	A.S.D.G. Brixia	12.900	13.250	12.600	12.950	51.700
13 Alessia Praz	Ginn. Artistica Lissonese	12.750	12.700	12.800	13.200	51.450
14 Giorgia Morera	Olos Gym 2000	13.100	12.600	12.600	12.700	51.000
15 Arianna Rocca	Forza e Virtù 1892	14.000	10.800	13.350	12.300	50.450
16 Sofia Bonistalli	Dil. Pol. Casellina	13.400	12.250	11.950	12.800	50.400
17 Joana Favaretto	Gymnasium A.S.D.	13.400	11.100	12.700	13.000	50.200
18 Giulia Paglia	Coop. Consumatori N/E Parma	14.150	12.250	11.350	12.300	50.050
19 Pilar Rubagotti	A.S.D.G. Brixia	12.750	11.450	12.450	13.100	49.750
20 Giulia Leni	Mens Sana Siena	14.050	13.500	0.000	13.800	41.350
21 Serena Bugani	A.S.D.G. Brixia	14.350	0.000	12.300	13.100	39.750
22 Chiara Gandolfi	Olos Gym 2000	0.000	14.000	0.000	13.050	27.050



Vanessa Ferrari e Tea Ugrin



Claudia Ferrè ed Elisabetta Preziosa



Giorgia Campana e Chiara Gandolfi

Volteggio

		TOT
1 Arianna Rocca	Forza e Virtù	14.025
2 Serena Bugani	A.S.D.G. Brixia	13.900
3 Giulia Leni	Mens Sana Siena	13.750
4 Nicole Terlenghi	Estate 83	13.725
5 Adriana Crisci	Victoria Torino	13.450
6 Alessia Leolini	Ginnica Giglio	12.725

Trave

		TOT
1 Elisabetta Preziosa	C.S. Esercito	14.250
2 Arianna Rocca	Forza e Virtù 1892	13.250
3 Tea Ugrin	Artistica 81 Trieste	13.100
4 Giorgia Campana	Nuova Tor Sapienza	13.000
5 Elisa Meneghini	Artistica Lissonese	12.950
6 Nicole Terlenghi	Estate 83	11.700

Parallele Asimmetriche

		TOT
1 Giorgia Campana	Nuova Tor Sapienza	14.050
2 Chiara Gandolfi	Olos Gym 2000	13.600
3 Giulia Leni	Mens Sana Siena	13.200
4 Tea Ugrin	Artistica 81 Trieste	12.950
5 Elisa Meneghini	Artistica Lissonese	12.700
6 Martina Rizzelli	A.S.D.G. Brixia	12.400

Corpo Libero

		TOT
1 Tea Ugrin	Artistica 81 Trieste	14.150
2 Elisabetta Preziosa	C.S. Esercito	13.800
3 Giulia Leni	Mens Sana Siena	13.600
4 Erika Fasana	A.S.D.G. Brixia	13.450
5 Elisa Meneghini	Artistica Lissonese	13.250
6 Nicole Terlenghi	Estate 83	12.450

Dopo Martin Castrogiovanni, un altro grande campione di una disciplina sportiva diversa dalla Ginnastica, il Taekwondo, torna a parlare di Ginnastica. Carlo Molfetta, oro olimpico nella categoria +80 kg ai Giochi di Londra 2012, ha assistito alla terza e alla quarta prova del nostro Torneo di Serie A e si è scoperto un grande appassionato di Artistica. Da quando, infatti, nell'agosto del 2001, si trasferisce in pianta stabile a Roma, nel Raduno Permanente della FITA, al Centro di Preparazione Olimpica, il "Lupo" di Mesagne stringe una bella amicizia con i ginnasti dell'Acqua Acetosa. Da lì è nata anche la simpatia per la Olos Gym 2000 che lo ha spinto a tornare nella sua Puglia, sugli spalti di Bari, e poi alla finale di Firenze.

Carlo Molfetta tra i cuboni dell'Accademia di Ginnastica a Roma
(foto M. Bertolini)

Quando l'Artistica bucca la corazza

di Elis Hobdari

-the- INTERVIEW



Molfetta nel corso di un combattimento ai Giochi Olimpici di Londra 2012. Accanto l'atleta di Mesagne in posa con la medaglia d'oro (foto Archivio FITA)



Per Giorgia (Campana), Chiara (Gandolfi) ed Ilaria (Bombelli) sono diventato una specie di portafortuna. Al MandelaForum hanno ottenuto un risultato per loro storico, chiudendo con il bronzo al collo. E il bello è che le ho premiate io! Non ho lo stesso rapporto con i maschi perché sono rimasto più legato alla vecchia generazione, ai vari Francesco Fossella, Andrea Allegrucci, Francesco Greco e Stefano Ceccarelli. Sai un saluto tira un altro, tutti i giorni nello stesso ambiente, ti incontri a pranzo e nelle pause, si istaurò un bel rapporto. Nel 2005, poi, è iniziato il mio calvario alle ginocchia e, allenandomi meno, avevo più tempo libero. Così cominciammo ad uscire insieme, soprattutto con il Cholo (il soprannome di Ceccarelli, ndr.), che a sua volta era alle prese con problemi fisici. Mi ricordo, certe sere, lui che faceva l'acrobata per strada, mentre io giocavo a fare Guglielmo Tell. Mettevo una mela in testa al malcapitato di turno e poi la colpivo con un calcio volante, mentre quello sbiancava. Che risate! Fu allora, durante momenti spensierati e goliardici, che iniziai ad interessarmi alla Ginnastica.

Ginnastica che veniva dalle tre medaglie di Atene, mentre lei, pur essendo tra i favoriti della vigilia, non era andato oltre il 7° posto?

E' vero, nel 2004, mi sentivo il più forte di tutti. Fisicamente, nella categoria -68, ero una bomba e venivo da una sequenza di vittorie internazionali. E alle Olimpiadi ho fatto cilecca. Nel frattempo Igor Cassina trionfava alla sbarra con un movimento nuovo che portava il suo nome. Mi sono appassionato alla sua Storia. Lui così

alto e lontano dall'immagine stereotipata del ginnasta piccolo e compatto. Un fuoriquota proprio come sono io, per le ragioni opposte, nel Taekwondo, dove tra i pesi massimi mi sento un nano tra i giganti. Ecco l'esempio di Bilo mi ha dato coraggio, grazie alla sua impresa ho cominciato a capire che se uno vuole una cosa alla fine la ottiene.

Quindi a Londra ha vinto grazie al "Molfetta avvitato", un'evoluzione del Kovacs di Cassina?

Non scherziamo ho vinto perché, diversamente da Atene, ci sono andato conscio che avrei potuto perdere. Per dare il 100% bisogna trovare il giusto equilibrio tra la consapevolezza nei propri mezzi e la paura di non farcela. Nella mia carriera avevo già ottenuto tutto, mancava soltanto la medaglia olimpica. E negli sport come il Taekwondo o la Ginnastica se non sali sul podio dei Giochi non ti sentirai mai davvero realizzato. Igor mi ha dato la forza di provarci ancora, malgrado quattro interventi alle ginocchia e la rinuncia a Pechino. Ero vicino tanto così al ritiro poi, grazie anche all'argento di Mauro Sarmiento nel 2008, mi sono definitivamente convinto ad andare avanti.

Molfetta e Cassina alla serie A di Bari



Ed oggi che ha coronato il suo sogno, da olimpionico si sente diverso?

Tutt'altro, all'inizio mi mancava addirittura qualcosa. La mattina mi alzavo sempre con lo stesso pensiero: "E adesso che faccio?". Allora per trovare nuovi stimoli ho iniziato a rispondermi: "Devi confermarti a Rio!". Ecco, voglio lavorare questo quadriennio per difendere il mio titolo.

lo. In Brasile sarò ancora giovane, alla mia terza partecipazione. Meglio approfittarne prima che la vita ti stravolga le priorità.

Come dice il filosofo tedesco Gotthold Lessing "l'attesa del piacere è essa stessa piacere". Però non deve essere stato così piacevole prendere tutte quelle botte a Londra. In ogni suo incontro sembrava di rivedere Rocky Balboa contro Ivan Drago. All'ultimo round, però, cominciava sempre la musichetta della rimonta.

La verità è questa (sorride!). Dato che il Taekwondo, malgrado sia l'arte marziale con il più alto numero di praticanti in tutto il mondo (si stima siano circa 50 milioni, ndr.), in Italia lo conoscono in pochi, ho pensato servisse un'impresa eroica per attirare l'attenzione. Allora ho dato un po' di vantaggio ai miei avversari. Vi piace questa versione romanizzata? In realtà ho vinto perché ho sbagliato meno degli altri. Ginnasticamente parlando sono stato pulito nell'esecuzione, senza fare cose eccezionali. Di errori ne ricordo soltanto tre: i sei punti regalati in finale ad Anthony Obame Mylann; con il cinese Liu Xiabo da due punti sopra mi sono trovato in svantaggio, con il rischio di uscire; con il maliano Daba Modibo Keita, sul tre a zero per me, mi ha rifilato un calcio in testa. Per il resto, nel complesso, sono stato perfetto.

Quanto si allena al giorno per raggiungere questa perfezione?

Almeno 5 o 6 ore.

Vicino alle gare facciamo tanto



foto M. Bertolini



foto M. Bertolini

NELLA VITA SONO CAPPUCETTO ROSSO MA SUL QUADRATO DIVENTO UN LUPO

Taekwondo, mattina e pomeriggio. Tutto lavoro anaerobico, estremamente faticoso. Niente a che vedere con Karate Kid, che metteva e toglieva la cera con il pennello. Da noi si mena tanto. Adesso a 30 anni curo meno la tecnica e spingo sull'acceleratore atletico.

Anche i ginnasti passano tante ore in palestra.

Ci accomunano molte cose, ad esempio il lavoro sulla mobilità articolare, che a noi serve per dare calci sempre più alti. Non alzo la gamba come una ginnasta della Ritmica, ma ci vado vicino.

Se dovesse scegliere una specialità dell'Artistica?

Corpo libero e volteggio. Nel Taekwondo diamo molti calci in volo, quindi, per analogia mi sento più portato per l'acrobatica. Amo, infatti, tutti gli sport estremi, che però evito per non farmi male.

Ha trovato il tempo di seguire

le gare di Ginnastica a Londra?

Nel Villaggio olimpico, a colazione, mi incontravo spesso con Busnari e ci chiedevamo notizie l'uno dell'altro. Mi è dispiaciuto tanto del suo 4° posto. Ad Alberto ho consigliato di venir-

si ad allenare a Roma, l'Acqua Acetosa porta bene! Insieme, poi, abbiamo festeggiato la medaglia di Morandi. Il programma del Taekwondo stava prendendo il via proprio nei giorni delle finali di specialità dell' Artisti-

foto M. Bertolini



ca e il bronzo di Matteo agli anelli mi ha dato altra energia positiva.

Purtroppo, oltre al cavallo di legno c'è stata la beffa della Ferrari, terza senza medaglia. E si sono subito riaccese le discussioni sulle giurie.

Nel Taekwondo abbiamo risolto il problema del giudizio soggettivo con l'adozione delle corazze elettroniche. L'errore umano è inevitabile. O lo si mette in conto, oppure ci si affida del tutto alla tecnologia. Io sono favorevole alla moviola in campo, nel calcio come in tutti gli sport. Non devono più ripetersi casi come quello di Roberto Cammarelle a Londra e delle Farfalle della Ritmica a Pechino. Sono stati i più eclatanti, ma potrei citare i tuffi, dove se un cinese sbaglia non paga le stesse penalità degli altri, oppure il nuoto sincronizzato, nel quale se sei settimo resti tale tutta la carriera. Il Taekwondo ha risolto per il timore che il CIO gli revocasse lo status olimpico. Ecco, forse Losanna dovrebbe mettere un po' di paura alle Federazioni Internazionali delle discipline più a rischio.

Cosa andrebbe fatto per far conoscere meglio ai ragazzi i cosiddetti sport "minori"? Non mi dica che l'unica strada è quella di vincere le Olimpiadi.

Bisogna portare lo sport a scuola. In tutta Europa si sta espandendo il sistema americano del college, dove l'attività sportiva è centrale. L'Italia è in grande ritardo.

