

# SPORTCLUB

YOUR LIFESTYLE MAGAZINE

SETTEMBRE 2024 - FOTO FITP



## ELDORADO AZZURRO

L'ITALIA DELLA RACCHETTA CONQUISTA IL TENNIS MONDIALE

N. 203

WWW.SPORTCLUBONLINE.IT



sportclubonline



sportclubonline

# SPEED TRIPLE 1200 RS



FOR THE RIDE

IL RITORNO DI  
UNA LEGGENDA.



ROMA GRA

Acquista La Roadster sportiva definitiva: Scegli Speed Triple 1200 RS, per te un vantaggio esclusivo di € 1000 iva inclusa. Offerta valida fino al 30 settembre 2024.

TRIUMPH ROMA GRA Via Serracapriola,48 - 00133 Roma T. 06 94534080 [info@triumphroma-gra.it](mailto:info@triumphroma-gra.it) [www.triumphroma-gra.it](http://www.triumphroma-gra.it)



## SOMMARIO

6	REGIONE LAZIO	34	PEOPLE	72	PARIGI 2024
8	ROMA CAPITALE	38	CIRCOLI	79	ODONTOIATRIA
10	COVER	44	PADEL CLUB	80	ORTOPEDIA
16	TENNIS	64	SPORT & FINANZA	81	CARDIOLOGIA
22	LIFESTYLE	66	MILLENNIALS	82	FITNESS
26	CUCINA	68	MARKET RESEARCH		
30	CINEMA	70	EVENTI		

Sport Club  
via Morlupo, 51 00191 Roma  
tel. 393.3270.621  
www.sportclubonline.it  
info@sportclubonline.it

Sport Club - Anno XXI - n. 203  
SETTEMBRE 2024  
Reg. trib. di Roma n. 591/2004  
del 30-12-04

Direttore responsabile  
Luigi Capasso  
direttore@sportclubonline.it

Art Director  
Valeria Barbarossa  
redazione@sportclubonline.it

Hanno collaborato  
Valeria Barbarossa, Marcel Vulpis, Elena  
Oddino, Carlo Ferrara, Marco Oddino,  
Gabriele Ferrieri, Travel 365,  
Ufficio Stampa Presidenza Regione Lazio,  
Mr. Padel Paddle, Giacomo Esposito, Ro-  
berto Baldassari, Daniele Maria Guarino.

Pubblicità  
Agenzia Nazionale  
Marketing Xpression  
Via della Giustiniana, 959  
00189 Roma  
Marco Oddino  
m.oddino@mktgx.com  
Tel. 335 6684027

Pubblicità  
Agenzia Locale  
Governale ADV  
di Giuseppe Governale  
Media&Communication  
Via Bernardo Blumestihl 19  
00135 Roma  
Tel. 06.89020451 - Cell.335.8423911  
governale@governaleadv.it

Fotografie  
Luca d'Ambrosio

Stampa  
CIERRE & GRAFICA - Roma  
Finito di stampare nel mese di  
SETTEMBRE 2024

Salvo accordi scritti o contratti di cessione di copyright, la collabo-  
razione a questo periodico è da considerarsi del tutto gratuita e non  
retribuita. In nessun caso si garantisce la restituzione dei materiali  
giunti in redazione.

Sport Club - Free Press Italia  
www.sportclubonline.it



sportclubonline



sportclubonline



@SPORTCLUBonline

**CAFFÈ PORTOFINO**  
GELATERIA ENOTECA BISTROT

*Il luogo giusto  
per ogni occasione.*



Campagna pubblicitaria realizzata da Be Different Magazine per Caffè Portofino | Pk: Andrea Laureani | Model: Mariastella Burchetti



A cura di Francesco Rocca, Presidente della Regione Lazio

# AL VIA LA SESTA EDIZIONE DEL PIGIAMA RUN

## Insieme contro i tumori pediatrici



Insieme al Presidente nazionale della LILT, il Prof. Francesco Schittulli abbiamo presentato l'edizione 2024 del "Pigiama Run", giunta quest'anno alla sua sesta edizione. In tutto il mondo, infatti, il mese di settembre è dedicato al Gold Ribbon ovvero alla sensibilizzazione sui tumori pediatrici. Lo stretto legame che c'è fra la prevenzione e la pratica sportiva, nell'ottica di una sempre maggiore diffusione della prevenzione primaria, è un tassello molto importante della lotta alle neoplasie. Giornate come queste restituiscono il senso del nostro impegno al servizio delle istituzioni e dei più fragili e la bellezza di una politica che può davvero migliorare l'esi-

stente. Soprattutto, quando si parla di bambini, il nostro futuro. Una patologia oncologica, infatti, se per un adulto è un evento drammatico, immaginiamo quanto possa esserlo per un bambino e per i genitori chiamati ad accompagnarlo in un percorso difficile e sfidante. Su questi temi la Regione Lazio è impegnata in un lavoro lungo e complesso, portato avanti in un dialogo costante con le Associazioni di volontariato, in particolar modo con quelle che rappresentano le istanze dei genitori dei pazienti. Abbiamo ricucito un rapporto di fiducia tra il Servizio Sanitario Regionale e chi vive l'angoscia di una patologia oncologica pediatrica. Stiamo costruendo una sanità che sia accanto ai più fragili, offrendo opportunità e riducendo distanze non soltanto geografiche o fisiche, quanto emotive. L'empatia, le capacità relazioni costituiscono una parte significativa della riuscita terapeutica. Negli ultimi 40 anni è decisamente cambiato il tasso di mortalità dei tumori pediatrici, che è in netta diminuzione.

I bambini e i ragazzi tra 0 e 19 anni che muoiono di tumore sono sempre meno: nel 2008 i decessi erano circa un terzo di quelli registrati nei primi anni Settanta, e oggi oltre l'80 per cento dei pazienti guarisce. Inoltre, per quanto riguarda la sopravvivenza a 5 anni dalla diagnosi di cancro pediatrico, senza considerare i tumori cerebrali, in Italia arriva quasi all'85 per cento dei casi, superando la media europea di qualche punto percentuale. Continueremo a lavorare, insieme al vasto mondo del Terzo Settore e della clinica, per non lasciare soli i pazienti e le loro famiglie. Insieme, li accompagneremo verso un percorso terapeutico di vera eccellenza

# Il Tuo Successo è il Nostro Traguardo.

La forza del team Rivolta Immobiliare ti guida verso la vendita della tua casa.

## RIVOLTA

IMMOBILIARE DAL 1956

### Roma Centro

Via di Ripetta 124-125  
Tel. 06.00247520  
romacentro@immobiliarerivolta.com

### Roma Prati

Viale Carso, 11-15/A  
Tel. 06.3701263  
segreteria@immobiliarerivolta.com

### Roma Ponte Milvio - Vigna Clara

Via degli Orti della Farnesina, 110  
Tel. 06.36308330  
rivolta@immobiliarerivolta.com

### Roma Fleming

Via Bartolomeo Gosio, 114-120  
Tel. 06.6871062  
info@immobiliarerivolta.com

### Roma Parioli

Piazza Euclide 37  
Prossima apertura

### Argentario Porto Ercole

Via della Marina, 20 - Porto Ercole (GR)  
Tel. 0564.642953  
argentario@immobiliarerivolta.com

Numero Verde  
**800 600 600**



www.immobiliarerivolta.com

Seguici su   



A cura di Alessandro Onorato  
Assessore ai Grandi Eventi, Sport, Turismo e Moda

# WORLD SKATE 2024

## A ROMA I MONDIALI PIÙ GRANDI DI SEMPRE

Tra Colle Oppio, Pincio e Ostia assegnate 156 medaglie; oltre 12mila tra atleti e staff provenienti da più di 100 Paesi; 400 giornalisti

**R**oma torna Capitale dei grandi eventi sportivi internazionali con i World Skate Games, in programma fino al 22 settembre 2024 in tre tra le più suggestive location che la Città Eterna possa mettere a disposizione: il Pincio nel cuore di Villa Borghese, Colle Oppio di fronte al Colosseo e Ostia con il mare a fare da cornice. Una manifestazione unica, senza precedenti. Dopo le prime tre edizioni - ospitate a Nanchino, Barcellona e Buenos Aires - l'evento cresce ulteriormente e tocca nuovi record. Parliamo dell'unico appuntamento sportivo al mondo che raccoglie in un'unica kermesse 12 campionati del mondo di 12 discipline che, pur svolgendosi tutte su rotelle, sono completamente diverse tra loro. Le medaglie assegnate saranno in tutto 156. Un unico evento globale dedicato a tutti gli sport rotellistici: dallo skate al pattinaggio, passando per lo scootering e il roller freestyle. Sono coinvolte quattro Regioni - Lazio, Abruzzo, Emilia-Romagna, Piemonte - ma è Roma ad avere il ruolo centrale: sarà il fulcro di un evento che coinvolgerà 12 mila persone, tra atleti e staff, provenienti da oltre 100 Paesi, con 400 giornalisti accreditati per una copertura mediatica soprattutto sui social, con 5 milioni di utenti unici previsti sui canali dedicati.

I World Skate Games Italia 2024 sono un vero e proprio festival della gioventù, della sostenibilità e dello sport popolare, visto che le discipline in gara sono molto diffuse tra i giovani e soprattutto sono attività accessibili a tutti, senza barriere economiche. Chiunque,

con una tavola o un paio di pattini, può praticare questi sport in strada e nelle aree attrezzate e a libero accesso. A partire dalla pista di Colle Oppio all'ombra del Colosseo, celebrata anche in prima pagina dal New York Times come "la più bella al mondo". Siamo particolarmente felici che le gare a Roma non si sono svolte solo al centro, tra le bellezze del Pincio, il playground di Colle Oppio e le suggestioni barocche di Piazza di Spagna (dove si è tenuta la cerimonia di inaugurazione), ma anche allo Skate Park di Ostia. Non era facile portare sul Mare di Roma il più grande evento al mondo di sport rotellistici, con un indotto economico stimato di 171 milioni di euro per la nostra città. A Ostia sono arrivati migliaia di atleti, ci saranno i nomi più famosi a livello nazionale e internazionale. Sarà una festa urban giovane e sostenibile, con un'enorme attenzione mediatica soprattutto sulle piattaforme digitali dei più giovani: alle Olimpiadi di Tokyo, quando lo skate debuttò nei Giochi, fu lo sport più seguito sui social fino ad affermarsi come la disciplina olimpica più partecipata e seguita dalla cosiddetta Generazione Z. È stata stata organizzata una preziosa vetrina di promozione turistica per Roma e per Ostia, un territorio splendido che vogliamo e dobbiamo rilanciare in chiave turistica. In estate abbiamo portato il calciomercato di Sky Sport e, a maggio scorso, il passaggio del Giro d'Italia con la carovana rosa e molte iniziative collaterali, come gli spettacoli gratuiti in piazza e a teatro. Il Mare di Roma durante i WSG 2024 sta ospitando le discipline "park" dello skateboarding, dello scootering e del roller freestyle, in un'atmosfera elettrizzante. A Colle Oppio, un simbolo di rigenerazione e riqualificazione urbana, in uno scenario unico, si decreteranno i campionati mondiali delle discipline "street" dello skateboarding, dello scootering e del roller freestyle. Infine, il Pincio accoglie infine le discipline dello skateboarding e del roller freestyle vert, dell'in-line freestyle e dello skate cross e i modernissimi e-sport. Regalando un'esperienza unica in un contesto di straordinaria bellezza e cultura. Il connubio tra sport e contesto urban è sempre più stretto. Lo abbiamo visto alle Olimpiadi di Parigi, con tantissime gare che si sono svolte in città e non in impianti dedicati. E i World Skate Games, la manifestazione più urban in assoluto, è l'emblema di come dovranno essere i grandi eventi sportivi del futuro. Con Roma protagonista assoluta di manifestazioni di caratura internazionale.

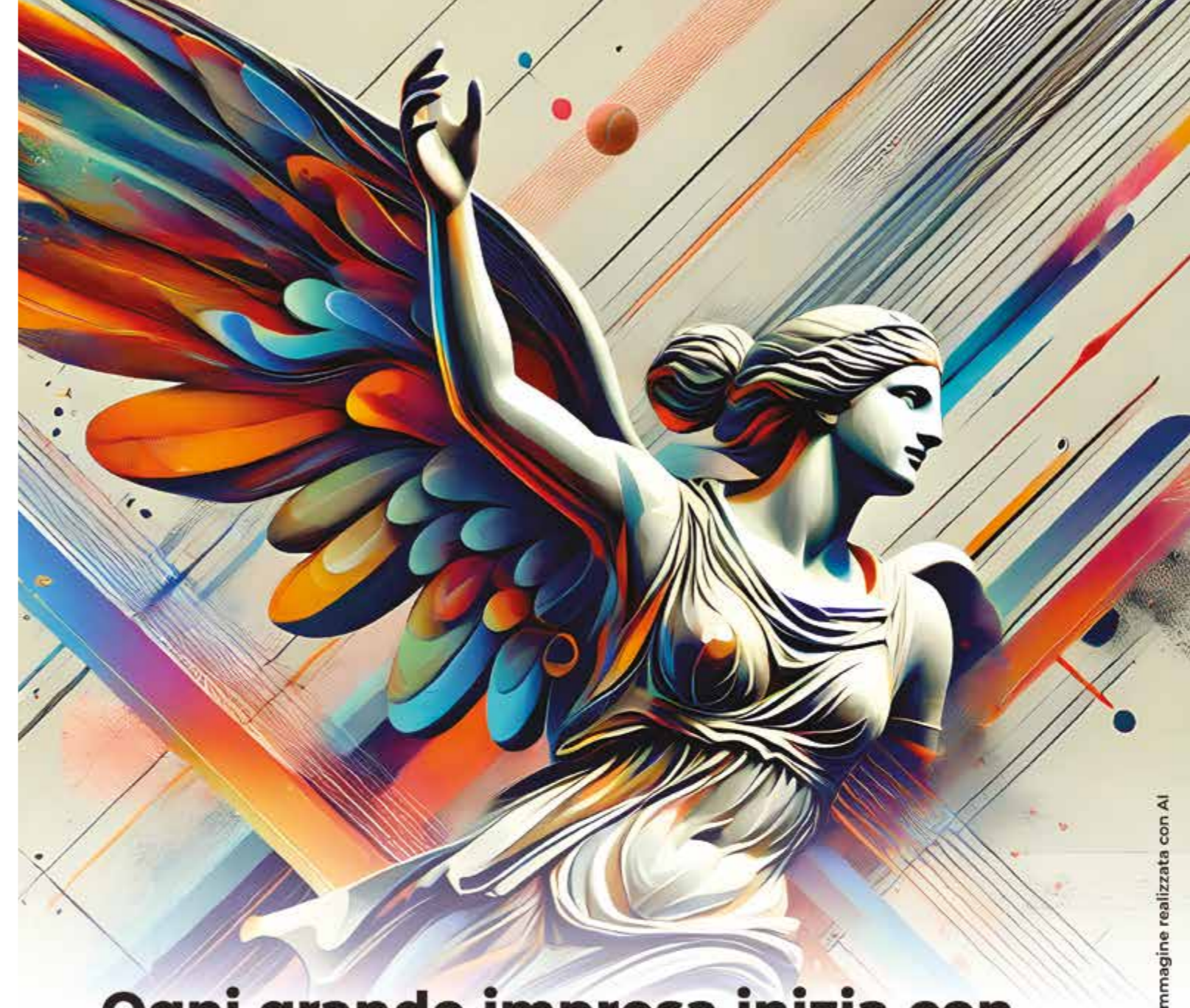


Immagine realizzata con AI

## Ogni grande impresa inizia con una strategia vincente!

Come un'atleta si prepara per vincere con BQuadro le tue idee prendono forma.

Siamo qui per supportare liberi professionisti, piccole aziende e commercianti con strategie di marketing su misura, realizzate con creatività, efficacia e competenza.

- Trasformiamo i tuoi obiettivi in risultati tangibili.
- Potenziamo i tuoi servizi.
- Diamo vita ai tuoi nuovi prodotti.

Preparati a giocare in grande, affiancato da una squadra che lavora per il tuo successo.



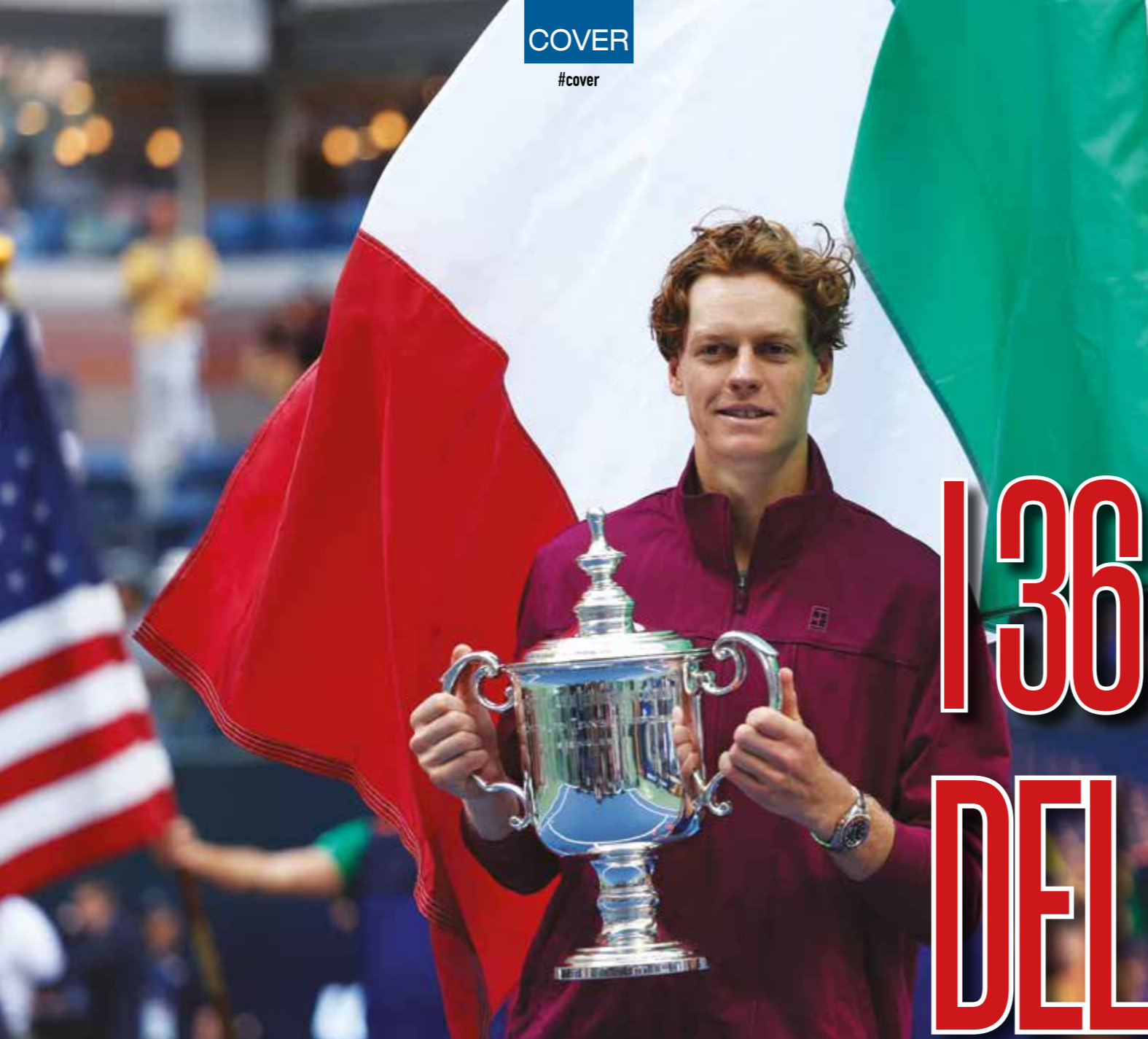
**BQUADRO**  
GROUP

IL TUO PARTNER PER  
UN SUCCESSO DURATURO



Chiama e prenota una consulenza gratuita e inizia a realizzare il tuo successo!

00151 Roma - Via di Monteverde, 244 - Italy  
marketing@bquadrogroup.it  
+39 06 87882266 - Mobile: +39 333 4699571



# 136 GIORNI CHE SCRISSERO LA STORIA DEL TENNIS ITALIANO

Il bronzo di Musetti e l'oro della coppia Errani-Paolini a Parigi 2024 fino ad arrivare nella Grande Mela, con 2 vittorie nei Tornei di Doppio Misto, Vavassori-Errani e nel singolo dove Jannik Sinner è entrato definitivamente nell'olimpo del Tennis. Ed ora occhi puntati a Malaga, dove dal 19 al 24 Novembre, gli Azzurri detentori della Coppa Davis, difenderanno il titolo iridato. Vinto il girone a Bologna per 3 a 0, guidati dai redivivo Matteo Berrettini, i ragazzi di Capitan Volandri sbarcano in Spagna tra i favoriti per la vittoria dell'Insalatiera più famosa al mondo.

di Pietro Corso

**M**a andiamo con ordine. 2 maggio 2011. All'ATP Masters 1000 di Madrid, Flavio Cipolla supera il numero 12 del mondo Andy Roddick in tre ore e tre minuti: è il miglior tennista battuto in carriera a livello di classifica. 23 gennaio 2015. Andreas Seppi compie un'impresa al terzo turno degli Australian Open vincendo una delle partite più belle della sua carriera in quattro set contro Roger Federer. 21 aprile 2019. Fabio Fognini sconfigge Dusan Lajovic all'ATP Masters 1000 di Montecarlo, divenendo il primo italiano della storia a vincere un torneo di questa categoria. Risultati ottimi, soddisfazioni incredibili: ep-

pure, oggi, sembrano quasi sbiaditi di fronte a quello a cui abbiamo assistito negli ultimi due anni. Jannik Sinner ha cambiato le prospettive del tennis italiano, ha stravolto quella che fino a poco tempo prima veniva considerata la 'normalità'. Ha creato, insieme ai suoi connazionali che stanno facendo altrettanto bene, un circolo positivo di stimoli nuovi, grandi ambizioni e risultati unici. Due tornei dello Slam vinti nel 2024, in corrispondenza dell'inizio e della fase conclusiva della stagione: Australian Open e US Open, con in mezzo la conquista della prima posizione del ranking mondiale, un risultato che mai in Italia avevamo avuto la fortuna di testimoniare e raccontare. "È l'inizio di una nuova era,

Foto FITP





quella del tennis italiano”, ha detto il presidente della Federazione Italiana Tennis e Padel Angelo Binaghi, una dichiarazione che fa capire come potremmo essere solo all'inizio di una lunga serie di successi.