Le docu-fiction come Ginnaste-

Vite Parallele aiutano?

La visibilità in TV è importante, ma se posso dare un consiglio alle ragazze di quel programma, piangessero meno. Il taekwondoka tende a nascondere la sofferenza, caratterialmente è più guerriero. La nostra è una disciplina da combattimento, chi piange ha perso.

La tradizione coreana da cui nasce il Taekwondo è piena di perle di saggezza. Ne conosce una che possa essere utile alle nostre ginnaste?

C'è quella del maestro che porta l'allievo in un lago, dove non può toccare, e gli tiene la testa sotto l'acqua finché, allo strenuo delle forze, non sta per affogare. Una volta a riva gli chiede: cos'è la cosa che desideravi di più in quel momento? Respirare rispose l'allievo. Ecco, concluse il maestro, quando tu desidererai qualcosa come l'aria che respiri, allora sarai pronto a conquistarla". La medaglia è una questione di vita o di morte.

A fine settembre sono in programma i Mondiali Individuali di Artistica ad Anversa, mentre voi sarete già impegnati, a Dicembre, con la prima fase della qualificazione olimpica. Chiudiamo questa intervista con un reciproco...GANBA?

Noi diciamo Spacca! Oppure...bucca la corazza! Non solo seguirò i Campionati del Mondo di Ginnastica in TV ma farò pure un gran tifo. Mi sembra ci siano tanti giovani in rampa di lancio. Si parla molto bene di Elisa Meneghini, ho visto i progressi di Andrea

Cingolani. E occhio alla Campana, è in forma strepitosa. In generale, però, vorrei che tutti i ginnasti seguissero il mio esempio, proprio come feci io con Cassina. Molfetta ha sconfitto i giganti, non esistono ostacoli insormontabili. Forza ragazzi, bucate la corazza!



foto M. Bertolini

“ Se arrivi in gara allenato potresti vincere, se non lo sei non hai speranze! ”

Carlo Molfetta in una foto di gruppo con i ragazzi del Centro dell'Acqua Acetosa. In basso a sinistra si riconoscono Giorgia Campana, Ilaria Bombelli e Chiara Gandolfi (foto M. Bertolini)



SPORT E TERMALISMO

FEDERAZIONE GINNASTICA D'ITALIA E TERME DI ABANO E MONTEGROTTO.

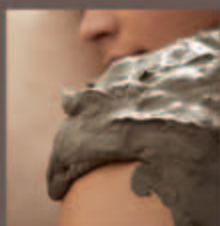
Giovedì 21 febbraio 2013 ad Abano Terme è stato siglato per il secondo anno
l'accordo di collaborazione fra la FGI ed il Consorzio Terme Euganee.

La sinergia tra ginnastica e termalismo è un toccasana per i ginnasti, grazie ai benefici del fango e delle acque euganee.

Il relax termale offre un momento di rigenerazione per l'apparato osteoarticolare e muscolare, consente di riacquistare l'elasticità dei legamenti, rafforzare le cartilagini, recuperare velocemente dai traumi.

Immersi nella splendida cornice dei Colli Euganei, **tutti gli Hotel sono dotati di centri termali altamente specializzati** convenzionati con il Sistema Sanitario Nazionale.

**240 PISCINE TERMALI DOVE
RILASSARSI AVVOLTI DAL TEPORE
DELL'ACQUA TERMALE
E LA POSSIBILITÀ DI DISPORRE
DI AREE BENESSERE DOTATE
DI IDROMASSAGGI,
CASCATE CERVICALI,
PERCORSI KNEIPP
E ZONE AD EFFERESCENZA.**



di Ilaria Leccardi

Andrea ci puntava da un po' di tempo. La vetta della Ginnastica internazionale era lì, a portata di mano. Ma finora era sempre sfuggita. Poi, tanto lavoro, un approccio più tranquillo alla competizione e i consigli di chi, ormai, gli vive accanto, ogni giorno. Quella Vanessa Ferrari che i podi li conosce bene. Ed ecco la medaglia: un bronzo al corpo libero, al fianco dei grandi interpreti della disciplina (l'oro a pari merito è andato al britannico Max Whitlock e all'israeliano Alexander Shatilov), che ha il sapore della vera vittoria. Gli Europei di Mosca 2013 sono stati la gara dell'affermazione, per questo ragazzo con la cresta – stile El Shaarawy e Balotelli – e la ginnastica nel sangue. Cingolani non si nasconde, anzi, esce allo scoperto e guarda avanti. *"Venivo da due edizioni degli Europei - Berlino 2011 e Montpellier 2012 - in cui avevo commesso gravi errori, proprio al corpo libero. In quelle occasioni ero partito da casa con l'obiettivo chiaro di conquistare la finale, invece, ho commesso, entrambe le volte, delle imprecisioni che hanno spento ogni speranza. All'Olympiski Arena è stato diverso. Sono partito con la sola intenzione di fare bene, senza mirare a nulla di particolare. Mi sentivo pronto, paradossalmente tranquillo. E quando, al termine della finale, mi hanno detto che avrei dovuto presentarmi alla premiazione, facevo fatica a crederci. Mezz'ora è passata in pochi secondi. È stata una sensazione straordinaria. Quando vinci una medaglia di questo tipo, anche gli altri ginnasti ti guardano in modo diverso..."*. Dagli spalti, a fare il tifo per Andrea, c'era la stella della Ginnastica Artistica Femminile, Vanessa Ferrari. Purtroppo la pedana moscovita non ha portato fortuna al Caporal maggiore dell'Esercito Italiano. L'ex campionessa del Mondo (Aarhus 2006) e d'Europa (Amsterdam 2007), reduce da un infortunio al piede rimediato, alcune settimane prima, al Trofeo Internazionale Città di Jesolo, ha chiuso le qualificazioni come prima riserva al

Cingolani



ni & Ferrari

Due scatti di Vany e Andrea a Londra



2 facce della stessa **MEDAGLIA**

corpo libero. "Questa volta – scherza Andrea – a portare una medaglia in famiglia sono stato io... Vany mi ha dato un grande sostegno". Al di là del piazzamento continentale il 2013 sarà per il "Cingo" (come lo chiamano i compagni) un'annata da ricordare. Non solo a livello agonistico ma, appunto, anche di affetti. La coppia più celebre della Ginnastica azzurra, dall'autunno scorso, ha iniziato una nuova vita. "A settembre io e Vanessa – racconta il 23enne di Tolentino, provincia di Macerata – siamo andati a vivere insieme a Milano. Abbiamo deciso di prendere una casa in affitto, non lontano dalla Stazione Centrale, in modo da essere più comodi per gli spostamenti. Dalla fine del 2010 mi allenavo a Meda, con Maurizio Allievi, ma all'inizio di quest'anno mi sono trasferito all'Accademia di via Ovada. Qui mi segue Serguei Oudalov, con Paolo Pedrotti. Posso confrontarmi con diversi ragazzi e godere dei consigli di Alberto Busnari, sempre presente. La mia vita con Vanessa è molto regolare: ci svegliamo alle 7, andiamo insieme in stazione: lei prende il treno per Brescia alle 8, io, invece, raggiungo Famagosta e

inizio a lavorare alle 9 in punto. Due sessioni di allenamento a testa, mattino e pomeriggio, e poi ci ritroviamo a casa...". Equilibrio, condivisione, esperienze di vita. Anche questo è importante per la crescita di un campione. "A parte qualche inconveniente ai fornelli... la vita a Milano procede bene!", racconta soddisfatto l'azzurro, che poi ricorda anche lo spiacevole episodio di una visita dei ladri... "Sono entrati in casa, ma per fortuna non sono riusciti a portare via molto... La vita qui ci piace. Milano è una città stimolante. Una volta abbiamo provato anche a fare una piccola festa in casa. Era sabato sera, ma essendo l'appartamento in un palazzo, al quarto piano, i vicini non l'hanno presa tanto bene...". Per Andrea, passato da un russo ad un altro - da Sergiy Kaspersky, che lo ha cresciuto alla Virtus Pasquatelli di Macerata a Serguei Oudalov che lo segue ora all'Accademia Nazionale della FGI, sotto l'occhio delle telecamere di MTV - l'esplosione non poteva che avvenire in Russia. Mosca ha riscattato l'immagine dell'eterno incompiuto, del talento inespresso che si portava addosso fin dalle primissime uscite juniores,

Andrea Cingolani sul podio di Mosca
(foto T. Schreyer);
Alle sue spalle Vanessa
Ferrari (fotoriquadro.it)

Il "Cingo" con il bronzo continentale al collo insieme a Alexander Shatilov e Max Whitlock, medaglia d'oro ex aequo al Corpo Libero (foto T. Schreyer)



Vanessa Ferrari all'Olimpiysky Arena di Mosca (foto T. Schreyer)

da quando, sia a Volos, sia a Lissabona chiuse all'ultimo posto, nelle finali giovanili del corpo libero, a causa di sbagli grossolani. Roba da mangiarsi le mani. "Il bronzo di Mosca è solo l'inizio di una lunga

serie – aggiunge con un pizzico di spaccineria - Appena rientrato ho ripreso subito ad allenarmi duramente. L'obiettivo principale sono i Mondiali di inizio ottobre, ad Anversa, in Belgio. Ho un esercizio competitivo, ma

devo crescere ancora se voglio puntare in alto. A Milano ho trovato le condizioni ideali, perché, finalmente ho a disposizione una pedana del corpo libero regolamentare. Questo aiuta molto a preparare le gare". L'unico rammarico della trasferta sulle rive della Moscova è stato per la sua dolce metà, per la quale Andrea spende parole di autentica stima, oltre che di amore. "Secondo me – spiega – prima della sfortunata gara di Jesolo, Vanessa era veramente in forma. Ero convinto che agli Europei avrebbe ottenuto un risultato importante. Dopo i Giochi di Londra era tornata alla grande, con ottimi esercizi e punteggi di rilievo anche in Coppa del Mondo. Quell'infortunio l'ha un po' bloccata. Per alcuni giorni, pur di riuscire a gareggiare a Mosca, si svegliava alle 5 del mattino per andare a seguire le terapie da Salvatore (Scintu, il fisioterapista azzurro, ndr), ed io ero sempre con lei". Ora, però, gli impegni continuano, la coppia va verso una calda Esta-



te, aperta a Mersin con i Giochi del Mediterraneo. "Non mi sono piaciuto affatto agli Assoluti di Ancona, dove ho commesso qualche imprecisione di troppo. Al corpo libero, però, pur mancando lo Tsukahara, sono arrivato secondo. Non male con una caduta! E poi mi sono parzialmente ripreso con l'oro al volteggio e l'argento agli anelli. Ora punto a obiettivi più importanti!". Ma non prima di una meritata vacanza. "A fine giugno, prima dei collegiali di Porto San Giorgio, io e Vanessa ci concediamo una settimana a Sharm el Sheik, in Egitto. Meritato riposo, per poi ripartire alla grande. Insieme!". Meritato eccome, considerato anche lo scudetto regalato alla Virtus Pasqualetti, il primo della sua storia, a Firenze, il 6 aprile scorso. A quanto pare Andrea Cingolani è pronto per le sfide che contano, maturato. Diciamo pure cotto al punto giusto, per la Ginnastica e di Vanessa! Due facce della stessa medaglia.