## NON SOLO JANNIK: 17 TITOLI AZZURRI NEL 2024

Sinner è oggi la punta di un grande iceberg, che a novembre 2023 ha preso la sua forma definitiva con la conquista di una storica Coppa Davis. L'altoatesino è stato protagonista insieme a Lorenzo Musetti, Matteo Arnaldi, Lorenzo Sonogo, Simone Bolelli e Andrea Vavassori di una vittoria fondamentale perché 'l'insalatiera', di fatto la Coppa del Mondo del tennis, dà misura delle capacità di un Paese. E dall'inizio del 2024 la musica non è cambiata, anzi la tendenza è migliorata ancora. 17 titoli tra singolare, doppio e doppio misto, con Jasmine Paolini che ha toccato nuove vette del tennis femminile vincendo il WTA 1000 di Dubai e raggiungendo due finali Slam, al Roland Garros e a Wimbledon. Poi sono arrivati i successi Olimpici, con il bronzo di Musetti e l'incredibile medaglia d'oro della stessa Paolini e Sara Errani nel doppio. E ancora Sara, in coppia con Andrea Vavassori, vincitori nel misto agli US Open. Numeri da brividi, che posizionano l'Italia tra le potenze mondiali del tennis. Dietro i grandi campioni, molti giovani: passano quasi in secondo pia-



no gli ottimi risultati di Flavio Cobolli, oggi nella Top 40 della classifica mondiale, per non parlare di Luciano Darder e dei tanti ragazzi nati dopo il 2000 che, seppur non ancora in Top 100, hanno grande talento e mostrano voglia di raggiungere i connazionali. Luca Nardi e Mattia Bellucci orbitano già in questa zona di classifica: dietro di loro Francesco Passaro, Matteo Gigante e Giulio Zeppieri. Il presente è vivo più che mai, ma ci sono tutti i presupposti per assistere a numerosi anni entusiasmanti con i ragazzi che arriveranno.

## L'ERA DELL'ITALIA

“Dobbiamo prepararci: siamo entrati in una nuova era. Vi ricordate la Svezia di Borg, la Spagna di Nadal? I numeri dicono che questa sarà l'era dell'Italia. Dobbiamo goderci queste soddisfazioni che stanno arrivando. Il prossimo obiettivo sarà vincere un grande torneo nel nostro Paese”. Le parole di Angelo Binaghi, presidente FITP, riassumono la direzione che il movimento ha preso e che, auspicabilmente, terrà in futuro. Un movimento che è passato dai 129.000 tesserati dei primi anni 2000 fino a superare il milione nel 2024. Numeri secondi soltanto al calcio, totem assoluto in Italia. Dal punto di vista degli amatori e degli agonisti, la Federazione è stata abile nel creare un circuito che includesse tutti e che desse importanza anche alle categorie di aspiranti atleti alle prime armi. Con i professionisti invece, c'è stato un massiccio investimento nello staff tecnico che li accompagna e un corposo budget che ne sovvenziona gran parte delle spese. Una boccata di ossigeno puro in uno sport oggi più accessibile rispetto a prima, ma comunque costosissimo per chi vuole fare il ten-





nista di professione. Quella dell'Italia è una metodologia oramai collaudata e, non a caso, richiesta dalle federazioni degli altri Paesi.

## VINCERE UN SET È COME UN GOL DELLA NAZIONALE

Gli italiani sono un popolo di cuore, si sa. Il punto di inizio del nuovo fuoco azzurro è la finale di Wimbledon del 2021, dove Matteo Berrettini fece sognare tutti portando al quarto set un mostro sacro come Novak Djokovic, prima di cedere sotto i colpi del serbo. Una buona fetta di una rinnovata attenzione verso il tennis italiano la si deve al romano classe 1996, pioniere del movimento fino alla scalata di Sinner. Poi sono saliti Musetti e Arnaldi, incollando gli appassionati al televisore: il toscano grazie al meraviglioso rovescio a una mano, il ligure per grinta e carisma. I dati delle televisioni indicano numeri incredibili, con grande attenzione verso i tornei più importanti. È un pubblico più generalista, certo, ma in un circolo positivo così va anche tenuto il conto di quante persone osservano i campioni; persone, che un giorno potranno convertirsi in potenziali tesserati e magari futuri fanatici del mondo del tennis. Per questo il boato che si sente tra i balconi quando Sinner vince un set suona come quello di un gol della Nazionale agli Europei di calcio. Uno sport diverso, certo, ma la gioia di vedere un azzurro sul tetto del mondo non può che essere la stessa.



# GAME. SET. MATCHES.

## A volte basta poco...

Strategie e soluzioni per una comunicazione vincente

 **Gruppo Matches**  
light up your idea

[www.gruppomatches.com](http://www.gruppomatches.com)



# ITALICA SBARCA A FORTE DEI MARMI

Tennis vintage e il suo mondo fatto di eleganza, stile e gioia di vivere



Il nostro Belpaese, è stata individuata la location ideale per la nuova tappa di Italice con le sue raffinate atmosfere retrò". Come il Forte è un luogo che detta le mode, così Italice è un mix vintage tra sport, buon cibo e gioia di vivere che vuole promuovere un movimento di persone appassionate di tutta la bellezza che gira intorno allo sport, al territorio, alla cultura e alle tradizioni. Uomini e donne vestiti di bianco, con uno stile tutto italiano, hanno provato l'emozione di giocare con le mitiche racchette di un tempo come la Maxima Torneo o la leggendaria Wilson Jack

**D**al 27 al 28 luglio, presso il Circolo Raffaelli Country Club di Forte dei Marmi si è svolto con grande successo il Torneo Italice - Fideuram Private Banker - il primo evento di tennis per appassionati over 40 che amano le atmosfere di una volta. Un perfetto mix di gesti atletici caratterizzati da racchette di legno e palline bianche e l'eleganza delle divise total-white che contraddistinguevano le partite dell'epoca e che oggi vede resistere solo a Wimbledon. L'abbinamento di Italice con il Forte è estremamente significativo e si basa sui valori della vacanza elegante, sofisticata, esclusiva. Un luogo amato da artisti, grandi industriali, nobili, politici che qui hanno costruito le loro ville, che di anno in anno tornano a frequentare le sue spiagge e i suoi locali. "La scelta di Forte dei Marmi non è quindi casuale" afferma il Dott. Andrea Coiro ideatore ed organizzatore del Torneo Italice. "Nella mitica perla della Versilia, che grazie ad un glorioso passato è ancora una delle località super-gla-





Kramer. "Italica - prosegue Coiro - è dunque, una riscoperta dei valori della nostra storia, di quando eravamo ragazzi e le racchette odoravano di cuoio. Un mondo in cui l'eleganza era sovrana, abbiamo infatti previsto un premio per le migliori divise old style per sottolineare lo studio e l'impegno dei partecipanti nella ricerca dello stile retrò dell'abbigliamento". A sorpresa si è deciso di premiare a parimerito ben 4 partecipanti femminili che si sono espresse con un altissimo livello di ricerca estetica dimostrando anche la grande capacità di mettersi in gioco e di sorridere che è un valore fondamentale del Torneo Italica. Gli spettatori e le spettatrici, nelle raffinate atmosfere del Circolo Raffaelli Country Club, hanno riscoperto con piacere il suono ovattato di un colpo piatto, il "pof, pof" che scandiva all'epoca il ritmo di uno scambio. Il tema vintage è stato declinato a 360° come con la scelta della colonna sonora fatta di grandi classici evergreen, la grafica delle locandine che interpretano alla perfezione il gusto dell'epoca ma anche l'esposizione di una mitica Fiat 500 in versione spiaggia con sedili



in vimini e color azzurro mare (del calciatore Giulio Donati assiduo frequentatore del Raffaelli Country Club come anche i suoi colleghi Federico Chiesa, Albertini, Pirlo, Berardi e Maldini a cui si aggiungono altri nomi importanti quali Tronchetti Provera e Briatore). Tra i Vip anche Manuela Moreno nota giornalista del TG2. A completare l'esperienza vintage, Italica ha organizzato anche un'esposizione di memorabilia per offrire ai visitatori la possibilità di ripercorrere l'incredibile storia delle scarpe Stan Smith ma anche delle nostre Superga evergreen. La manifestazione si è conclusa con un aperitivo a bordo piscina con degustazione di vini di Casale del Giglio e Famiglia Cotarella ed anche dei selezionati sigari della Manifatture Sigaro Toscano. Italica continua il suo fantastico viaggio anche grazie ad una serie di Brand importanti che si rivolgono ad un target elevato e credono nella raffinata eleganza e nel gusto delle atmosfere del passato come: Fideuram Private Banker, Eberhard & Co, Range Rover, Ethimo, Podhio, Acqua Claudia, Wilson, Tennis Corner. "Per il futuro di Italica - conclude Coiro - sia-



mo già in contatto con altre importanti località legate ad epoche vintage come Capri, Cortina, Courmayeur, ma anche la Costa Smeralda e città come Roma e Milano, strizzando un occhio anche ed anche Montecarlo. Ed in base al grande interesse di brand di rilevanza nazionale ed internazionale riteniamo di poter continuare il percorso iniziato lo scorso anno, con un tour strutturato certi di un immediato successo".

TRUST  
NO ONE

FLUB

FLUB.SHOP



FLUB



# LE CHIAVI DEL LUSO

I concierge che hanno ridefinito  
l'arte dell'accoglienza

Il ruolo del concierge ha un fascino particolare nel mondo dell'ospitalità. Questi professionisti, spesso considerati i custodi dei segreti delle città e delle chiavi dell'esperienza di viaggio, incarnano l'eccellenza nel servizio al cliente. I migliori concierge non sono solo guide turistiche, ma veri e propri maghi in grado di soddisfare le richieste più esigenti, anticipare i desideri dei loro ospiti e trasformare un semplice soggiorno in un'esperienza indimenticabile. Sono più di semplici dipendenti di hotel; sono artigiani del servizio, in

grado di trasformare ogni soggiorno in un'esperienza indimenticabile. La loro capacità di gestire le richieste più complesse, la loro rete di contatti e la loro dedizione all'eccellenza li rendono figure insostituibili nel panorama dell'ospitalità di lusso. Questi professionisti non solo incarnano il meglio del settore, ma continuano a ispirare nuove generazioni di concierge, mantenendo viva la tradizione dell'eccellenza nel servizio. Ecco alcuni dei concierge più famosi al mondo, noti per la loro eccezionale dedizione e abilità.

## MICHAEL ROMEI IL MAGO DI NEW YORK

Michael Romei è uno dei nomi più rispettati nel mondo del concierge. Con una carriera che ha attraversato decenni, Romei è stato il capo concierge del prestigioso Waldorf Astoria di New York per oltre 20 anni. La sua conoscenza enciclopedica della città e la sua capacità di soddisfare ogni richiesta dei suoi ospiti, dai biglietti per eventi esclusivi ai ristoranti più nascosti e riservati, lo hanno reso una leggenda vivente. Romei ha anche svolto un ruolo cruciale nella formazione delle future generazioni di concierge, condividendo la sua esperienza attraverso corsi e conferenze in tutto il mondo. Il suo impegno per l'eccellenza nel servizio lo ha reso un punto di riferimento per i professionisti dell'ospitalità.

## QUENTIN BLANCHARD L'ELEGANZA PARIGINA

Quentin Blanchard è un nome indissolubilmente legato al lusso parigino. Come capo concierge del rinomato Hôtel Plaza Athénée di Parigi, Blanchard ha servito una clientela esclusiva composta da celebrità, politici e membri della nobiltà. Il suo stile è caratterizzato da un'eleganza discreta e da una profonda conoscenza della cultura parigina. Blanchard è noto per la sua capacità di realizzare i sogni dei suoi ospiti, che si tratti di organizzare un matrimonio nella Torre Eiffel o di prenotare un tavolo all'ultimo minuto in ristoranti sempre pieni. La sua dedizione al servizio personalizzato ha contribuito a cementare la reputazione dell'Hôtel Plaza Athénée come uno degli hotel più esclusivi al mondo.