ALBO D'ORO EUROPEO ARTISTICA

Franco Menichelli	Corpo Libero	Lussemburgo	1961
Giovanni Carminucci	Volteggio	Lussemburgo	1961
Franco Menichelli	Corpo Libero	Belgrado	1963
Giovanni Carminucci	Parallele	Belgrado	1963
Franco Menichelli	Concorso Generale	Anversa	1965
Franco Menichelli	Corpo Libero	Anversa	1965
Franco Menichelli	Anelli	Anversa	1965
Franco Menichelli	Sbarra	Anversa	1965
Giovanni Carminucci	Parallele	Madrid	1971
Jury Chechi	Anelli	Losanna	1990
Jury Chechi	Anelli	Budapest	1992
Jury Chechi	Anelli	Praga	1994
Jury Chechi	Anelli	Copenaghen	1996
Andrea Coppolino	Anelli	Debrecen	2005
Francesca Benolli	Volteggio	Debrecen	2005
Squadra Femminile		Volos	2006
Vanessa Ferrari	Corpo Libero	Amsterdam	2007
Carlotta Giovannini	Volteggio	Amsterdam	2007
Vanessa Ferrari	Concorso Generale	Amsterdam	2007
Matteo Morandi	Anelli	Birmingham	2010
Franco Menichelli	Volteggio	Lussemburgo	1961
Franco Menichelli	Parallele	Anversa	1965
Franco Menichelli	Corpo Libero	Tampere	1967
Franco Menichelli	Parallele	Tampere	1967
Rocco Amboni	Anelli	Roma	1981
Alberto Busnari	Cavallo con maniglie	Lubiana	2004
Igor Cassina	Sbarra	Debrecen	2005
Vanessa Ferrari	Corpo Libero	Volos	2006
Andrea Coppolino	Anelli	Amsterdam	2007
Carlotta Giovannini	Volteggio	Clermont Ferrand	2008
Vanessa Ferrari	Corpo Libero	Milano	2009
Carlotta Ferlito	Trave	Berlino	2011
Matteo Morandi	Anelli	Montpellier	2012
Giovanni Carminucci	Parallele	Lussemburgo	1961
Giovanni Carminucci	Concorso Generale	Lussemburgo	1961
Franco Menichelli	Parallele	Belgrado	1963
Franco Menichelli	Concorso Generale	Tampere	1967
Franco Menichelli	Sbarra	Tampere	1967
Giovanni Carminucci	Parallele	Tampere	1967
Rocco Amboni	Volteggio	Roma	1981
Jury Chechi	Concorso Generale	Losanna	1990
Jury Chechi	Corpo Libero	Budapest	1992
Alberto Busnari	Cavallo con maniglie	Patrasso	2002
Igor Cassina	Sbarra	Patrasso	2002
Squadra Femminile		Patrasso	2002
Maria Teresa Gargano	Corpo Libero	Amsterdam	2004
Matteo Morandi	Anelli	Lubiana	2004
Andrea Coppolino	Anelli	Volos	2006
Igor Cassina	Sbarra	Amsterdam	2007
Francesca Benolli	Volteggio	Clermont Ferrand	2008
Elisabetta Preziosa	Trave	Berlino	2011
Squadra Femminile		Bruxelles	2012
Matteo Morandi	Anelli	Mosca	2013
Andrea Cingolani	Corpo Libero	Mosca	2013





Mosca

5^o Campion

Elisa Meneghini (foto T. Schreyer)



Concorso Generale

Ginnasta						TOT
1 Aliya Mustafina	RUS	15.033	15.133	14.400	14.466	59.032
2 Larisa A. Iordache	ROU	14.900	13.833	14.833	14.866	58.432
3 Anastasia Grishina	RUS	14.900	15.033	14.133	13.866	57.932
4 Diana L. Bulimar	ROU	14.766	13.666	14.400	14.233	57.065
4 Giulia Steingruber	SUI	15.066	13.800	14.366	13.833	57.065
6 Roxana P. Nedelcu	ESP	14.633	14.300	13.133	13.633	55.699
7 Elisa Meneghini	ITA	13.866	13.633	14.000	13.700	55.199
8 Ruby Harrold	GBR	13.900	14.033	13.300	13.400	54.633
9 Maria P. Vargas	ESP	13.833	13.900	13.400	13.200	54.333
10 Ida Gustafsson	SWE	13.833	13.966	13.233	13.100	54.132
11 Noemi Makra	HUN	13.833	13.466	13.700	12.966	53.965
12 Giorgia Campana	ITA	13.900	13.933	13.166	12.966	53.965
13 Ilaria Kaeslin	SUI	13.733	13.166	13.933	12.800	53.632
14 Lisa K. Hill	GER	13.766	14.366	11.966	13.300	53.398
15 Ana F. Martins	POR	13.233	13.300	12.800	13.000	52.333
16 Noel V. Klaveren	NED	14.366	11.733	12.366	13.333	51.798
17 Olena Vasylieva	UKR	13.300	12.766	13.266	12.000	51.332
18 Charlie Fellows	GBR	13.633	13.200	12.100	12.266	51.199
19 Lisa Ecker	AUT	13.766	12.500	12.400	12.525	51.191
20 Jana Sikulova	CZE	13.533	13.633	11.266	12.500	50.932



La Delegazione Maschile a Mosca (foto D. Ciaralli)



G. Campana ed E. Meneghini con i Tecnici Di Renzo e Bucci (foto D. Ciaralli)

Ginnasta							TOT
1 David Belyavskiy	RUS	15.266	14.900	14.633	15.400	15.000	89.799
2 Max Whitlock	GBR	15.500	15.366	14.208	14.433	14.966	89.106
3 Oleg Verniaiev	UKR	14.333	14.066	14.733	15.500	15.666	88.398
4 Oleg Stepko	UKR	14.733	14.900	14.666	13.966	15.433	88.098
5 Daniel Purvis	GBR	14.400	14.200	14.533	14.800	14.466	86.732
6 Fabian Gonzalez	ESP	14.800	14.200	13.833	14.966	14.300	86.499
7 Andreas Toba	GER	13.966	13.733	14.400	15.033	13.533	85.431
8 Artur Davtyan	ARM	14.066	13.700	14.466	15.000	14.000	85.032
9 Claudio Capelli	SUI	14.100	13.833	13.566	14.866	14.433	84.931
10 Nikita Ignatyev	RUS	14.900	13.600	14.633	13.666	15.083	84.748
11 Guillaume Augugliaro	FRA	13.333	13.600	14.333	14.266	14.383	84.348
12 Arnaud Willig	FRA	14.466	13.000	14.333	14.300	14.391	84.156
13 Ludovico Edalli	ITA	13.933	14.000	13.833	14.100	14.000	83.866
14 Daan Kenis	BEL	14.033	13.533	13.100	14.533	13.966	83.265
15 Cristian I. Bataga	ROU	14.333	12.966	14.200	14.433	12.500	82.032
16 Ruben Lopez	ESP	14.300	11.733	14.233	13.666	13.900	81.698
17 Paolo Principi	ITA	14.466	13.566	13.200	13.700	13.600	81.632
18 Dzmitry Barkalu	BLR	13.308	11.266	13.733	14.400	14.208	81.381
19 Serob Soghomonyan	ARM	13.766	13.066	12.366	13.566	13.866	80.596
20 Bence Talas	HUN	13.333	13.600	13.966	13.933	11.766	80.531



Championato Europeo

Ginnastica Artistica Individuale Maschile e Femminile

Finali di Specialità

Volteggio



TOT

1	Giulia Steingruber	SUI	14.750
2	Noel van Klavern	NED	14.466
3	Larisa A. Iordache	ROU	14.466
4	Ofir Nezer	ISR	14.166
4	Teja Belak	SLO	14.166
6	Chantysya Netteb	NED	13.533
7	Maria Paseka	RUS	13.499
8	Tijana Tkalcic	CRO	13.183

Parallele Asimmetriche



TOT

1	Aliya Mustafina	RUS	15.300
2	Jonna Adlerteg	SWE	14.633
3	Maria Paseka	RUS	14.400
4	Sophie Scheder	GER	14.366
5	Giorgia Campana	ITA	14.066
6	Ida Gustafsson	SWE	13.166
7	Rebecca Downie	GBR	13.000
8	Ruby Harrold	GBR	12.900

Trave



TOT

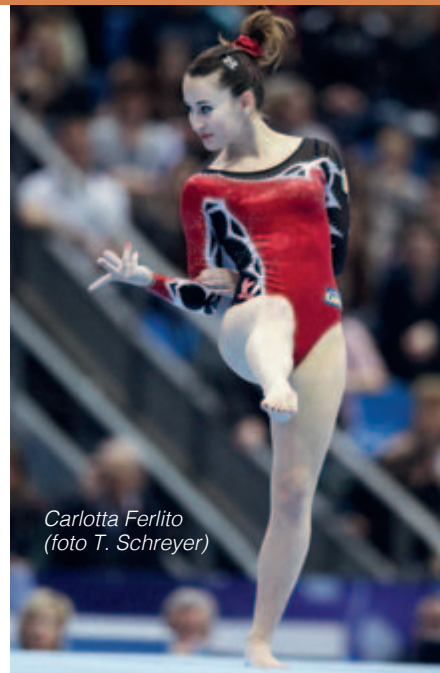
1	Larisa A. Iordache	ROU	15.266
2	Diana L. Bulimar	ROU	14.833
3	Anastasia Grishina	RUS	14.366
4	Carlotta Ferlito	ITA	14.066
5	Katarzyna Jurkowska	POL	13.866
6	Ruby Harrold	GBR	13.633
7	Elisa Meneghini	ITA	13.133
8	Olena Vasylieva	UKR	9.933

Corpo Libero



TOT

1	Kseniia Afanaseva	RUS	15.166
2	Larisa A. Iordache	ROU	14.733
3	Diana L. Bulimar	ROU	14.533
4	Anastasia Grishina	RUS	14.233
5	Carlotta Ferlito	ITA	14.216
6	Giulia Steingruber	SUI	14.100
7	Roxana P. Nedelcu	ESP	13.900
8	Krystyna Sankova	UKR	12.866



Carlotta Ferlito
(foto T. Schreyer)



Da sx: Ait Said, Radivilov, Morandi e Pinheiro Rodrigues (foto T. Schreyer)

Corpo Libero



TOT

1	Max Whitlock	GBR	15.333
2	Alexander Shatilov	ISR	15.333
3	Andrea Cingolani	ITA	14.900
4	Falvius Koczi	ROU	14.666
5	Sam Oldham	GBR	14.400
5	David Belyavskiy	RUS	14.400
7	Matthias Fahrigh	GER	13.733
8	Jeffrey Wammes	NED	13.666

Cavallo con Maniglie



TOT

1	Daniel Keatings	GBR	15.600
2	Krisztian Berki	HUN	15.533
3	Max Whitlock	GBR	15.500
4	Alberto Busnari	ITA	15.433
5	Harutyum Merdynyan	ARM	15.366
6	Donna D. Truyens	BEL	15.133
7	Saso Bertoncelj	SLO	15.000
8	Filip Ude	CRO	14.266

Anelli



TOT

1	Samir Ait Said	FRA	15.466
1	Igor Radivilov	UKR	15.466
3	D. Pinheiro Rodrigues	FRA	15.433
3	Matteo Morandi	ITA	15.433
5	Eleftherios Petrounias	GRE	15.400
5	Denis Ablyazin	RUS	15.400
7	Yuri van Gelder	NED	15.366
8	Marcel Nguyen	GER	15.133

Volteggio



TOT

1	Denis Ablyazin	RUS	15.408
2	Flavius Koczi	ROU	14.887
3	Artur Davtyan	ARM	14.866
4	Petrus Laulumaa	FIN	14.799
5	Igor Radivilov	UKR	14.678
6	Oleg Vernaiev	UKR	14.666
7	Jeffrey Wammes	NED	14.333
8	Matthias Fahrigh	GER	13.849

Parallele



TOT

1	Oleg Stepko	UKR	15.766
2	Lucas Fischer	SUI	15.633
3	David Belyavskiy	RUS	15.533
4	Marcel Nguyen	GER	15.500
5	Oleg Vernaiev	UKR	15.533
6	Emin Garibov	RUS	14.200
7	Andrei V. Muntean	ROU	13.866
8	Pascal Bucher	SUI	13.566

Sbarra



TOT

1	Emin Garibov	RUS	14.433
2	Sam Oldham	GBR	15.133
3	Aliaksandr Tsarevich	BLR	14.833
4	Alexander Shatilov	ISR	14.733
5	Andrey Likhovitskiy	BLR	14.466
6	Fabian Hambuechen	GER	13.966
7	Marijo Moznik	CRO	13.933
8	Ashley Watson	GBR	12.833



Catturata tra una prova e l'altra, nelle ultime battute del suo recente programma televisivo "Altrimenti ci arrabbiamo". Milly Carlucci, ancora una volta protagonista del sabato sera italiano, ci racconta qualche retroscena di quest'ultima esperienza sul piccolo schermo che ha coinvolto, tra i partecipanti, anche la nostra ginnasta di Ascoli Piceno, Lara Paolini, affiancata dall'attrice Nicoletta Romanoff. *"Una coppia affiatatissima"* - spiega l'elegante conduttrice del salotto Rai - *"quasi come una madre e una figlia"*. Il programma, un talent-show in quattro puntate - andate in onda in prime time su RaiUno dal 6 aprile al 4 maggio - ha visto dieci vip (Amadeus, Attilio Romita, Gabriele Rossi, Gianfranco Vissani, Maria Grazia Cucinotta, Nicoletta Romanoff, Nino Frassica, Pablo Espinosa, Simone Corrente e Tania Cagnotto) mettersi in gioco in discipline a loro sconosciute: breakdance, wushu, ginnastica ritmica, tap dance, hip hop, beat box, rap, percussioni, batteria e musica rock. Agli insegnanti, baby coach di talento di età compresa tra i 9 e i 17 anni, il compito di guidarli ed istruirli attentamente sui segreti e le tecniche della materia a loro assegnata. Parola d'ordine impegno e dedizione sotto lo sguardo severo dei piccoli professori che non hanno concesso sconti. Altrimenti, hanno detto, ci arrabbiamo!

di Carlotta Spera

Milly lo SPORT e... la TV



Lara Elisa Paolini
nata ad Ascoli Piceno
il 2 ottobre 2001
è tesserata con l'ASD
Ginnastica Aurora Fano

"La TV è importante per far conoscere la Ritmica. Io ho iniziato spiando gli allenamenti di una squadra di Ascoli nell'impianto sportivo che gestiva mio padre".