**VICTOR LEAL**  
IL MAESTRO DI LONDRA

Londra è una delle città più dinamiche e cosmopolite del mondo, e nessuno conosce meglio i suoi segreti di Victor Leal, capo concierge del The Savoy. Leal ha lavorato nel settore dell'ospitalità per oltre 30 anni, e la sua esperienza si riflette nella sua straordinaria capacità di soddisfare le richieste più complesse e originali dei suoi ospiti. Che si tratti di organizzare una visita privata alla Torre di Londra o di trovare il miglior sarto su misura della città, Leal è sempre all'altezza della situazione. La sua rete di contatti in tutta la città e la sua profonda conoscenza della storia e della cultura londinese lo rendono un vero ambasciatore della città.

**CLEFS D'OR**  
IL SIGILLO D'ECCELLENZA

Quando si parla dei concierge più famosi al mondo, non si può non menzionare l'associazione "Les Clefs d'Or", un'organizzazione internazionale che riunisce i migliori concierge degli hotel di lusso. Fondata in Francia nel 1929, Les Clefs d'Or è diventata un sinonimo di eccellenza nel settore dell'ospitalità. I membri dell'associazione,

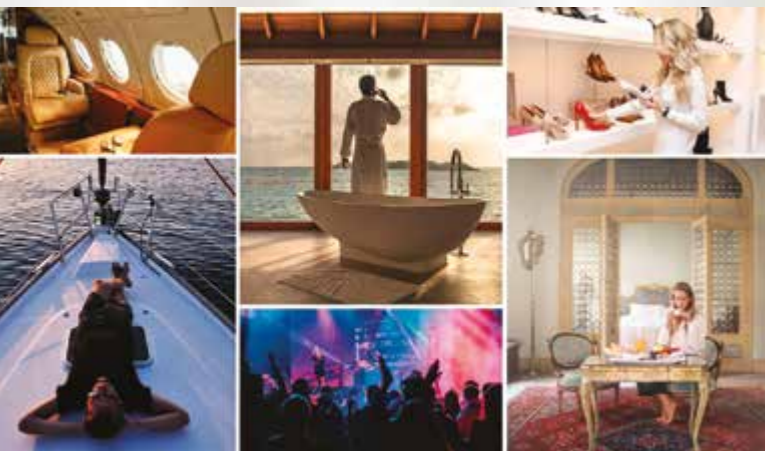
facilmente riconoscibili dal distintivo con le due chiavi dorate incrociate, sono rinomati per la loro capacità di offrire un servizio impeccabile, andando ben oltre il semplice compito di fornire informazioni turistiche. Tra i membri più noti ci sono personaggi come Michel Duprez, capo concierge del Ritz di Parigi, e Paolo Macchiaroli del Four Seasons di Milano, che hanno contribuito a elevare lo standard del servizio concierge a livelli ineguagliabili.

**THOMAS KAUFMANN**  
L'EFFICIENZA SVIZZERA

La Svizzera è sinonimo di precisione e qualità, e Thomas Kaufmann incarna perfettamente queste caratteristiche. Come capo concierge del Badrutt's Palace Hotel a St. Moritz, Kaufmann è noto per la sua efficienza e la sua capacità di anticipare le esigenze degli ospiti con una precisione quasi scientifica. In una destinazione che attrae il jet set internazionale, Kaufmann ha saputo distinguersi per la sua discrezione e la sua attenzione ai dettagli, rendendo ogni soggiorno un'esperienza perfettamente orchestrata. La sua lunga carriera nel settore dell'ospitalità e il suo impegno per l'eccellenza gli hanno valso numerosi riconoscimenti, inclusa la stima dei suoi colleghi di tutto il mondo.

**SIBA PRASAD DAS**  
L'ACCOGLIENZA INDIANA

Siba Prasad Das, capo concierge del Taj Mahal Palace a Mumbai, rappresenta l'ospitalità indiana nella sua forma più elevata. Con oltre 25 anni di esperienza, Das è un maestro nell'arte dell'accoglienza, combinando la tradizionale gentilezza indiana con un servizio impeccabile. La sua conoscenza delle usanze locali e la sua capacità di gestire le richieste più esigenti, dai safari di lusso ai viaggi spirituali, lo hanno reso un'icona nel mondo dell'ospitalità. Das è un esempio di come il ruolo del concierge possa andare oltre la semplice gestione delle richieste, diventando un vero e proprio ambasciatore della cultura e della tradizione di un paese.



DIRETTORE ARTISTICO Lucia Bocca Montefoschi

TEATRO  
**OLIMPICO**  
STAGIONE  
**2024**  
**2025**

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



# STELLE AL

# FEMMINILE

LE CHEF PIÙ INFLUENTI DEL MONDO  
CHE HANNO RIVOLUZIONATO  
LA CUCINA



**N**egli ultimi decenni, il mondo della cucina è stato testimone di una rivoluzione silenziosa ma potente: l'ascesa delle donne chef. Un tempo dominato quasi esclusivamente dagli uomini, l'alta cucina ha visto emergere talenti femminili straordinari che hanno conquistato i palcoscenici gastronomici internazionali, ridefinendo il concetto stesso di cucina gourmet. Queste chef donne non solo hanno raggiunto l'apice della loro carriera, ma hanno anche sfidato e superato le barriere di un settore storicamente dominato dagli uomini. Attraverso il loro talento, la loro passione e la loro determinazione, hanno ridefinito il ruolo della donna nella cucina professionale e hanno ispirato innumerevoli altre donne a seguire le loro orme. Il loro contributo va oltre il semplice atto di cucinare; hanno trasformato la cucina in un'arte, un modo per esprimere sé stesse e per influenzare il mondo. La loro eredità continuerà a risplendere, ricordandoci che la passione e l'innovazione non conoscono genere. Donne che non solo hanno raggiunto l'eccellenza nei loro rispettivi campi, ma hanno anche aperto la strada a una nuova generazione di chef donne, ispirando e innovando.

## ANNE-SOPHIE PIC LA REGINA DELLE STELLE MICHELIN

Anne-Sophie Pic è una delle chef più celebri al mondo, e non a caso. Nata in una famiglia di chef stellati, Pic ha saputo raccogliere l'eredità del padre e del nonno, portando il ristorante Maison Pic, a Valence, in Francia, a un livello ancora più alto. Con tre stelle Michelin al suo attivo, Anne-Sophie è una delle poche donne a detenere tale onore. La sua cucina è un viaggio attraverso i sapori, caratterizzato da una straordinaria attenzione ai dettagli e da un'eleganza senza tempo. Il suo approccio alla cucina è profondamente radicato nella tradizione francese, ma con un tocco moderno che rende ogni piatto un'esperienza unica.



## DOMINIQUE CRENN PIONIERA DELLA CUCINA SOSTENIBILE

Dominique Crenn, chef francese trapiantata a San Francisco, è una delle figure più influenti nel panorama gastronomico contemporaneo. È la prima donna negli Stati Uniti ad aver ricevuto tre stelle Michelin per il suo ristorante Atelier Crenn. Crenn è conosciuta per la sua cucina poetica e innovativa, in cui ogni piatto è una forma d'arte che racconta una storia. Ma oltre alla creatività, Dominique è anche una pioniera nella promozione di una cucina sostenibile. È impegnata nella difesa dell'ambiente e nella promozione di ingredienti locali e stagionali, rendendo la sua cucina non solo deliziosa, ma anche eticamente responsabile.



## ELENA ARZAK L'EVOLUZIONE DELLA CUCINA BASCA

Elena Arzak, chef spagnola, rappresenta la quarta generazione di una dinastia culinaria che ha contribuito a definire la cucina basca. Al timone del ristorante Arzak a San Sebastián, che detiene tre stelle Michelin, Elena è riconosciuta come una delle migliori chef al mondo. La sua cucina è un perfetto equilibrio tra tradizione e innovazione, dove i sapori locali si fondono con tecniche moderne per creare piatti sorprendenti e memorabili. Arzak ha saputo portare avanti l'eredità di suo padre, Juan Mari Arzak, aggiungendo un tocco personale e innovativo che ha conquistato palati in tutto il mondo.



**CLARE SMYTH**  
L'ELEGANZA DELLA CUCINA  
BRITANNICA

Clare Smyth è un nome che risuona fortemente nel mondo dell'alta cucina. Originaria dell'Irlanda del Nord, Clare ha lavorato con Gordon Ramsay prima di aprire il suo ristorante, Core by Clare Smyth, a Londra. Il ristorante ha rapidamente guadagnato tre stelle Michelin, un'impresa rara e straordinaria. Smyth è rinomata per la sua cucina raffinata, che combina tecniche classiche con un approccio moderno e ingredienti di altissima qualità. La sua attenzione ai dettagli e la passione per la perfezione l'hanno resa una delle chef più rispettate e ammirate al mondo.



**CARME RUSCALLEDA**  
L'UNICITÀ DELLA CUCINA CATALANA

Carme Rusalleda è una delle chef più decorate al mondo, con sette stelle Michelin al suo attivo, un record per una donna chef. Nata e cresciuta in Catalogna, Rusalleda ha costruito la sua carriera celebrando la cucina della sua terra natale. Il suo ristorante, Sant Pau, a Sant Pol de Mar, è diventato una mecca per gli amanti della cucina catalana. Rusalleda è conosciuta per la sua capacità di trasformare ingredienti semplici in piatti straordinari, con un forte legame con le tradizioni culinarie della Catalogna. Il suo approccio alla cucina è profondamente personale, caratterizzato da un rispetto per la natura e per i sapori autentici.



**NADIA SANTINI**  
LA TRADIZIONE ITALIANA  
REINTERPRETATA

Nadia Santini è un'altra figura iconica nel panorama della gastronomia mondiale. Alla guida del ristorante Dal Pescatore, a Canneto sull'Oglio, in Italia, Santini ha mantenuto e innovato la tradizione della cucina italiana. Il ristorante, che ha ricevuto tre stelle Michelin, è rinomato per la sua cucina che rispetta le tradizioni locali ma non teme di innovare. Nadia Santini è apprezzata per la sua capacità di creare piatti che celebrano gli ingredienti del territorio, combinando sapientemente semplicità e complessità. La sua cucina è un omaggio alla tradizione italiana, con un tocco personale che rende ogni pasto un'esperienza unica.



**SOMALIA**  
SPORT CLUB  
*Il tuo club a Roma*

**VIENI A CONOSCERE IL MONDO DI  
SOMALIA SPORT CLUB**

LARGO SOMALIA, 60 (QUARTIERE AFRICANO)



- |              |            |             |
|--------------|------------|-------------|
| NUOTO        | FUNZIONALE | PESISTICA   |
| POSTURALE    | ACQUAGYM   | BAGNO TURCO |
| SCUOLA NUOTO | BABY NUOTO | PILATES     |
| SAUNA        | YOGA       | SPINNING    |

## I 10 MIGLIORI FILM

## SULLA CUCINA

Scopriamo I 10 Migliori Film sulla Cucina, tra fuochi, tegami, padelle, antipasti, primi, secondi, dolci, vino, abbinamenti, forchette, coltelli, cucchiari e chi più ne ha più ne metta. Se la gastronomia e il mondo culinario è una delle vostre passioni, beh, le pellicole ambientate in cucina, dove tutto è più dolce o salato, faranno assolutamente sollazzare gli occhi ed in alcuni casi anche lo stomaco.

## 10. SAPORI E DISSAPORI (2007)

Possono due grandi chef condividere la stessa cucina e gli stessi sentimenti? Questa commedia romantica molto simpatica del 2007, con protagonisti Catherine Zeta Jones e Aaron Eckhart, si lascia guardare con estremo gusto e piacevolezza. Amore, cucina, scontro tra i sessi, si mescolano a interessanti Foie-Gras e Spaghetti al Pomodoro. Il film, è il remake del tedesco Ricette d'amore (2001), dove c'è anche il nostro Sergio Castellitto. Tra i due forse, la versione originale è quella più sincera e spontanea. Poi insomma... un italiano che fa un cuoco calza proprio a pennello!

## 9. CHOCOLAT (2000)

Uscito nel 2000 per la regia di Lasse Hallström, con protagonisti Juliette Binoche e Johnny Depp, Chocolat è un film semplice ma romantico, dove la dolcezza del cioccolato si fonde con i pregiudizi e le meschinità d'un villaggio francese nel secondo dopoguerra. Pellicola piacevole e di rilassante fattura.



## 8. JULIE &amp; JULIA (2009)

Un film a tinte femminili, diretto da Nora Ephron e interpretato da Meryl Streep e Amy Adams. Gli attentati terroristici dell'11 Settembre e gli anni '50 fanno da cornice alla scoperta di due donne curiose dei misteri della cucina. Una pellicola soave e leggiadra, dove l'arte del cucinare e dell'apprendere è in primo piano.

## 7. AMORE CUCINA E CURRY (2014)

Può un ristorante indiano mettere in crisi le più classiche tradizioni della cucina stellata francese? Nel piccolo paese di Saint-Antoine-Noble-Val, nel sud della Francia, arriva una famiglia indiana, che decide di aprire il più classico dei locali in salsa Hindi. La vicinanza con il ristorante stellato francese Le Saule Pleureur, provocherà non pochi fraintendimenti...



## 6. SOUL KITCHEN (2009)

Rimaniamo in tema etnico. Siamo in Germania, in un ristorante greco in piena crisi finanziaria. Tra band punk, lavastoviglie ammaccate ed intrighi amorosi, questa bella pellicola di Fatih Akin, vi farà assolutamente passare una piacevole serata.





**5. BIG NIGHT (1996)**

Film uscito nel 1996, con protagonisti Stanley Tucci e Tony Shalhoub. I due, sono ristoratori italiani emigrati negli USA, che dovranno fare i conti tra racket, tradizione, innovazione e i complicati palati degli americani.....



**4. IL SAPORE DEL SUCCESSO (2015)**

L'ossessione per le Tre Stelle Michelin fanno da dipinto a quest'ottima pellicola con protagonista Bradley Cooper. I piatti e le preparazioni vi faranno balzare sulla sedia, grazie a ritmo, sceneggiatura, interpretazione. Bel film che si lascia vedere e godere.



**3. RATATOUILLE (2007)**

Film d'animazione che vede come protagonista un topolino con la passione per la cucina e un imbranato apprendista cuoco. Pellicola assolutamente divertente e piacevole, adatta da vedere anche con i bambini.



**2. LA CUOCA DEL PRESIDENTE (2012)**

Una cuoca di grande esperienza, passione e tradizione, viene chiamata all'Eliseo, con il compito di cucinare esclusivamente il Presidente della Repubblica Francese ed i suoi ospiti. Un film gradevolissimo che tocca molti aspetti. Dalla cucina, al maschilismo, ai giochi di potere.



**1. LA GRANDE ABBUFFATA (1973)**

Un cast di spessore con Ugo Tognazzi, Marcello Mastroianni, Philippe Noiret, Michel Piccoli, mette in scena il dramma esistenziale del suicidio. Per ragioni diverse i 4 decidono di percorrere l'ultima tappa della loro vita, concedendosi però i più lussuosi piaceri culinari. Pellicola intensa e cruda ma di una bellezza incontrastata.



 [toma52trattoriagourmet](https://www.instagram.com/toma52trattoriagourmet)

 **+39 065126917**

**TOMA<sup>52</sup>**  
*trattoria gourmet*



**TOMA MAGNI TUTTO?**

**VIA CREMONA 52 A/B**

[www.tomatrattoria.com](http://www.tomatrattoria.com)

**APERITIVO, CENA E DOPOCENA**

## 10 COSE CHE NON SAI DI

## ANNALISA



**D**a "Mon amour", a "Disco Paradise", "Sinceramente", "Istinto animale" e "Storie brevi", con Tananai, ogni suo brano è un successo con cui Annalisa ha scalato le classifiche, registrato sold out a tutti i concerti, e conquistato un pubblico incredibile di ogni età. La cantautrice ha un grande talento, una voce potente, un'energia contagiosa. Incanta e coinvolge. Ed è pure una scienzziata. Sì, la cantante è laureata in Fisica ed è una cervellona. E la NASA le ha da poco anche intitolato un'asteroide. "Creare una canzone o risolvere un problema matematico sono processi simili", ha detto. E questa è solo una delle sorprese che la riguardano. Perché qualcuno sussurra che potrebbe anche essere una delle probabili co-conduttrici del prossimo Sanremo. Ma volete sapere tutto di lei? Ecco 10 cose che di Annalisa certo non conoscete.

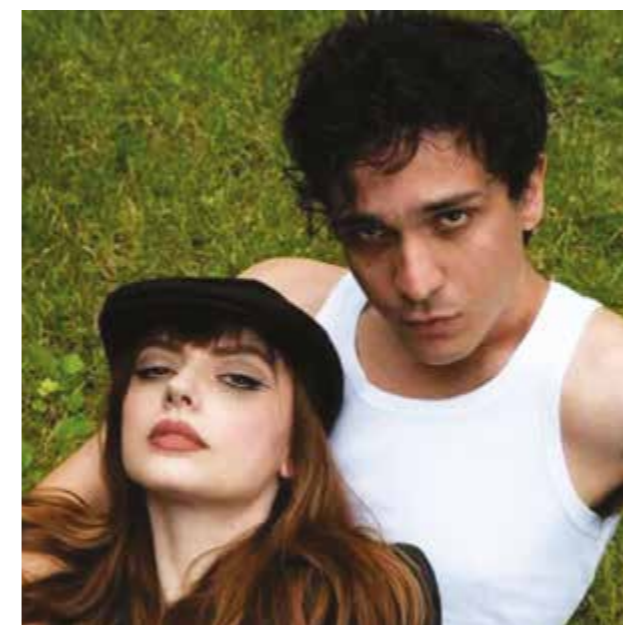
È la nuova regina del pop italiano. Annalisa, bellissima, sexy, magnetica. Le sue canzoni sono diventate dei veri e propri tormentoni, e hanno fatto ballare tutti per tutta l'estate.

di Elena Oddino



**1 Le origini** - Il suo cognome è Scarrone, ed è nata a Savona il 5 agosto 1985 sotto il segno del Leone. È cresciuta nell'entroterra ligure, a Carcare con il papà, Elvio, insegnante di matematica, e la mamma Maura Ricchebuono, insegnante d'inglese.

**2 Carattere** - Da piccola era una bimba iperattiva, ne combinava sempre una, le piaceva essere al centro dell'attenzione e voleva che gli altri l'ascoltassero. Oggi si definisce una ligure vera, per cui contano i fatti, non i fronzoli.



**3 La musica** - Ha iniziato presto ad appassionarsi alla musica, grazie al papà che le ha trasmesso il piacere per quest'arte. A 6 anni Annalisa inizia a studiare chitarra classica e flauto traverso, e poi canto. A 13 studia tecnica vocale e pianoforte con la vocal coach Danila Satragno, corista e fisarmonicista di Fabrizio De André. Poi le prime esperienze con un paio di gruppi. L'adolescenza è nei pub, per locali, poi la gavetta con i primi palchi e concorsi. Intanto si iscrive a fisica all'università di Torino, "la materia che più mi dava stimoli", dice, e nel 2009 si laurea. Ma la sua professione sarà ben diversa e inizia con la partecipazione nel 2010 ad "Amici".

**4 Carriera** - A lanciarla infatti è stata la 10ma edizione del talent show di Maria De Filippi. È il 2010, si classifica seconda e vince anche il Premio della Critica. "Mi ricordo piccola, ingenua, a guardarmi intorno mentre le lucine rosse delle telecamere si accendevano dappertutto" ha detto una volta Annalisa. "Poi, uscita di lì non capivo più niente: mi riconoscevano ovunque, ero tirata da tutte le parti, ubriaca di felicità". Il 4 marzo 2011 esce il suo primo album, "Nali", soprannome con cui la chiamavano da piccola. Poi seguono negli anni successivi gli altri, "Mentre tutto cambia", "Non so ballare", "Se avessi un cuore", "E poi siamo finiti nel vortice", e nel 2023 "Sinceramente". Oggi Annalisa è la donna dei record con 30 Dischi di Platino e 12 Dischi d'Oro.

**5 "Sinceramente"** - Del brano con cui ha vinto il Festival di Sanremo, e conquistato il doppio disco di platino, Annalisa spiega "La protagonista è una donna forte che rivendica il suo diritto alla libertà, in tutte le sue declinazioni e sfumature: essere ambiziosa, piangere, fare ironia, gioire, manifestare le proprie opinioni e tanto altro senza avere il dito puntato contro, ma potendo essere rispettata".



**6** **Sanremo** - Al Festival di Sanremo ha partecipato ben sette volte, dal 2013 ad oggi. L'ultima nel febbraio scorso dove è arrivata terza con "Sinceramente". E a proposito di un Sanremo, l'emotività, una volta, ha giocato un brutto scherzo alla cantante, che ricorda: "Avevo presentato un brano, "Dieci", alle selezioni di Sanremo 2021. Aspettavo la risposta, che non arrivava. Stavo andando in macchina dal mio paese, Carcare, a Milano e suona il cellulare, che era collegato alla macchina. Rispondo, era Amadeus: il brano era stato accettato. Lo ringrazio, chiudo la telefonata. Ma ero così agitata, felice, sottosopra, che arrivo al Telepass del casello milanese e centro la sbarra. Un casellante mi ha aiutato poi a rimetterla a posto, il danno era stato minimo per fortuna".

**7** **Curiosità** - Annalisa è protagonista anche della pubblicità come testimonial per la Toyota, Tezenis ed il profumo "Sound of donna" di Trussardi. Ha scritto l'inno per la Carcarese, la squadra di calcio del suo paese. Adora il colore bianco, i gatti e i tatuaggi, tanto che si è tatuata sul collo un micio con la coda arrotolata.

**8** **Una cantautrice scienziata** - Annalisa si è laureata in fisica a Torino, con una tesi sulle pompe di calore geotermiche, e ha poi vissuto per un periodo negli Stati Uniti. La cantautrice ha anche condotto su Italia 1, dal 2015 al 2019, "Tutta Colpa di..." un programma di divulgazione scientifica che nelle 4 edizioni ha portato i telespettatori alla scoperta

del laboratorio Cern di Ginevra e alle scoperte di Leonardo, Galileo, e Darwin. "Nei documentari scientifici in Tv ho potuto tirare fuori il mio lato più nerd" ha detto. "Amo l'intersezione di questi due mondi, l'arte e la scienza, che hanno in comune un grande sforzo di creatività e immaginazione".

**9** **Il cinema** - Annalisa nel 2015 ha debuttato anche al cinema in "Babbo Natale non viene da Nord", favola natalizia prodotta da Maria Grazia Cucinotta e diretta da Maurizio Casagrande, in cui interpretava una cantante che veniva continuamente scambiata per Annalisa! Inoltre nel film olandese "Tooscanse Bruiloff" ci sono le sue canzoni "Tutto sommato", "Capirai" e "Non so ballare". Mentre un'altra dal titolo "Pirati" è nel film "L'Era Glaciale 4".

**10** **Amore** - Nel 2021 è nato l'amore tra Annalisa e il top manager e dirigente Francesco Muglia, vicepresidente del marketing di Costa Crociere. Lui è nato a Padova ed è laureato in Lettere. I due si sarebbero incontrati per la prima volta nel 2020, quando la cantante è stata special guest a bordo di una delle navi di Costa Crociere, "Costa Smeralda", in occasione della firma dell'accordo per la sponsorship del Padiglione Italia all'Expo Dubai 2020. I due si sono sposati poi in gran segreto il 29 giugno 2023 nella basilica di San Francesco ad Assisi, luogo caro allo sposo. Poi, dopo il rito religioso, davanti a 80 invitati, molti appartenenti al mondo dello spettacolo, hanno celebrato il rito civile in Liguria, con un romantico evento in riva al mare a Tellaro, vicino La Spezia.