"Mi ispiro a Federica Febbo e ad Alina Maximenko, due ginnaste espressive, che fanno tanti giri e lanci pericolosi".

"Ad Arezzo siamo arrivate seconde nel Campionato Giovanile, dietro alla Virtus che era in corsa per gli Europei. Da grande voglio vincere il Mondiale!"

Come è nata l'idea di questo Talent?

Abbiamo preso spunto da un Format inglese che però non prevedeva l'esibizione dei bambini con gli adulti. Era piuttosto una ricerca di talenti dove i grandi facevano da padrini. Noi poi abbiamo deciso di metterli insieme con la modalità del piccolo che insegna all'adulto. Ci divertiva l'idea di rovesciare i normali rapporti familiari cui siamo abituati. Da questa idea è nata una catena di altre cose, come il "mini" professore che fa anche da giudice, il consiglio dei professori, gli esami di riparazione. Insomma abbiamo giocato su questi nuovi ruoli.

Sono riusciti a prendere seriamente gli uni il ruolo di insegnante e gli altri quello di studente?

Direi molto seriamente! Considerando anche che è stato uno sforzo duro per entrambi. Gli adulti si sono confrontati con il lavoro dell'atleta senza tener conto che non è facile

riprendere uno sport in età non più adolescenziale. Il corpo reagisce in maniera diversa e questo comporta un impegno fisico notevole. Ciò che più mi fa tenerezza è, infatti, vedere queste persone che, oltre a sudare e faticare, se ne vanno via piene di dolori. Per quanto riguarda i ragazzi, quando abbiamo fatto il provino, erano entusiasti di poter dirigere le operazioni, ma anche per loro non è stato semplice prendere in mano la situazione e tenere sotto controllo un adulto, per di più famoso.

Qualche aneddoto divertente?

Il racconto di Vissani che, dopo una giornata di tap dance, ha passato tutta la notte insonne, disteso con le gambe in aria per il dolore alle ginocchia, nonostante massaggi e antidolorifici! Ma questa è la dura vita dell'atleta.

Parliamo del duo formato da Lara Paolini e Nicoletta Romanoff. Come se la sono cavata insieme la ginnasta e l'attrice?

Benissimo! Sono proprio una bella coppia, perché condividono un'affinità di carattere e un modo di essere elegante. Oltretutto professionalmente sono davvero molto affiatate. Da subito, tra di loro, è scattata una grande sintonia. Lara considera Nicoletta un po' come la sua mamma. **La "professoressa" Paolini però non ha fatto sconti alla Romanoff.**

E' una ragazzina speciale e piena di carattere. Al pari di coloro che praticano discipline impegnative. O hai un temperamento forte e speciale oppure non ce la fai a sacrificarti così. Per fortuna anche Nicoletta è stata una brava alunna. Ha una grazia naturale che le permette di essere veramente affascinante quando fa ritmica. Ed è anche una perfezionista. Le piace studiare tutto nei minimi dettagli per fare una bella figura. Pure con la febbre alta ha continuato ad allenarsi, e grazie all'aiuto di Lara, durante l'esibizione davanti alla giuria, è riuscita

a portare a casa il risultato.

Lei poi dello sport ne sa qualcosa dato che prima di diventare una delle più note conduttrici televisive è stata una promettente pattinatrice artistica. Sale ancora sui pattini?

Pattinare per divertimento, quello sì lo farò sempre! Ma non potrei più praticare il pattinaggio artistico a livello agonistico. Come la ginnastica ritmica, anche il pattinaggio, necessita di una forza, di un'elasticità e di una tecnica che vanno tenute sotto allenamento costante. Sui pattini poi è facile cadere e farsi male. Quindi un giorno ho detto basta!

E adesso che sport fa per tenersi in forma?

Ginnastica, quotidianamente. Il pattinaggio mi ha procurato ernie alla spina dorsale. Piccoli infortuni che mi costringono ad allenarmi. Ma è grazie a questa spiacevole eredità che ho curato il fisico fino ad oggi.

E i concorrenti del programma quanto si allenavano?

In continuazione, per tutto il tempo che potevano, a volte anche a distanza. Ad esempio Lara e Nicoletta, che abitano, rispettivamente, a Fano e a Roma erano spesso obbligate a provare ognuna per conto proprio. Le coreographe le raggiungevano e impostavano loro il pezzo. Quando finalmente si incontravano nella città dell'una o dell'altra, recuperavano il tempo perso lavorando ore ed ore.

Come si può imparare una disciplina in pochi mesi?

Memorizzare una coreografia richiede tempo. I concorrenti sono stati tutti molto bravi, nonostante abbiano avuto pochissimi giorni per prepararsi. Ovviamente anche se ti alleni nove ore al giorno non impari, tuttavia le varie coppie hanno dimostrato di aver fatto passi da gigante.

C'era una coppia preferita dal pubblico a casa?

Non credo, la gente si è affezionata a tutti i protagonisti. Lara è di sicuro uno dei personaggi che ha bucato di più lo schermo. Il suo entusiasmo colpisce, trasmette la gioia per quello che fa. Si vede che ama la Ginnastica ritmica con tutta se stessa. I piccoli attrezzi sono la sua vita.

Ha seguito le Olimpiadi di Londra l'estate scorsa?

In parte, perché stavo lavorando negli Stati Uniti come autore per un nuovo progetto. Ma pur avendole seguite poco sono state meravigliose come





Altrimenti-

CI ARRABBIAMO!

Lara: "Milly mi ha aiutato molto. Nicoletta è super e mi è piaciuta in particolare alla palla. Simone Corrente e Gabriele Rossi, belli e simpatici!"

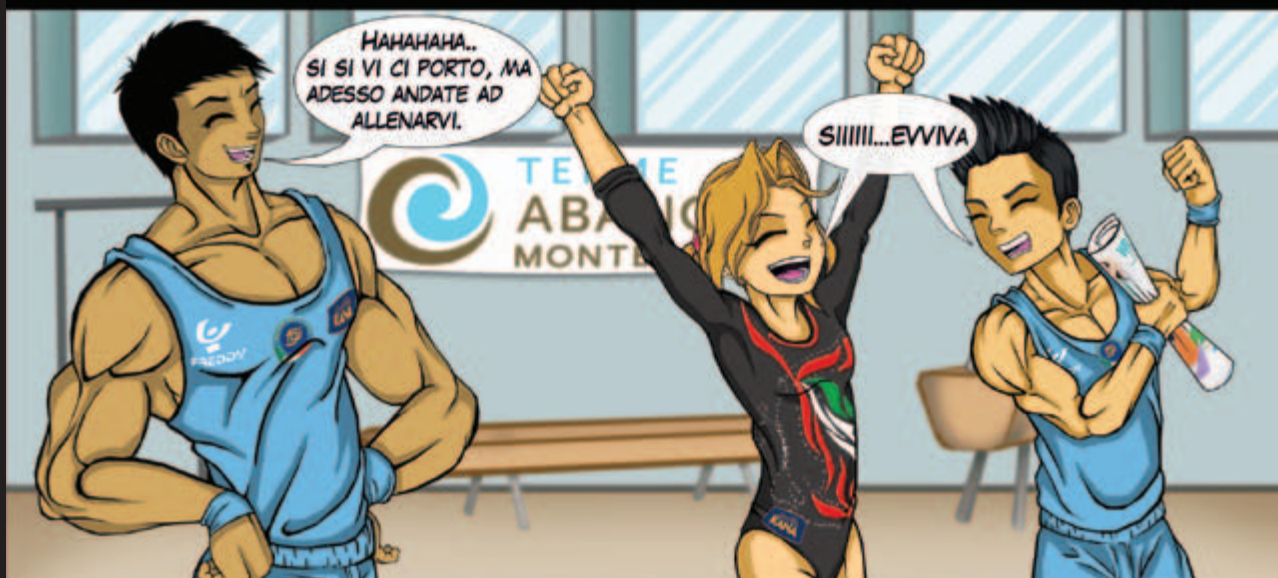
ogni edizione dei Giochi Olimpici.

Progetti futuri?

Ad autunno partirà di nuovo "Ballando con le Stelle" ma preferirei riparlare quando sarà il momento.



Da sinistra: Lara Paolini, Sofia Agostini, Elettra e M. Chiara Gastreghini, Elisa Bigoli e Sofia Bevilacqua (foto D. Ciaralli)



PER LA QUARTA STAGIONE CONSECUTIVA LA CITTA' DI ROSSINI OSPITA LA GRANDE FESTA DELLA FEDERAZIONE GINNASTICA D'ITALIA

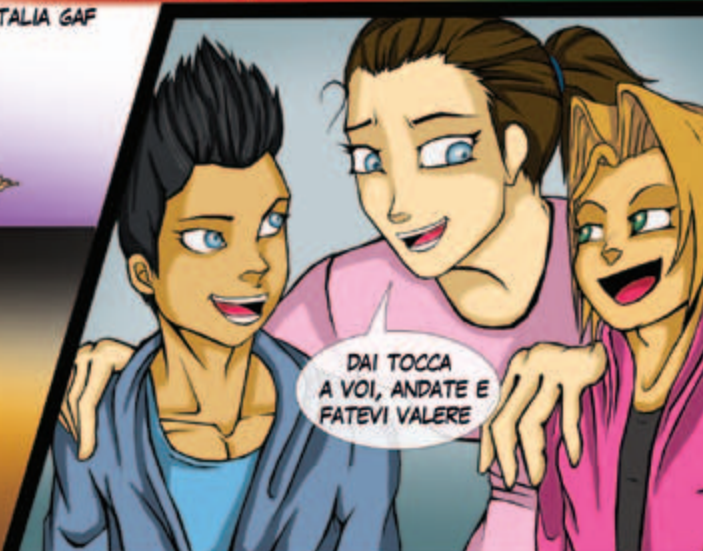
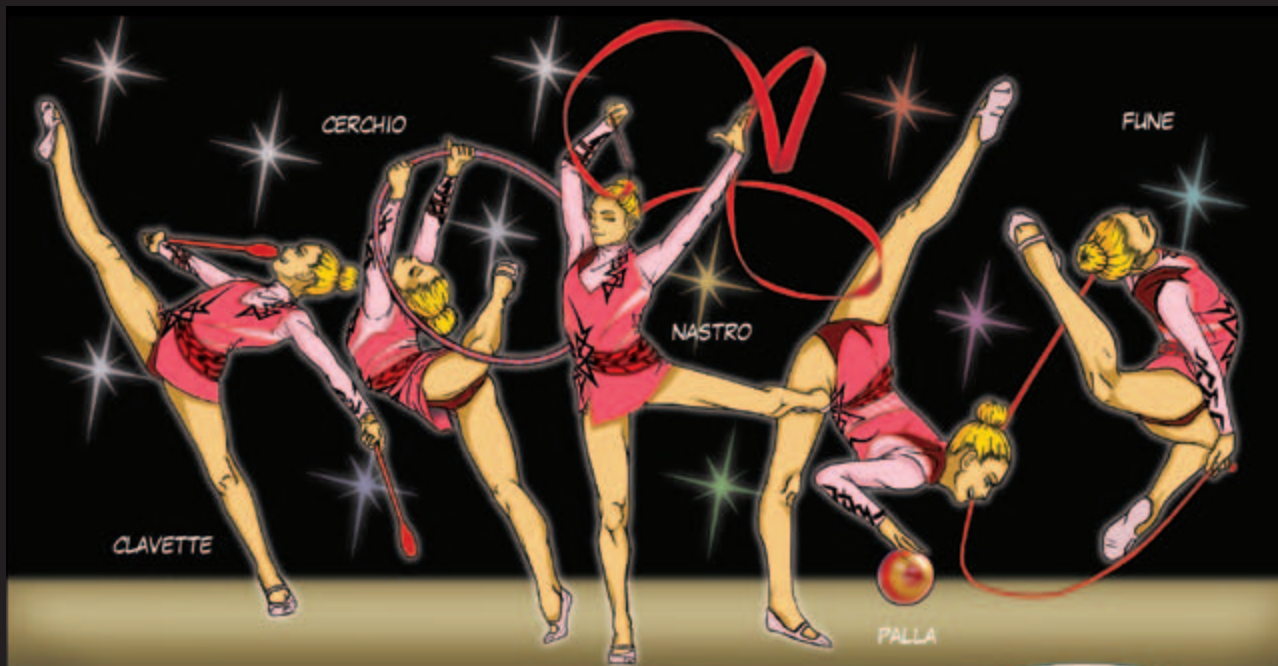


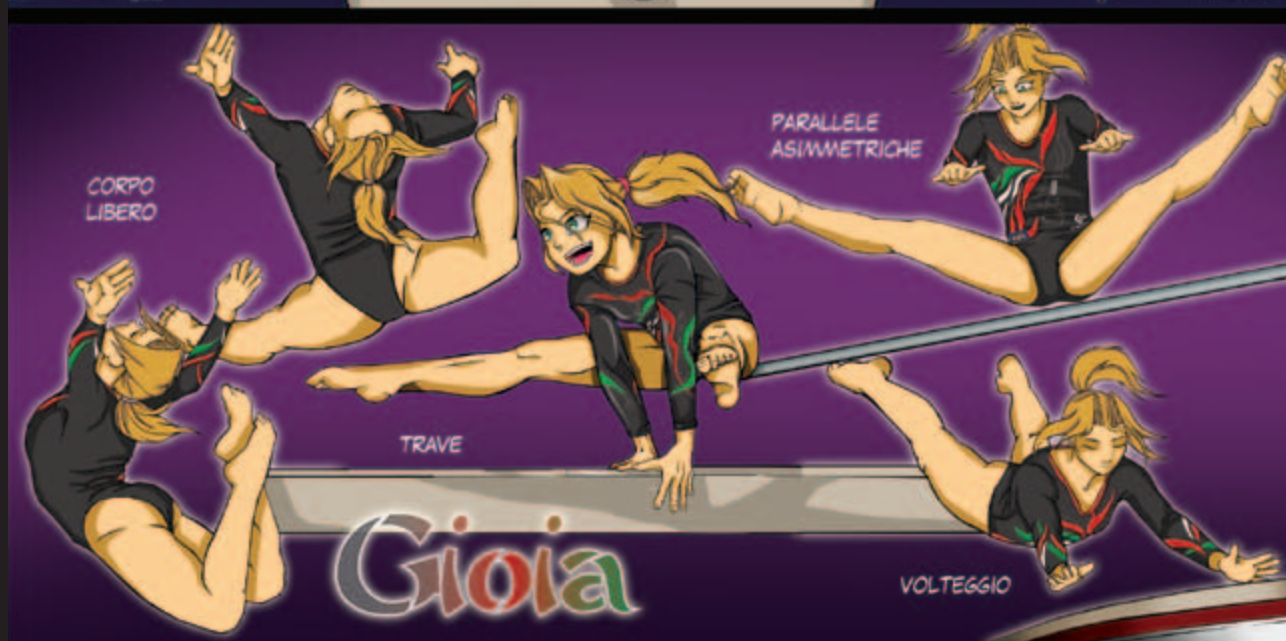
OLTRE 580 SOCIETA' E QUASI 14.000 ATLETI SI SONO DATI APPUNTAMENTO ALLA FIERA DI PESARO PER L'EVENTO PIU' ATTESO DAL POPOLO DELLA GPT



UN LUNGO CORRIDOIO PIENO DI ATLETI SEPARA I 5 PADIGLIONI







Finale Campionato Serie A1 - A2 GAM/GAF

A1 Maschile

Società	Ancona	Padova	Bari	Firenze	TOT
1 A.S.D. Ginnastica Virtus Pasqualetti	25	25	20	25	95
2 A.S.D. Ginnastica Pro Carate	20	20	25	20	85
3 Corpo Libero Gymnastics Team A	22	18	22	22	84
4 A.S.D. Libertas Ginnastica Vercelli	14	14	16	18	62
5 A.S.D. Ginnastica Pro Patria Bustese	18	12	14	16	60
6 A.G. Livornese A.S.D.	12	16	18	14	60
7 A.S.D. Ginnastica Meda	16	22	12	-	50
8 A.S.D. Ginnastica Romana	10	10	10	12	42
9 A.S.D. C.G. Artistica Stabia	8	8	8	10	34

A2 Maschile

Società	Ancona	Padova	Bari	Firenze	TOT
1 A.S.D. Juventus Nova Melzo 1960	25	25	25	25	100
2 S.G. Aurora A.S.D.	14	22	22	20	78
3 Palestra Ginnastica Ferrara A.S.D.	16	20	20	22	78
4 S.G. Milanese Forza e Coraggio	20	18	16	16	70
5 Società Varesina Ginnastica e SCH	22	10	16	18	66
6 A.S.D. Ginnastica Sampietrina	18	12	18	14	62
7 A.S.D. Nardi Juventus	12	16	10	10	48
8 S.G. Bresciana Forza e Costanza A.S.D.	10	14	12	12	48
9 Ginnastica Fortitudo 1875 A.S.	8	8	8	8	32

A1 Femminile

Società	Ancona	Padova	Bari	Firenze	TOT
1 Ginnastica Artistica Lissone	25	25	22	25	97
2 A.S.D.G. Brixia	22	25	18	20	85
3 A.S. Olos Gym 2000	18	20	20	22	80
4 A.S.D. Pro Lissone Ginnastica	20	16	12	16	74
5 Artistica 81 Trieste A.S.D.	14	18	14	18	64
6 S.G. Forza e Virtù 1892	16	12	16	16	60
7 Estate 83 Galleria del Tiro Lo	12	14	8	12	46
8 A.S.Dil. Ginnica Giglio	10	10	10	10	40
9 A.S.D. World Sporting Academy	8	8	12	8	36
10 S.G. La Rosa A.S.D.	6	6	6	6	24

A2 Femminile

Società	Ancona	Padova	Bari	Firenze	TOT
1 Fratellanza Savonese A.S.D.	25	22	12	25	84
2 A.S.D. Ginnastica Romana	22	25	25	6	78
3 Coop Consumatori Nordest Parma	14	18	22	22	76
4 Corpo Libero Gymnastics Team A	20	20	20	16	76
5 A.Dil.Pol. Casellina	16	8	16	20	60
6 CuneoGinnastica	10	16	10	18	54
7 A.S.Dil. Renato Serra Ginnastica	18	6	14	10	48
8 S.S.Dil. Ginnastica Ardoor Coop. Soc.	8	14	18	8	48
9 A.G.S. Dil. Eur	6	12	8	16	42
10 A.G. Biancoverde Soc. Sp. Dil.	12	12	6	12	42

La Gal Lissone e la Virtus Pasqualetti Macerata sul podio tricolore di Firenze (foto F. Calabrò)



La Ricetta di Betta

Ravioli

ricotta spinaci freschi ed erbe con salmone e zucchine

foto F. Tomasi

4 persone	
	Ravioli ricotta e spinaci freschi ed erbe di Giovanni Rana
250 g	Tortellini di carne di Giovanni Rana
200 g	tonno
150 g	maionese
10 g	salsa Worcester
50 g	capperi sott'aceto
2	cucchiai di vino bianco
	pepe
20 g	burro
	brodo (all'occorrenza)
2	zucchine piccole
20 g	burro
30 g	salmone affumicato
	sale e pepe
	pepe rosa



Tempo di cottura: 15'

Difficoltà



Come prepararli:

- Tagliate le zucchine a julienne e fatele saltare in una padella con il burro.
- Nel frattempo tagliate il salmone e aggiungetelo alle zucchine.
- Cucinate il tutto per 1 minuto dopo aver aggiunto un po' di sale e pepe.
- Cuocete i Ravioli di Giovanni Rana e conditeli con la salsa.
- Aggiungete a piacere alcune bacche di pepe rosa.



Franciacorta Rosè Millesimato DOCG

(pagina a scopo illustrativo)

Sul bel Danubio...

Azzurro



di Cecilia Festa

“Sono il factotum della città”, le azzurrine della Squadretta juniores. Briose, allegre e frizzanti come la celebre cavatina di Figaro, sulla quale è montato l’esercizio con i 5 cerchi. “Brave, bravissime, in verità”, canta il baritono nella seconda scena del primo atto del Barbiere di Siviglia e adesso - grazie al Nuovo Codice dei Punteggi che consente l’uso delle parole - anche nella composizione dell’Italbaby di Ginnastica Ritmica. D’altra parte la sede scelta dall’UEG per disputare la 29ª edizione dei Campionati d’Europa è una delle capitali mondiali della Musica Classica. Le migliori ginnaste del vecchio Continente si sono, infatti, ritrovate a Vienna, non al Teatro dell’Opera di Stato bensì nella sontuosa Wiener Stadthalle, un’arena da 16 mila posti a sedere. E la tradizione lirica italiana non ha certo nulla da invidiare ai grandi compositori germanici. In casa del re del Valzer, Johann Strauss figlio, Martina Centofanti (Polimnia Ritmica Romana), Letizia Cicconcelli (S.G. Fabriano), Cecilia Meriggiola (S.G. Fabriano), Aurora Peluzzi (F. Petrarca 1877 Arezzo), Maria Vilucchi (F. Petrarca 1877) e Giulia Muscolino (la riserva della Gymnica ’96 in grado di interpretare il ruolo di tutte le altre) hanno incantato le giurie, trasformando il bel Danubio blu, in un fiume di applausi azzurri.