# IL "CALCETTO" HA VINTO PER LA 60<sup>a</sup> VOLTA



**C**elebrazione che dopo 64, intense gare ha dato i suoi verdetti, mai come quest'anno equilibrati, condivisi, sudati, tanto da assegnare la famosa "Coppa Babbo Valiani" - che si aggiudica il Circolo che vince più trofei nelle 4 categorie, Assoluti / Over 35 / Over 50 / Over 60 - a ben 3 diversi Circoli Sportivi storici (che vivono da sempre l'onore di poter partecipare a questa Competizione, con il consueto Patrocinio del Club dei Circoli Sportivi Storici di Roma): i Canottieri

di Aniene, Roma e Lazio si divideranno la Coppa Babbo Valiani 4 mesi ciascuno nella stagione in corso, prontissimi a rimettere tutto in gioco in quella che sarà - senza dubbio - la più bella Edizione della Coppa dei Canottieri, la 61ma in palio da Giugno 2025.

L'edizione numero 60 della Coppa dei Canottieri non poteva che essere celebrata con un contenuto speciale: un video che ripercorre la storia del torneo di Calcetto più longevo del continente. L'autore, Massimiliano Buzzanca - figlio del celebre Lando - lo ha definito un

Le luci della "Fossa" del Circolo Canottieri Lazio hanno illuminato il cielo di Roma per un mese, dando il via all'Estate Romana. Come accade da ben 60 anni, perché la Coppa dei Canottieri ha festeggiato un anniversario speciale: il Torneo di Calcetto più antico d'Europa celebra sessant'anni di tradizione, di competizione, ma anche di divertimento, con 9 Circoli protagonisti (CC Lazio, CC Roma, RCC Tevere Remo, CC Aniene, Corte dei Conti, TC Parioli, CT Eur, Sporting Eur, Villa Flaminia).



direttore generale Liliana Fratini Passi - Il CC Lazio riesce a mantenere la tradizione da 60 anni, ma portando allo stesso tempo nuovi aspetti. E noi riconosciamo il valore dello sport che sa trasmettere valori come il lavoro di gruppo, la resilienza, la determinazione, il coraggio». Ad impreziosire ulteriormente l'evento, la partecipazione della Regione Lazio, che ha scelto la Coppa dei Canottieri come uno degli eventi di punta dell'estate in tema di sport. «Una tradizione che scandisce l'estate romana - le parole del presidente Francesco Rocca -. Da 60 anni questa competizione tra i circoli della Capitale è il torneo più antico d'Europa. La socialità e l'aggregazione che lo sport diffondono, anche in forme non agonistiche, sono valori che misurano la vitalità e il benessere di una comunità. I miei complimenti al Presidente Raffaele Condemi per l'organizzazione di uno degli eventi sportivi più attesi della Capitale». Non è mancato, infine, il supporto di Media Partner di grande livello, come il Corriere dello Sport (che ha tradizionalmente inaugurato e chiuso il mese di gara con lo Speciale di 8 pagine, oltre agli highlights delle gare trasmessi sul Corriere dello Sport TV) e Radiosei, all'esordio come Radio Ufficiale della manifestazione. Seguita costantemente sui Social, grazie anche alla preziosa sinergia con MY Soccer Player, che ha trasmesso tutte le gare in diretta Facebook (nelle fasi finali anche con telecronaca), per un servizio video di primo livello. Ma andiamo ai verdetti sportivi, categoria per categoria, 4 Finali appassionanti tutte connotate da grande equilibrio: ASSOLUTI, Finale: Circolo Canottieri Roma A vs Circolo Canottieri Aniene Blu: 1 - 2, Boni (CCRA); Romei (2) (CCAB)

'Cortomentario': un po' cortometraggio, un po' documentario dove «c'è l'essenza della Coppa dei Canottieri, fin dalle sue origini». Dieci minuti di emozioni, con testimonianze eccellenti: dal ministro per lo sport e i giovani Andrea Abodi al presidente del CONI Giovanni Malagò, da Nicola Pietrangeli ad Antonio Buccioni della Polisportiva Lazio, sino ai Soci storici (e ora dirigenti del Circolo Canottieri Lazio): da Luciano Crea a Riccardo Viceré, da Giorgio Maucci a Giuseppe Badaracco e Marco Ieradi. Nel ricordo di chi ha portato la Coppa in una nuova dimensione, Gustavo "Babbo" Valiani. E la 60ma Edizione della Coppa dei Canottieri ha avuto un branding-name di grande valore, con Cbill - servizio che offre la digitalizzazione di pagamenti e incassi in modalità multicanale e multibanca, offerto dall'azienda Cbi - che ha sposato il progetto nella piena condivisione dei valori del torneo. «Il futuro va sempre innovato, e credo che la Coppa dei Canottieri sia l'innovazione nel solco della tradizione - ha spiegato il

Gara sul filo del rasoio, degna della Finalissima del Torneo di Calcio più antico d'Europa! Girandola d'emozioni, parate al limite, pali e buon gioco, con tanto agonismo: Canottieri Roma A e Aniene Blu danno vita ad una gara di grandissimo valore. E' il goal di Edoardo Boni, sudore e fantasia a sbloccare la gara per i giallorossi; ma è la doppietta di Romei, il primo goal quasi da fondo linea ed il secondo su tiro libero, a ribaltare in pochi minuti la gara a favore dei gialloblu Aniene, che conquistano così la 60ma Coppa dei Canottieri Cbill, Categoria Assoluti OVER 35, Finale: Circolo Tennis Eur vs Circolo Canottieri Lazio: 5 - 4 dcr, Lanzetti (CTE); Castelli (CCL)

Primo tempo molto equilibrato, proprio allo scadere arriva l'1-0 del biancoceleste Castelli a sbloccare la gara. Il pareggio con un "missile" di Manzetti ristabilisce la parità, che porta la gara ai supplementari. E l'equilibrio continua sino alla lotteria dei rigori: e quello decisivo è firmato Padellaro, autore di un grande torneo, che regala al Circolo Tennis Eur la 60ma Coppa Dei Canottieri Over 35 OVER 50, Finale: Circolo Canottieri Lazio vs Circolo Tennis Eur: 5 - 2, Angella (2), Bisogno, De Bella, Vicerè (CCL); Franzini, Minicucci (CTE) Parte forte il CT Eur con l'uno-due firmato Franzini e Minicucci. La riprende il CT Lazio, con i goal di bomber Angella (suo lo scettro di capocannoniere) e Bisogno. Parte il 2° tempo, Angela realizza il rigore del sorpasso, De Bella allunga e il Capitano Vicerè mette il timbro sulla splendida rimonta biancoceleste (5-2): e il Circolo Canottieri Lazio si aggiudica la 60ma Coppa dei Canottieri Cbill Over 50 OVER 60, Finale: Circolo Canottieri Roma vs Sporting Club Eur: 4 - 3, Cuglini, Apuzzo, G. Roma, Del Rosso (CCR); Lattanzi (2), Maceratesi (SCE). Equilibrio in campo degno di una finale tutta da giocare, le squadre si rincorrono sino al break decisivo del 4-2 firmato Del Rosso; prova a riprenderla lo Sporting con il goal di Maceratesi, ma la 60ma Coppa dei Canottieri Cbill Over 60 è giallorossa: Circolo



Canottieri Roma campione, con il suo bomber Giovanni Roma capocannoniere del Torneo. Il tutto con una serata finale degna del pubblico delle grandi occasioni, con un'atmosfera che solo la Coppa dei Canottieri riesce a regalare. Ma non solo Calcio: il Torneo più antico d'Europa si evolve e si rinnova costantemente - ad esempio quest'anno si è introdotto il pallone a rimbalzo controllato, novità che è stata rapidamente assorbita dai protagonisti sul campo - e regala da qualche anno una "mini-Olimpiade" con l'inserimento di altri Sport. Nel Padel la vittoria è andata al Circolo Canottieri Aniene, mentre nel tennis è stato il Circolo dei Magistrati della Corte dei Conti a conquistare il titolo.



# RIPARTI DA TE

PRENOTA OGGI IL TUO SCREENING

**VELOCE, SEMPLICE, GRATUITO  
E PUÒ SALVARTI LA VITA**

Fissa l'appuntamento con la **prevenzione**  
su **SALUTELAZIO.IT** o chiama la tua ASL

Prenota smart  
**SCREENING**  
ONCOLOGICI 





STRENGTH STRENGTH STRENGTH



IMPACT

X PLO



EXPLOSIVE POWER

Bullpadel 

# PADEL CLUB

SETTEMBRE 2024



CARLOS DANIEL GUTIÉRREZ

SANYO E LE SUE MAGIE

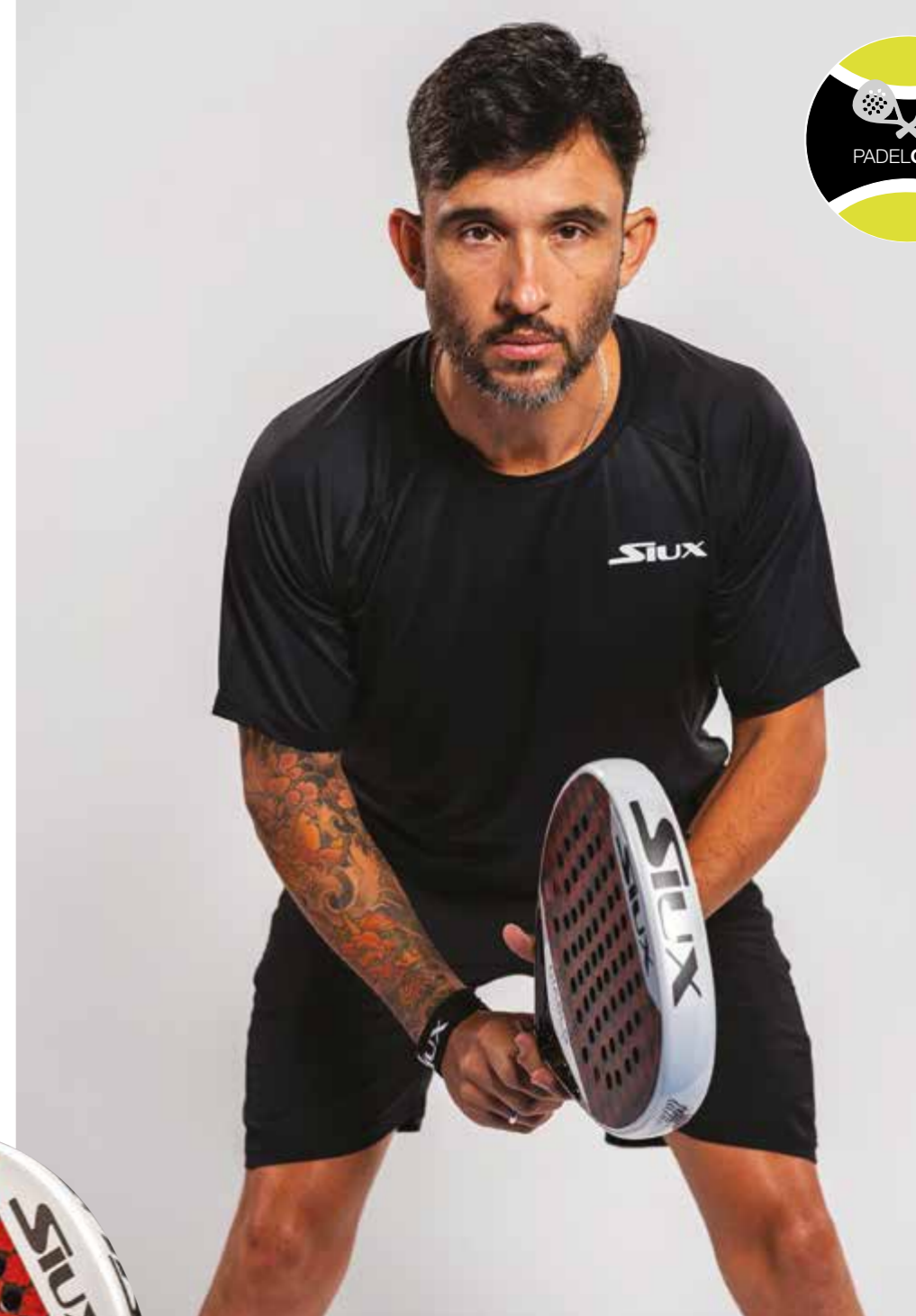
IN COLLABORAZIONE CON



Carlos Daniel Gutiérrez, argentino, nato il 15 giugno 1984, più conosciuto come Sanyo, è soprannominato da sempre "il Mago di San Luis", per la capacità di rendere i suoi colpi unici. Il soprannome glielo diede il commentatore tv Lalo Alzueta dopo un colpo eccezionale nel 2019 in Messico contro Lebron.