5 cerchi come quelli Olimpici



La squadretta italiana Junior in pedana agli Europei di Vienna
(foto E. Della Valle)



Gli stessi cinque che accompagnarono le Farfalle di Emanuela Maccarani alla conquista dei primi due titoli iridati dello scorso quadriennio, nel 2009 a Miè e nel 2010 a Mosca. Il gruppo junior, dopo l'esordio a Torino, nel bilaterale con la Svizzera del 27 marzo, aveva ottenuto la quinta posizione nella specialità del Trofeo Città di Pesaro, manifestazione abbinata alla tappa italiana delle World Cup Series 2013. La città di Gioacchino Rossini, compositore del Barbiere di Siviglia e orgoglio marchigiano. E proprio nelle Marche nasce il progetto delle nostre piccole Libellule. Tocca alla Ginnastica Fabriano del Presidente Angela Piccoli raccogliere il testimone dell'Armonia d'Abruzzo, la società che affrontò la spedizione di Minsk 2011, chiudendo al 6° posto nell'All-around e al 7° nella final eight con le 5 funi. Per Carmen Crescenzi e compagne fu un'esperienza molto formativa, un passaggio fondamentale della loro carriera. È stato lo stesso, Oltralpe, per le colleghe allenate da Kristina Ghiurova. Un mix del Centro Italia, assemblato al termine della scorsa Serie A. L'esperimento della "mini" Accademia è durato 4 mesi, con le ginnaste di Arezzo, Roma e Forlì che si sono trasferite a Fabriano, completandovi l'anno scolastico. A fine gennaio la valutazione federale portò ad un cambiamento della routine da 2 minuti e 29, che sarà quindi pronta soltanto il 26 febbraio. Da quel momento fino al 28 maggio, giorno della partenza per l'Austria, le ragazze si sono allenate per 8 ore al giorno, tre volte a settimana, e per 5 ore e mezza le altre tre (in modo da poter studiare, in particolare la Cicconcelli e la Vilucchi impegnate con gli esami di III Media). In un ping pong tra l'impianto fabrianese, al mattino, e quello di Cerreto D'Esi nel pomeriggio. *"Il lavoro è stato senza dubbio concentratissimo – ci ha raccontato la Ghiurova, campionessa del Mondo con la Fune ai Campionati di Londra del 1979 - In poco tempo abbiamo dovuto dare il massimo, facendo tutto quello che era nelle nostre possibilità. Le ginnaste lo hanno capito subito e si sono impegnate molto, offrendo la loro piena collaborazione e dimostrando, malgrado la giovane età (classe 98-99, ndr.), una grande serietà e professionalità. Inoltre, bisogna riconoscere loro il sacrificio di vivere così a lungo lontano da casa. Sono felice anche perché si è creato un bel gruppo. Spesso trascorrevano il tempo libero insieme, anche fuori dalla pedana. È stata un'esperienza unica, un meraviglioso punto di partenza per la loro carriera. Sono pienamente soddisfatta del risultato ottenuto".*

Italbaby 6 unica

A Vienna la Centofanti e compagne sono riuscite nella difficile impresa di entrare nella finale di specialità, tra i migliori otto gruppi d'Europa, confermando nel Concorso Generale la sesta piazza pesarese. Erano addirittura 24 le compagini al nastro di partenza, una in più rispetto alla rassegna bielorusa. Ebbene, la piccola Italia, con due prove pressoché perfette da 15.750 e 15.641, ha raggiunto l'ammirevole totale di 31.391, staccando il biglietto per la sfida conclusiva della domenica. *"È la giusta ricompensa per i sacrifici di questi mesi e per il programma svolto fino a qui"* – ha aggiunto la Direttrice Tecnica Nazionale, la prof. Marina Piazza - *"E' fondamentale che le atlete facciano tesoro di questa trasferta per mirare a nuovi e più ambiziosi traguardi. Il piazzamento viennese in un contesto di altissimo livello e dai ritmi decisamente serrati giunge a conferma dell'ormai collaudata ed apprezzata impostazione delle società italiane sull'esecuzione d'Insieme. Le Farfalle della squadra maggiore, con i loro successi, nel corso degli anni, hanno tracciato la strada e, al tempo stesso, hanno fatto da traino e da modello in questa specialità della Ginnastica Ritmica"*. Per la cronaca il titolo europeo di categoria è andato alla Russia, in vetta con punti 33.916. Berkutova, Pirogova, Dubova, Ilina, Skomorokh e Safonova, si lasciano alle spalle Bielorussia (32.700) e Bulgaria (32.532), mentre nella Specialità (la terza prova in tre giorni, sempre con i cerchi), staccano la sorpresa Azerbaijan e le under 15 bielorusse. Ad appena un punto e 284 millesimi di scarto troviamo le Libellule nostrane (distanza che è rimasta costante per tutto il Torneo). *"Ci tengo molto a ringraziare la prof.ssa Piazza e il Presidente della Federazione Riccardo Agabio – continua la Ghiurova – per la fiducia che ci hanno prestato, Emanuela Maccarani, i cui consigli sono stati preziosi e decisivi, e, non ultimo, lo staff di Fabriano. A cominciare da mia figlia, Julieta Cantaluppi, che ha creato l'esercizio ed ha aiutato le ragazze a stabilizzarlo, fino alla coreografa, Silvy Tsvetkova. Ma il merito è di tutta la società, anche di chi ha curato l'aspetto meramente logistico-organizzativo, occupandosi dei trasferimenti, dell'attività di tutoraggio, dei cambi scolastici e via dicendo"*.



Le azzurrine sul podio di Torino (foto CDG)



L. Cicconcelli (foto CDG)



C. Meriggiola (foto CDG)



M. Vilucchi (foto CDG)

La Torcida italiana a Vienna (foto E. Della Valle)





Martina Centofanti - Roma 14/5/48

"Ho iniziato con la danza ma mi annoiavo. La Ritmica è più divertente e aiuta a formare il carattere"



Cecilia Merigiola - Fabriano 8/7/48

"Ero iscritta a Pallavolo e andavo a spiare i Corsi di Ginnastica. Poi, tra un set e l'altro, imitavo alcuni movimenti sottorete"



Aurora Peluzzi - Arezzo 4/8/48

"Mi piace tanto la Kudryartseva, veloce e leggera, con grandi doti di maneggio. Gli aretzi sono la cosa più bella di questa disciplina"



Maria Vilacchi - Arezzo 6/5/44

"Non dimenticherò mai l'abbraccio sul divanetto del Kiss & Cry. Ringrazio Anna, la mia migliore amica che a sei anni mi trascinò in palestra"



Giulia Muscolino - Cesena 31/1/48

"Vorrei contribuire a far conoscere di più la Ritmica. A Forlì la chiamano Danza Artistica. Che bello il Prater, anche sotto la pioggia"



Letizia Cicconcelli - Fabriano 7/10/44

"A Vienna ho preso l'aereo per la prima volta, nessuna paura grazie alle mie compagne! Come in pedana quando mi chiudono tra i cerchi"

La scuola di Desio

L'Europeo viennese era riservato alle individualiste senior e ai Gruppi Juniores. Niente Farfalle, dunque, che rivedremo in azione in Coppa del Mondo a San Pietroburgo, dopo ferragosto, e ai Mondiali di Kiev, i primi di settembre. Tuttavia il fascino delle tre volte iridate non poteva non contagiare la rassegna continentale e probabilmente la nostra squadretta ha rinfocolato la considerazione che gode il nostro Paese tra le giudici straniere. *"Era fondamentale esserci – ci spiega la Maccarani, l'unica ad aver vinto una medaglia alla guida dell'Insieme giovanile (il bronzo di Asker, in Norvegia, nel 1996, con le 6 palle) – per confermare l'immagine di forza di cui gode in questo momento l'Italia e la nostra scuola di gruppo. Nonostante si sia partiti con notevole ritardo, ho apprezzato molto l'affidabilità tecnica delle ginnaste. Hanno offerto tre prestazioni di qualità, andando in crescendo, proprio come un'opera rossiniana. Certo per ambire al podio dovremmo andare oltre l'impegno societario, creando un centro collegiale permanente anche per le juniores".*



Veronica Bertolini
(foto E. Della Valle)



Il tocco della Campionessa

Julietta Cantaluppi, aviaria dell'Aeronautica Militare con, alle spalle, un 16° posto olimpico, un oro ai Giochi del Mediterraneo e sette titoli assoluti. Collaborando all'assemblaggio è stato il deus ex machina del piccolo gruppo. Pur non essendo di fatto un'allenatrice, l'esperienza della 28enne di Fabriano ha fatto da volano all'impresa delle azzurrine. *"Siamo partite da un programma che abbiamo dovuto stravolgere per dare seguito alle indicazioni della Maccarani, della Piazza e di Daniela Delle Chiaie – ci svela Julie - Lì, io per prima, ho compreso la differenza tra un esercizio di livello nazionale e ciò che occorre ad un Europeo. Alla fine è uscito fuori qualcosa di molto riconoscibile, tipico della tradizione italiana. Le ginnaste hanno mostrato carattere, accettando di portare sulle loro esili spalle il peso di una scuola tanto ammirata all'estero. Mi piacerebbe, un giorno, quando lascerò l'attività, dedicarmi alla creazione delle composizioni di squadra. E' più complesso trovare una logica in un esercizio collettivo e a me le cose difficili, le sfide, mi sono sempre piaciute".*



La delegazione italiana - composta dalle tecniche Germana Germani, Elena Aliprandi, Kristina Ghiurova e Silvy Tsvetkova, dalla prof.ssa Marina Piazza (presente in Giuria per la squadra), dal giudice delle individualiste Isabella Zunino Reggio, dal medico Claudio Briganti e dal Capo Delegazione Grazia Ciarlito - torna, dunque, alla base con un dignitoso riscontro. *“Oltre alle piccole – ha evidenziato il Consigliere Federale – le individualiste senior sono riuscite nel difficile compito di riportare l'Italia nel gruppo A. Abbiamo inaugurato il nuovo quadriennio nel migliore dei modi!”*. I risultati di questo primo importante test post olimpico (il primo grosso appuntamento internazionale con il nuovo Codice) sono apparsi incoraggianti. Certo l'innno di Aleksandr Vasil'ev Aleksandrov è stato, come al solito, il light Motiv della manifestazione. Daria Svatkovskaya, Yana Kudryavtseva, Margarita Mamun non hanno lasciato che le briciole alle rivali. Grazie al 64.081 di Federica Febbo (18^a posizione individuale) ed il 62.866 di Veronica Bertolini (21^a) la FGI è riuscita a posizionarsi 9^a nel ranking europeo, con il totale di 126.947, guadagnandosi la promozione). *“Purtroppo Federica – ha chiosato la DTN - a causa di un errore alle clavette, non è rientrata nelle qualifiche della prossima edizione, che tenevano conto dei migliori tre punteggi. Così come accadde per l'Europeo di Torino nel 2008, (dove Cantaluppi poi partecipò in quanto ginnasta del Paese ospitante, ndr.) nel All-around di Baku 2014 non avremo, quindi, l'individualista italiana. Veronica ha fatto un eccellente esordio, comprovando i suoi costanti progressi e ricevendo molti apprezzamenti dagli addetti ai lavori”*.

Sopra Centofanti e compagne con uno splendido body rosso fuoco al termine della loro gara; sotto la Delegazione italiana di Ginnastica Ritmica guidata dal Consigliere federale Avv. Grazia Ciarlito (foto E. Della Valle)



VIENNA

Junior e Senior

29° Campionato Europeo di Ginnastica Ritmica



Concorso Generale Gruppi Junior

Nazione	5	TOT
1 Russia		33.916
2 Bielorussia		32.700
3 Bulgaria		32.532
4 Azerbaijan		31.991
5 Israele		31.950
6 Italia		31.391
7 Svizzera		31.266
8 Ucraina		30.891
9 Repubblica Ceca		30.300
10 Ungheria		30.166
11 Estonia		30.150
12 Germania		29.366
13 Lettonia		29.333
14 Finlandia		28.774
15 Francia		28.669
16 Spagna		28.607
17 Austria		28.233
18 Serbia		28.083
19 Turchia		27.516
20 Slovacchia		26.633
21 Lituania		26.229
22 Norvegia		25.466
23 Polonia		25.232
24 Romania		22.491

Concorso Generale Senior per Nazioni

Nazione					TOT
1 Russia					147.114
2 Ucraina					141.573
3 Bielorussia					138.115
4 Azerbaijan					137.347
5 Israele					136.531
6 Bulgaria					136.398
7 Austria					133.563
8 Spagna					130.640
9 Italia					126.947
10 Finlandia					125.630
11 Repubblica Ceca					123.714
12 Estonia					123.247
13 Ungheria					122.339
14 Georgia					122.272
15 Grecia					121.340
16 Moldavia					120.914
17 Francia					120.373
18 Lettonia					120.273
19 Polonia					120.180
20 Slovenia					117.225
21 Romania					115.638

Finale di Specialità Gruppi Junior

Nazione	5	TOT
1 Russia		17.150
2 Azerbaijan		16.550
3 Bielorussia		16.325
4 Israele		16.233
5 Bulgaria		16.033
6 Italia		15.866
7 Ucraina		15.766
8 Svizzera		15.750



foto C. Festa



Federica Febbo (foto E. Della Valle)

Finali di Specialità Individualiste Senior

Ginnasta		TOT
1 Daria Svatkovskaya	RUS	18.600
2 Margarita Mamun	RUS	18.566
3 Melitina Staniouta	BLR	18.250
4 Silviya Miteva	BUL	17.733
5 Marina Durunda	AZE	17.650
6 Neta Rivkin	ISR	17.566
7 Viktoriia Mazur	UKR	17.491
8 Ganna Rizatdinova	UKR	17.033

Ginnasta		TOT
1 Yana Kudryavtseva	RUS	19.000
2 Margarita Manun	RUS	18.633
3 Silviya Miteva	BUL	18.150
4 Ganna Rizatdinova	UKR	18.033
5 Marina Durunda	AZE	17.700
6 Melitina Staniouta	BLR	17.283
7 Neta Rivkin	ISR	17.183
8 Alina Maksymenko	UKR	16.833



Ginnasta		TOT
1 Yana Kudryavtseva	RUS	18.783
2 Margarita Manun	RUS	18.650
3 Melitina Staniouta	BLR	18.116
4 Silviya Miteva	BUL	18.016
5 Alina Maksymenko	UKR	17.900
6 Ganna Rizatdinova	UKR	17.716
7 Lala Yusifova	AZE	17.350
8 Caroline Weber	AUT	17.233

Ginnasta		TOT
1 Marganira Manun	RUS	18.800
2 Ganna Rizatdinova	UKR	18.183
3 Silviya Miteva	BUL	18.100
4 Yana Kudryavtsveva	RUS	17.983
5 Marina Durunda	AZE	17.766
6 Alina Maksymenko	UKR	17.533
7 Melitina Staniouta	BLR	17.441
8 Varvara Filiou	GRE	16.525

CATCH THE FIRE
GET THE RHYTHM



Veronica Bertolini (foto E. Della Valle)

Coppa del Mondo

Pesaro 2013

Finali di Specialità Squadre Senior

Nazione	10	TOT
1 Italia	17.183	
2 Ucraina	17.050	
3 Bulgaria	16.833	
4 Bielorussia	16.700	
5 Francia	16.583	
6 Svizzera	16.400	
7 Germania	16.350	
8 Finlandia	15.567	

Nazione	3	2	TOT
1 Italia	17.833		
2 Bulgaria	17.367		
3 Bielorussia	17.200		
4 Svizzera	16.317		
5 Germania	15.717		
6 Azerbaijan	15.600		
7 Francia	15.433		
8 Ucraina	14.917		

Finale All-around Individualiste Senior

Ginnasta						TOT	
1	Melitina Staniouta	BLR	17.850	18.050	16.933	17.683	70.516
2	Maria Titova	RUS	17.750	17.917	17.633	17.150	70.450
3	Daria Svatkovskaya	RUS	18.067	17.783	17.950	16.250	70.050
4	Neta Rivkin	ISR	17.317	17.567	17.550	17.450	69.884
5	Katsiaryna Halkina	BLR	17.467	17.567	17.300	17.233	69.567
6	Ganna Rizatdinova	UKR	17.750	17.850	16.933	17.017	69.550
7	Marina Durunda	AZE	17.283	17.533	17.183	17.350	69.349
8	Alina Maksymenko	UKR	17.517	15.900	17.267	17.517	68.201
9	Yeon Jae Son	KOR	16.650	17.600	16.217	17.233	67.700
10	Varvara Filiou	GRE	16.717	17.233	16.567	16.900	67.417
.....							
20	Federica Febbo	ITA	16.100	16.150	15.633	15.783	63.666
.....							
24	Veronica Bertolini	ITA	14.717	16.667	15.100	16.533	63.017

Finali di Specialità Individualiste Senior

Ginnasta		TOT	Ginnasta		TOT
1 Daria Svatkovskaya	RUS	17.850	1 Melitina Staniouta	BLR	17.967
2 Melitina Staniouta	BLR	18.017	2 Daria Svatkovskaya	RUS	17.933
3 Ganna Rizatdinova	UKR	17.817	3 Ganna Rizatdinova	UKR	17.800
4 Neta Rivkin	ISR	17.750	4 Maria Titova	RUS	17.767
5 Katsiaryna Halkina	BLR	17.583	5 Yeon Jae Son	KOR	17.067
6 Alina Maksymenko	UKR	17.467	6 Katsiaryna Halkina	BLR	17.000
7 Maria Titova	RUS	17.183	7 Marina Durunda	AZE	16.333
8 Marina Durunda	AZE	16.950	8 Neta Rivkin	ISR	15.967
Ginnasta		TOT	Ginnasta		TOT
1 Melitina Staniouta	BLR	17.783	1 Melitina Staniouta	BLR	17.850
2 Maria Titova	RUS	17.750	2 Yeon Jae Son	KOR	17.483
3 Neta Rivkin	ISR	17.667	3 Ganna Rizatdinova	UKR	17.417
4 Alina Maksymenko	UKR	17.600	4 Alina Maksymenko	UKR	17.400
5 Ganna Rizatdinova	UKR	17.517	5 Marina Durunda	AZE	17.350
6 Katsiaryna Halkina	BLR	17.233	6 Neta Rivkin	ISR	17.167
7 Daria Svatkovskaya	RUS	16.667	7 Katsiaryna Halkina	BLR	16.400
8 Marina Durunda	AZE	16.467	8 Maria Titova	RUS	15.833
			9 Federica Febbo	ITA	15.650



Federica Febbo
(foto F. Barilaro)



Veronica Bertolini (foto F. Barilaro)

Adriatic Arena



Finale All-around Squadre Senior

Nazione	10	3	2	TOT
1 Italia	17.250	17.800		35.050
2 Bulgaria	16.767	17.233		34.000
3 Ucraina	16.300	16.800		33.100
4 Francia	15.783	16.233		32.016
5 Svizzera	15.900	16.067		31.967
6 Azerbaijan	15.150	16.300		31.450
7 Germania	15.200	15.950		31.150
8 Finlandia	15.867	15.083		30.950
9 Bielorussia	15.767	15.117		30.884
10 Stati Uniti	14.733	14.717		29.450
11 Portogallo	14.700	13.733		28.433
12 Giappone	13.933	12.683		26.616
13 Uzbekistan	10.900	14.783		25.683



Trofeo Città di Pesaro



Finale Specialità Squadre Junior

Nazione	5	TOT
1 Bulgaria	16.217	
2 Russia	15.983	
3 Azerbaijan	15.967	
4 Bielorussia	15.833	
5 Italia	15.650	
6 Ungheria	15.567	
7 Israele	15.400	
8 Estonia	14.867	

Finale All-around Individualiste Senior

Ginnasta					TOT
1 Yana Kudryatseva RUS	17.800	17.900	17.900	17.700	71.300
2 Viktoria Mazur UKR	17.100	17.750	17.100	16.250	68.200
3 Jelizaveta Gamalejeva LAT	16.450	16.550	16.150	16.650	65.800
4 Alona Koshevatskiy ISR	16.300	15.600	16.750	16.850	65.500
5 Julieta Cantaluppi ITA	14.800	15.900	16.450	16.150	63.300
6 Liana Tsebadze GEO	14.950	16.550	15.500	16.000	63.000
7 Carmel Kaliema EST	15.750	15.450	15.950	15.450	62.600
8 Maria Kadobina BLR	15.000	15.500	16.400	14.600	61.500
9 Neviana Vladinova BUL	15.350	13.800	16.000	15.700	60.850
10 Giulia Pala ITA	13.550	14.700	15.150	15.750	59.150
11 Lina Linna FIN	15.500	15.200	14.700	13.550	58.950
12 Anna Afuxenidi KAZ	11.800	14.600	15.250	15.200	56.850
13 Elena Milenkovic CRO	14.600	13.400	14.650	13.800	56.450
14 Aziza Mamadjanova UZB	13.200	14.300	15.000	13.650	56.150
15 Pantelisa Theodoulou CYP	13.350	14.000	14.800	13.650	55.800
16 Fatin Z. Jalany MAS	13.650	13.550	14.450	13.200	54.850
17 Ksenya Judeikin CAN	11.350	13700	14.100	13.850	53.000
18 Cassandra Pettersson SWE	10.500	14.800	13.600	13.000	51.900
19 Martine Ege Vangsøl NOR	11.900	11.300	12.350	11.750	47.300
20 Ashleigh O'Neill NZL	11.900	11.300	12.350	11.750	47.300
21 Giulia Di Lorenzo SMR	9.750	-	12.450	-	22.200

Martina Centofanti (foto F. Barilaro)



Julieta Cantaluppi e Kristina Ghiurova (foto F. Barilaro)





Le finaliste dei Campionati Assoluti 2013 (foto D. Ciaralli)

AREZZO

Ginnastica Ritmica

Campionato Nazionale Assoluto

Centro Fiere e Congressi - (8-9 giugno 2013)

Concorso Generale

Ginnasta						TOT
1 Veronica Bertolini	Ginn. San Giorgio '79	17.050	16.500	16.150	15.900	65.600
2 Federica Febbo	Armonia d'Abruzzo	15.950	15.700	16.700	16.500	64.850
3 Julieta Cantaluppi	C.S. Aeronautica M.	16.500	16.300	15.750	15.200	63.750
4 Giulia Di Luca	Ginn. San Giorgio '79	16.250	14.650	15.900	16.150	62.950
5 Sofia Lodi	Brixia	16.300	15.300	14.800	14.850	61.250
6 Alessia Russo	Armonia d'Abruzzo	16.100	13.350	15.750	15.350	60.550
7 Giulia Pala	Ginn. San Giorgio '79	14.400	14.500	15.650	13.450	58.000
8 Alessia Maurelli	Ginn. Estense Putinati	14.150	12.900	14.600	14.200	55.850

Finali di Specialità

Ginnasta		TOT
1 Carmen Crescenzi	Armonia D'Abruzzo	17.550
2 Julieta Cantaluppi	C.S. Aeronautica M.	17.400
3 Sofia Lodi	Brixia	16.400
4 Veronica Bertolini	Ginn. San Giorgio '79	15.400
5 Alessia Russo	Armonia D'Abruzzo	15.050
6 Giulia Di Luca	Ginn. San Giorgio '79	14.500

Ginnasta		TOT
1 Julieta Cantaluppi	C.S. Aeronautica M.	16.800
2 Veronica Bertolini	Ginn. San Giorgio '79	16.400
3 Sofia Lodi	Brixia	16.300
4 Giulia Di Luca	Ginn. San Giorgio '79	16.150
5 Giulia Pala	Ginn. San Giorgio '79	15.000
6 Stefania Bigi	Terranuova	14.400

Ginnasta		TOT
1 Carmen Crescenzi	Armonia D'Abruzzo	17.350
2 Martina Centofanti	Ritmica Romana	17.150
3 Veronica Bertolini	Ginn. San Giorgio '79	16.450
4 Julieta Cantaluppi	C.S. Aeronautica M.	16.150
5 Giulia Di Luca	Ginn. San Giorgio '79	16.000
6 Alessia Russo	Armonia D'Abruzzo	14.500

Ginnasta		TOT
1 Carmen Crescenzi	Armonia D'Abruzzo	16.600
2 Alessia Russo	Armonia D'Abruzzo	16.300
3 Giulia Di Luca	Ginn. San Giorgio '79	15.850
4 Julieta Cantaluppi	C.S. Aeronautica M.	15.650
5 Greta Merlo	Ginnastica Virtus	15.550
6 Veronica Bertolini	Ginn. San Giorgio '79	15.150



Le 3 reginette di Arezzo: Veronica Bertolini, Julieta Cantaluppi e Carmen Crescenzi (foto D. Ciaralli)

Finali Campionato Nazionale d'Insieme - Giovanile e Open

Società	5	TOT	Società	3	2	TOT
1 Ginnastica Virtus	15.250		1 La Fenice	14.450		
2 Aurora Fano	14.400		2 Lazio Ginn. Flaminio	13.700		
3 Etruria A.S.D.	14.150		3 Estense Putinati	13.700		
4 La Coccinella	13.950		4 Fabriano Cerreto	13.400		
5 A.S. Udinese	13.250		5 Pol. Pontevecchio	12.700		
6 Gimnall	13.200		6 Raffaello Motto	12.300		
7 Terranuova	12.600		7 Fabriano A.S.D.	11.700		
8 Pol. Pontevecchio	12.250		8 Armonia D'Abruzzo	11.700		



Trofeo Andreina Sacco Goffa

Ginnasta					Società	3	2	TOT
1 Julieta Cantaluppi	-	17.050	-	-	Fabriano A.S.D.	11.700		28.750
2 Eleonora Nobili	13.850	-	-	-	La Fenice	14.450		28.300
3 Marika Burratti	-	-	14.750	-	Fabriano Cerreto	13.400		28.150
4 Carmen Crescenzi	-	-	16.100	-	Armonia D'Abruzzo	11.700		27.800
5 Martina Santandrea	12.150	-	-	-	Estense Putinati	13.700		25.850
6 Letizia Berti	-	-	13.500	-	Raffaello Motto	12.300		25.800
7 Ilaria Maggiore	-	-	-	10.900	Pol. Pontevecchio	12.700		23.600