**È** una di quelle figure leggendarie del padel, che ancora oggi, dopo tanti anni ci emoziona in campo con le sue magie. È stato n.1 del ranking e campione del mondo con la nazionale argentina e resta a 40 anni un giocatore con un'intelligenza tattica come pochi al mondo. Gioca in coppia con Alex Arroyo, con cui ha raggiunto i quarti di finale nella tappa in Finlandia, ora vediamo che magie ci riserverà per questo finale di stagione.

# IL MAGO HA ANCORA FAME



**Quali sono le chiavi del successo in campo di una coppia?**

La comunicazione e il cameratismo. Durante la settimana, in allenamento, dobbiamo essere partner, essere vicini, metterci uno al posto dell'altro, aiutarci, cercare soluzioni e formule che possano funzionare in campo.

**Com'è il rapporto con i suoi ex compagni fuori dal campo?**

Nel mio caso, quasi tutte le mie relazioni con gli ex partner sono finite bene, per fortuna. Lo dicono le statistiche, sono tornato a giocare con Paquito e Maxi e ciò significa che ci sono dei buoni ricordi, anche se quando incontro Paquito giocherei fino alla morte con lui, ma poi fuori dai campi siamo amici.

**Vede qualche altro paese emergere per il futuro?**

Qualche tempo fa avrei detto il Brasile, ma ora sono tante le nazioni con forti potenzialità.

**Le piace il tennis ed hai mai giocato a pickleball?**

Mi piace il tennis e un tempo lo guardavo di più, ma ora con la famiglia la tv ha





una gestione completamente diversa, anche se le partite di calcio più importanti non me le perdo di certo. Una volta ho visto il pickleball quando ero negli Stati Uniti e l'ho trovato divertente e facile, lo proverò se mi capita.

**Come vede il padel tra 10 anni?**

Non riesco proprio a immaginarmelo, dato che è cresciuto in modo impressionante negli ultimi 5 anni ed in così tanti paesi. Quindi non diamoci limiti, abbiamo fatto il primo grande passo, ma la strada è ancora lunga.



**Ha qualche rituale in campo prima o durante la partita?**

Non ho alcun rituale. Questo sport non è facile e ho due avversari di fronte a me da battere. Se oltre a questo, mi complico la vita con i rituali è finita.

**A chi dedica le sue vittorie?**

Alla mia famiglia al completo ed a tutte quelle persone che mi hanno sostenuto all'epoca e mi hanno aiutato a realizzare il mio sogno.

**Si trova bene con i social network?**

A dire la verità, non sono un fautore, ma sono consapevole che devono esserci e poi lo faccio con piacere anche per agli sponsor come Siux che mi sostiene ed è felice se escono delle belle foto dove si vede la racchetta. Comunque non sono la tipica persona che pubblica una foto cercando consenso dal pubblico. A volte scatto una foto che è un disastro, ma se mi piace e mi ricorderà quel momento, la posto.



SIUX

CHOOSE YOUR  
PLAY!

NEO NEO S

Approved by



INTERNATIONAL  
PADEL  
FEDERATION

siuxpadel.com





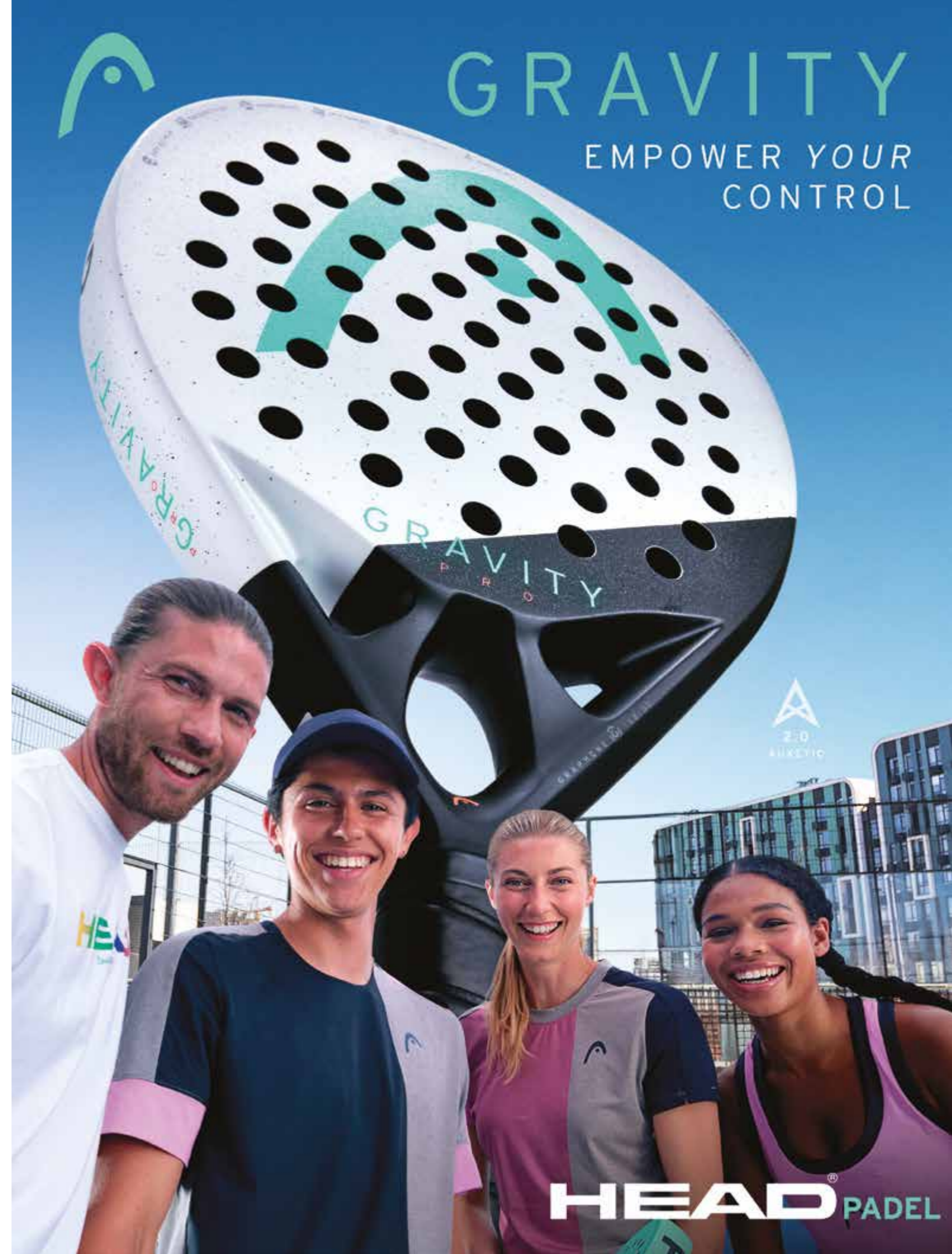
ACADEMY

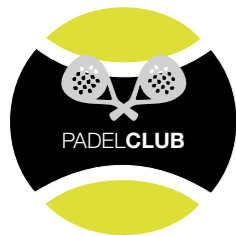
# A SARAGOZZA APRE LA ACADEMY DELLE GEMELLE ALAYETO



Le gemelle Atómikas tornano a far parlare di sé dopo aver annunciato lo scorso anno sui loro profili social la decisione di ritirarsi, una notizia che ha sorpreso molti. Questa coppia ha rivoluzionato il padel femminile con il loro gioco aggressivo, ridimensionando le avversarie e diventando la coppia con più stagioni in vetta nell'era del World Padel Tour, dominando dal 2014 al 2018 e perdendo solo il 2016. Con 32 trofei nel loro palmarès (record recentemente battuto da Ari Sánchez e Paula Josemaría al P2 in Finlandia) e 9 vittorie consecutive su 12 tornei giocati nel 2017, Majo e Mapi Sánchez Alayeto hanno anche vinto diversi campionati del mondo con la Spagna, garantendosi un posto d'onore nella Hall of Fame. Ma veniamo alle ultime novità. Le "Atomic Twins" avevano anticipato che presto ci sarebbero state notizie su di loro e, alcune settimane fa, hanno sorpreso il mondo del padel annunciando l'apertura di una scuola per formare le future stelle. In un video su Instagram,

Majo e Mapi hanno ufficializzato l'apertura dell'Accademia Atómikas presso il Centro Sportivo Montecanal di Saragozza. Questo club, con 10 campi, fa parte di un progetto di riqualificazione di un'area di oltre 30.000 mq che ospiterà anche altre strutture sportive. L'accademia offrirà corsi di tutti i livelli e quelli per professionisti saranno tenuti dalle gemelle stesse. Siamo certi che i corsi faranno presto il tutto esaurito, attirando anche molti italiani desiderosi di partecipare a una semplice clinic nella terra natale di Majo e Mapi. Nel mondo del padel, sono sempre più frequenti queste scelte, dove ex stelle del circuito (recentemente si è aggiunto anche Agustín Silingo) dopo aver lasciato la carriera agonistica, diventano allenatori di successo. Non sarebbe sorprendente se anche le gemelle, per ora intenzionate a dedicarsi all'allenamento, tornassero nel circuito in un nuovo ruolo. Sarebbe ancora più entusiasmante se accompagnassero giovani talenti formati grazie al loro lavoro e supporto.





EVENTI

# RACQUET TREND

A MILANO IL NUOVO EVENTO EUROPEO DEDICATO AL MONDO DELLA RACCHETTA

FIERA MILANO (RHO) 7-9 MARZO 2025



Luigi Spera

**P**adel Trend Expo, il progetto vincente che in due edizioni ha entusiasmato oltre 40.000 visitatori e coinvolto 265 brand e 4500 club, si trasforma in Racquet Trend e torna a Milano, per la prima volta negli spazi espositivi di Fiera Milano a Rho, dal 7 al 9 marzo 2025. È un'evoluzione che fa di questo atteso appuntamento il primo format in Europa interamente dedicato a tutti i principali sport di racchetta, coinvolgendo sia il settore B2B che il B2C e offrendo un'esperienza unica per professionisti e appassionati. Un primato consacrato su un prestigioso palcoscenico: Racquet Trend verrà infatti ospitato nel nuovo padiglione realizzato all'interno di Fiera Milano e destinato ad accogliere i prossimi Giochi Olimpici invernali, facendosi così tra i capifila di un'era di grandi eventi sportivi a livello globale. Tennis, padel, pickleball, beach tennis, tennis tavolo, squash e badminton: tutto il mondo della racchetta sarà presente con aree dedicate, dove gli appassionati potranno trovare tutte le novità di settore, cimentarsi sui 24 campi allestiti, partecipare a clinic, eventi, competizioni e spettacoli alla presenza di campioni, vip e leggende di questi sport. Quello della racchetta è un settore multidimensionale, in grande espansione, che conta

## RACQUET TREND

in Italia milioni di appassionati, anche grazie al diffondersi di nuove discipline. Racquet Trend diventa così un influente punto di riferimento internazionale per il divertimento, il business, la conoscenza di questi sport, coinvolgendo allo stesso modo addetti ai lavori, aziende, giocatori e appassionati. Ad attenderli, un percorso immersivo che vede la collaborazione e il coinvolgimento delle federazioni sportive mondiali di competenza e di aziende di oltre 20 Paesi: queste animeranno un'esposizione con le ultime collezioni e le novità dei migliori brand del mondo. Sarà inoltre un itinerario che integra alle discipline dei racquet sport un'ampia area dedicata all'alimentazione e al wellness, con una significativa presenza del settore fitness, a supporto e potenziamento di una cultura della salute e del benessere. Tutto organizzato con un occhio alla sostenibilità: particolare attenzione sono infatti date alle soluzioni ecologiche, a partire dagli allestimenti, con l'obiettivo di ridurre al massimo l'impatto ambientale.