La Ginnastica Virtus di Gallarate (foto D. Ciaralli)



La Fenice di Spoleto (foto D. Ciaralli)

Criterium Giovanile

Allieve 1ª Fascia

Ginnasta				TOT
1 Talisa Torretti	Fabriano A.S.D.	13.500	11.250	24.750
2 Giulia Fattorini	Fabriano A.S.D.	13.400	11.050	24.450
3 Annapaola Cantatore	A.S.D. Iris	12.450	9.900	22.350

Allieve 2ª Fascia

Ginnasta				TOT
1 Alexandra Agiurgiucolese	A.S. Udinese	12.000	13.750	25.750
2 Daniela Mogorean	Fabriano A.S.D.	13.200	12.350	25.550
3 Sofia Bevilacqua	Aurora Fano	13.100	11.550	24.650

Junior 1ª Fascia

Ginnasta				TOT
1 Sara Branciamore	Brixia	12.850	13.800	26.650
2 Valeria Pysmenna	Armonia D'Abruzzo	11.200	13.000	24.200
3 Valeria Pomponi	Ginn. Flaminio	11.450	11.800	23.250
4 Letizia Alberti	Eurogymnica	10.350	11.750	22.100
5 Elettra Gastreghini	Aurora Fano	9.600	12.000	21.600
6 Carla D'Angelo	Fitness Time	9.400	11.000	20.400



Julieta Cantaluppi (foto D. Ciaralli)



Ciao Francesca,
grazie, sei molto gentile e mi fa tanto piacere!!!
Capisco perfettamente le tue parole, ci sono passato tante volte in situazioni di sconforto legate a un infortunio oppure ad una gara non andata bene, ti posso dire, come sto dicendo da due mesi ai ragazzini della mia Società, la Pro Carate Brianza, che da un errore si trae sempre un insegnamento e bisogna semplicemente capire come e da cosa esso e' dipeso. Poi con impegno si cerca di fare del nostro meglio. La passione e' la nostra arma vincente e nei momenti più difficili grazie proprio alla passione dobbiamo trovare le forze per non abbatterci e provare a raggiungere i nostri obiettivi. Ricordati che la vera vittoria non è solo arrivare primi ma è impiegare tutte le nostre energie per arrivare al nostro limite. Ognuno ha il suo e la nostra gioia sarà aver fatto il possibile per avvicinarci il più possibile!!!!
Spero nel mio piccolo di esserti stato di aiuto. Fammi poi sapere!!!!
Grazie ancora e in bocca al lupo.
Ciaoooooooo

Igor

RISPOSTA



La domanda di Francesca è pubblicata
nel n. 1/2013 de Il Ginnasta.

C'È POSTA PER IGOR!

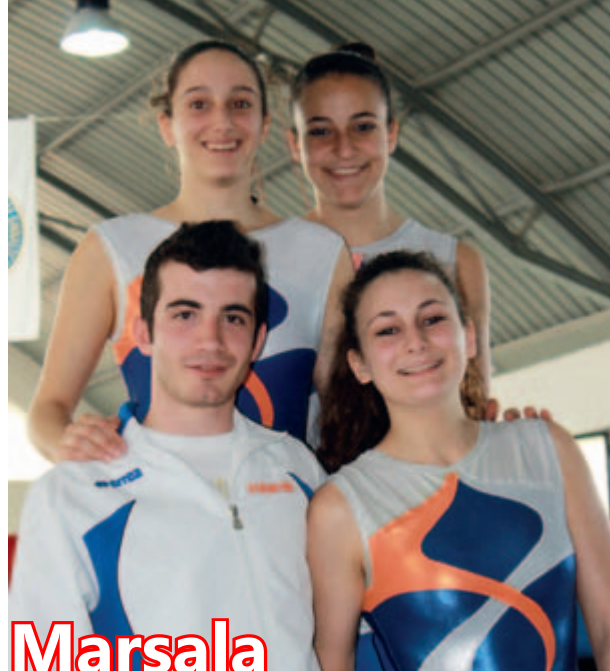


foto G. Prilli

**Scrivi a "C'è' posta per Igor"
al seguente indirizzo:
Federazione Ginnastica d'Italia
Ufficio Stampa
Viale Tiziano 70
00196 Roma
Oppure via email a:
stampa@federginnastica.it**

Classifica Finale

Società	PT Speciali			TOT
	Milano	Castelferretti	Marsala	
1 Milano 2000	25	22	25	72
2 Diavoli Rossi	20	25	22	67
3 Alma J. Fano	22	20	12	54
4 Milano 2000 B	18	18	18	54
5 Reale G. Torino A	16	12	20	48
6 Riviera Fiori A	14	16	16	46
7 Ginn. Brindisi	10	14	8	32
8 Milano 2000 C	8	8	14	30
9 Riviera Fiori B	6	6	10	22
10 Bentegodi Verona	12	-	-	12
11 Riviera Fiori C	4	2	6	12
12 A.G. Chiaravalle	1	10	-	11
13 Reale G. Torino B	2	4	4	10
14 Reale G. Torino C	1	-	-	1



Marsala

Campionato Nazionale T.E.



....Give voice to your passion

PASTORELLI®



FIG OFFICIAL PARTNER

Specialisti in attrezzi, accessori e gadgets
per la ginnastica ritmica



www.pastorellisport.com



Agenda



MALAGO' SALUTA LA FEDERGINNASTICA

In occasione della terza riunione del Consiglio Direttivo Federale FGI, presso la sede di Viale Tiziano 70, a Roma, il Presidente del Comitato Olimpico Nazionale Italiano dr. Giovanni Malagò, accompagnato dal Segretario Generale Roberto Fabbri, ha portato il suo saluto al mondo della Ginnastica: *"In qualità di Presidente del CONI ho gioito e mi sono complimentato con Riccardo Agabio per i successi agli Europei di Artistica dell'inossidabile Matteo Morandi e dei suoi compagni, e per le tre medaglie d'oro nella Coppa del Mondo di Ritmica, a Pesaro. Mi piacerebbe, un giorno, andare a trovare le Farfalle a Desio. Ho letto un articolo sul giornale in cui si diceva che erano tornate. A me sembra che non ci abbiano mai lasciato. Come Presidente del Circolo Canottieri Aniene, invece, vi dico di essere molto orgogliosi della vostra Storia, perché la FederGinnastica e le sue società sono quelle che stanno sempre in testa nelle classifiche di anzianità sportiva, davanti anche ai più antichi circoli canottieri"*. Dopodiché il prof. Agabio ha consegnato al dr. Malagò il distintivo d'oro della Federazione Ginnastica d'Italia ("tra l'altro mi piace molto il vostro logo" ha commentato a margine il Presidente del Coni) e una palla di ritmica della ditta Pastorelli con tutte le firme delle Farfalle azzurre, mentre al dr. Fabbri è stato consegnato un quadro con le tre medaglie mondiali vinte dalla Squadra di Emanuela Maccarani nello scorso quadriennio olimpico.



foto F. Calabrò



CHIMENTI PRESIDENTE CONI SERVIZI, MIGLIETTA A.D. E UVA D.G.

Il Ministero dell'Economia e Finanze, socio, unico, ha nominato - su conforme designazione del CONI - i componenti del Consiglio d'Amministrazione della CONI SERVIZI: Franco Chimenti (Presidente), Giovanna Boda, Vincenzo Iaconianni, Alberto Miglietta e Francesco Parlato. Il CdA a sua volta ha poi indicato Miglietta Amministratore Delegato, con le medesime deleghe del predecessore e Michele Uva Direttore Generale. Nella Riunione della Giunta Nazionale CONI dell'11 giugno, Malagò ha proposto di nominare Vicepresidente vicario, al posto del dimissionario Prof. Chimenti, Giorgio Scarso e vicepresidente Luciano Buonfiglio. La Giunta ha approvato all'unanimità.

LA COMMISSIONE DI GIUSTIZIA DI PRIMO GRADO, letti gli atti del procedimento; sentite le conclusioni del Procuratore Federale e dell'avvocato degli incolpati; ritenuta la responsabilità degli incolpati, nonché l'applicazione delle attenuanti di cui all'art. 21, lett. e) del Regolamento di Giustizia e Disciplina; irroga alla società TIGYM - S.G. VICTORIA OSIMO A.S.D., in persona del legale rappresentante pro tempore, la sanzione dell'ammenda in misura pari a 2.000,00, nonché ai signori LINO PIERGIACOMI e GIORGIO PIERGIACOMI la sanzione dell'ammenda in misura pari a 1.000,00 ciascuno; dispone inoltre la pubblicazione per estratto e per una sola volta della presente sentenza sulla rivista "Il Ginnasta". Segue la condanna alle spese del procedimento.

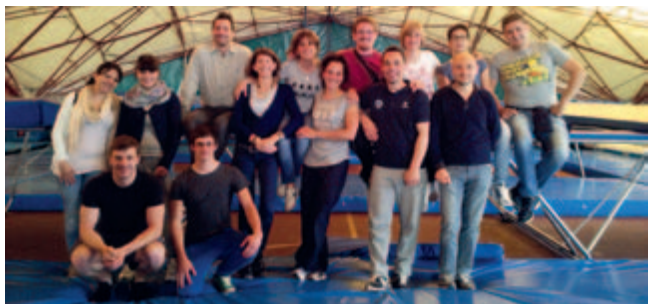


AREZZO - LE NOZZE D'ORO DI PASQUINI CON LO SPORT

Sabato 25 Maggio 2013, presso la Sala dei Grandi del Palazzo della Provincia di Arezzo, si è svolta la Cerimonia di premiazione del Prof. Giuseppe Pasquini: *"Una Vita per lo Sport"*. Sono intervenuti il presidente della Provincia Roberto Vasai, l'Assessore allo Sport di Arezzo Francesco Romizi, il delegato provinciale CONI Prof. Giorgio Cerbai, il Presidente del Panathlon aretino Piero Ferruzzi, il deputato Marco Donati ed il Presidente FGI Riccardo Agabio. La Sala dei Grandi ha ospitato, inoltre, rappresentanti dei Vigili del Fuoco in servizio e dell'Associazione dei VVF in pensione, giovani ginnasti ed ex atleti di pallavolo e sollevamento pesi. Molti i dirigenti di Società sportive locali, familiari e simpatizzanti, che hanno celebrato Pasquini per i 50 anni di carriera come allenatore e dirigente federale.



Nella foto in alto il prof. Agabio inaugura il nuovo centro federale di ginnastica a Ragusa, messo a disposizione da Sasa' Cintolo, con la collaborazione del Presidente del Comitato Sicilia Aurelio Bonfiglio. Il numero uno della Ginnastica italiana ha preso parte anche alla mostra storica e fotografica allestita in occasione dei 112 anni di fondazione della Ginnastica Pro Lissone, all'apertura ufficiale della palestra della Ginnastica Libertas Vercelli e alla premiazione di Miranda Cicognani, portabandiera azzurra ai Giochi di Helsinki del 1952. In occasione dei 25 anni di attività dell'AONI. Sotto i partecipanti al primo corso giudici di Trampolino Elastico del nuovo quadriennio olimpico tenutosi a Milano il secondo week end di maggio.



Noi aderiamo a: **SPORT MODELLO DI VITA**

Perchè lo sport....

...insegna corretti e sani stili di vita

Favorisce l'inclusione e l'integrazione

Aiuta la tutela della salute

Insegna il rispetto del prossimo e delle regole

Favorisce una crescita armonica ed equilibrata

Contribuisce a saper accettare i propri limiti

Aiuta a costruire una società MIGLIORE



www.sportmodellodivita.it

Seguici su



WR.UP[®] SPORT FITS BETTER.



TECNOLOGIA
BREVETTATA
WR.UP[®]
UN NATURALE SOSTEGNO
ALLE TUE FORME



FreddyWear



freddy.sportswear



freddytube



FreddyWear 24/7



Discover the
Video Campaign

shop online

WWW.FREDDY.COM



FREDDY

THE **ART** OF MOVEMENT