Tantissimi gli eventi collaterali per gli appassionati, ma soprattutto un playground unico, dove giocare e divertirsi su ben 3 campi da tennis, 4 di padel, 4 di pickleball, 2 di beach tennis, 8 da ping pong, 2 da badminton e 1 da squash. Un'esperienza che, grazie al coinvolgimento fattivo di organizzazioni, enti ed associazioni attive nel mondo dello sport e della salute, vuole essere completamente accessibile e accogliente per ogni visitatore. Il B2B e il networking, favoriti da un'agenda di matchmaking, saranno altrettanto ricchi e dinamici. Racquet Trend sarà una piattaforma commerciale dove aziende, circoli e professionisti potranno far incontrare domanda e offerta, rafforzare relazioni commerciali e



Padel Trend Expo si trasforma in Racquet Trend e sbarca a Fiera Milano dal 7 al 9 marzo 2025.

aprire nuovi mercati. A questo scopo e per approfondire la conoscenza del mercato sono stati organizzati numerosi workshop, convegni e seminari. Tra gli ambiti di sviluppo più promettenti, verrà data rilevanza al turismo sportivo, con appuntamenti che mettano in connessione espositori, tour operator, strutture ricettive, academy e buyers dall'Italia e dall'estero, al fine di gettare basi sinergiche di offerta. Lo stesso ambito di Racquet Trend sarà l'arena per poter proporre ai visitatori vacanze che contemplino insieme relax e sport preferito. Un'occasione unica per creare nuove partnership, espandere la propria rete professionale e condividere competenze strategiche.

## LE DICHIARAZIONI

### MARCO JANNARELLI - PRESIDENTE NEXT GROUP

"Racquet Trend è un'evoluzione resa possibile dal successo delle due edizioni di Padel Trend Expo, frutto di grande impegno organizzativo e delle risposte positive di addetti ai lavori, appassionati di questi sport di racchetta e dalle aziende coinvolte, che ci hanno offerto tutto il loro sostegno. Forti di questo entusiasmo, abbiamo voluto ampliare l'evento, allargandolo a tutti gli sport di racchetta, rafforzando la dimensione internazionale e creando un'occasione coinvolgente su più livelli. Saranno tre giorni in cui gli appassionati potranno trovare divertimento e tutte le novità del mercato a livello globale, oltre che incontrare esperti trainer e campioni. Ma anche un luogo in cui gli operatori del settore possano valorizzare il proprio business e creare nuove relazioni commerciali."



Marco Jannarelli

### LUIGI SPERA - DIRETTORE GENERALE RACQUET TREND

"L'espansione complessiva dei racquet sport, la grande popolarità del tennis grazie anche ai recenti successi italiani, lo sviluppo e la diffusione di discipline come il padel e il pickleball sono state il terreno ideale per strutturare Racquet Trend. Da una parte gli appassionati ricercano un continuo aggiornamento tecnico e relativo alle attrezzature a miglioramento della propria performance, dall'altra la crescita del settore richiede agli addetti ai lavori strategie sinergiche e innovative per rimanere protagonisti del mercato. Racquet Trend risponde a questa domanda e vuole farsi

punto di riferimento internazionale per il progresso quantitativo e qualitativo delle discipline coinvolte. Siamo particolarmente orgogliosi di essere i primi a organizzare un evento sportivo all'interno del padiglione di Fiera Milano che ospiterà i prossimi Giochi Olimpici. Questo ci dà l'opportunità di rendere ancor più memorabile l'esperienza di tutti i visitatori."



FOCUS



# SPAGNA LA PATRIA DEL PADEL



La Spagna, dove il padel si è cominciato a diffondere sin dagli anni '80, è il paese con il maggior numero di praticanti al mondo (più di 5,5 milioni) e campi (oltre i 16.500). Madrid è inoltre la provincia della Spagna con il maggior numero di club e strutture ricettive (più di 380) e campi (più di 2.230) ed è anche il territorio locale con più campi al mondo, seguita da Barcellona e Roma (a livello di numero di club è al secondo posto dopo Roma). Secondo le stime del FIP Research & Data Analysis Department, nel 2024 la Comunidad de Madrid è attualmente la prima regione mondiale dove vi è il più alto numero di appassionati che seguono il padel professionistico (16%), seguita da Catalogna (9%) e Andalusia (8%). Il movimento del padel madrileno è guidato dalla Federación Madrilená de Padel (FMP), di concerto con la Federación Española de Padel (FEP); quest'ultima ha raggiunto quest'anno il record di licenze professionistiche, più di 102.000 in tutto il territorio spagnolo. La FMP, nata nel 1998, presenta nel 2024 un numero di licenze di 9.979 giocatori (38,7%

donne), 134 club federati, 175 tecnici nazionali e 24 arbitri nazionali (Fonte dati: FEP – aggiornamento agosto 2024). Dal 2020 a oggi si sono disputati in Spagna più di 100 tornei dei circuiti ufficiali FIP, CUPRA FIP Tour e Premier Padel (23% del totale dei tornei mondiali), di cui 55 di categoria maschile e 49 femminile. Sono 278 i trionfi (di cui 43 Premier Padel) con almeno uno spagnolo in campo nei 458 tornei FIP disputati. Nella categoria maschile hanno vinto 104 coppie formate da giocatori tutti spagnoli e 62 con compagni di altre nazioni, nella categoria femminile 78 coppie tutte spagnole e 34 con partner stranieri. Il totale degli atleti spagnoli che hanno vinto un titolo dei circuiti professionistici FIP è di 230: quelli plurivincitori sono in campo maschile Arturo Coello (13 titoli, di cui 11 Premier Padel) e Ale Galan (11, tutti Premier), in campo femminile Ari Sanchez (7 titoli Premier) seguita da Bea Gonzalez, Jessica Castelló e Laura Lujan con 6. I giocatori nativi della città di Madrid presenti nella Top 100 del ranking mondiale FIP sono ben 27, di cui 12 tra gli uomini e 15 tra le donne.

# EXCLUSIVE

## Padel Cup

TORNEO AMATORIALE  
LIMITATO ALLA CATEGORIA NC 3°  
fascia SOLO 2024 4A e 5A fascia  
(maschile, femminile e misto)

### FIRENZE

28 - 29 SETTEMBRE

**BPADEL**

### MILANO

19 - 20 OTTOBRE

**MILANO URBAN PADEL**

### ROMA

16 - 17 NOVEMBRE

**ASPRESSO CLUB ROMA**

### BOLOGNA

30 NOVEMBRE - 1 DICEMBRE

**COUNTRY CLUB RACKET WORLD**

REGOLAMENTO  
[exclusivepadelcup.com](http://exclusivepadelcup.com)

MAIN SPONSOR

INTESA SANPAOLO

TECHNICAL SPONSOR

Babolat

ORGANIZING COMMITTEE





FOCUS



# OLANDA

## UNA CRESCITA DA TOP 5

In Olanda il padel ha avuto negli ultimi anni quattro anni una crescita incredibile passando dai 160 club e 330 campi del 2020 ai 650 club e 2.720 campi di oggi, secondo le stime del FIP Research & Data Analysis Department, diventando la quinta realtà al mondo come numero di campi dopo Spagna, Italia, Argentina e Svezia. Il padel ha preso piede nei Paesi Bassi poco meno di vent'anni fa in parte grazie al grande mister di calcio Guus Hiddink (ha allenato tra le tante squadre la nazionale olandese ma anche club come Real Madrid e Chelsea), che nel 2006 fece costruire un campo da padel presso il centro di allenamento del PSV. Anche se il campo non era regolamentare, serviva a uno scopo importante per i giocatori: divertirsi. I primi campi ufficiali nei Paesi Bassi furono costruiti a Vijfhuizen e Spijkenisse e i primi club con campi da padel sono stati fondati a Den Bosch ed Enschede (fonte KNLTB). Il padel nei Paesi Bassi nei primi anni del 2000 è stato inizialmente supportato dalla Nederlandse Padel Sport Federatie. Nel 2011 è stata fondata la Nederlandse Padelbond (NPB), riconosciuta dalla Federazione Internazionale di Padel (FIP), che successivamente si è fusa il 1° luglio 2020 con la storica federazione del tennis fondata nel lontano 1899 la Koninklijke Nederlandse Lawn Tennis Bond (KNLTB), che è diventata il rappresentante ufficiale nei Paesi Bassi anche del padel. Nel 2023 vi erano affiliati con la KNLTB 586 clubs, 2.418 campi da padel e quasi 130.000 licenze di giocatori. In questi anni forte è stata la presenza di questo paese nell'organizzazione di tornei ufficiali FIP, ben 15 sono stati i tornei Cupra Fip Tour di cui 12 combined (maschile + femminile) e 3 categoria maschile e 11 Fip Promises combined disputatasi in 10 diverse città. Curiosità: ad Alkmaar nel lontano giugno 2019 si disputò il primo torneo nella storia del circuito Cupra Fip Tour il Fip Rise TPC Alkmaar vinta dalla coppia sudamericana formata dall'argentino Fermin Ferreyra e dal venezuelano Roberto Rodriguez. Nel ranking



Fip sono ben 39 i giocatori olandesi maschi con punti in classifica e 30 nella categoria femminile. Tra le donne troviamo come giocatrici più rappresentative Marcella Koek (n°75) che in coppia a Stephanie Weterings (n°88) hanno raggiunto nel 2024 i sedicesimi di finale di un torneo Major (Ooredoo Qatar a Doha) e Rosalie Van Der Hoek (n°119), tutte e tre sono le uniche atlete del paese che quest'anno hanno partecipato a tornei Premier Padel. La Weterings è la giocatrice olandese con il maggior numero di vittorie nel Cupra Fip Tour ben 5 Fip Rise seguita dai 4 Fip Rise di Marcela Koek (3 vinti insieme di cui 2 a Londra nel 2023 ed uno in casa a Houten nello stesso anno). Nella categoria maschile i migliori classificati sono Sten Richters (n°188) e Bram Meijer (n°189) che hanno vinto insieme ben 4 tornei Cupra Fip tour 3 tornei Fip rise nel 2022 e un Promotion nel 2022) e Thijs Roper (n°204) unico ad aver partecipato fino ad oggi ad una tappa Premier Padel 2024. l'Italy Major a Roma e vincitore a marzo di quest'anno del Fip Promotion Cairo con l'egiziano Georges Wakim.

# AMS padel

## Personalizza e metti in **sicurezza** i tuoi campi da **padel**

protezioni personalizzate per porte e pali

inserimento loghi su coprinastro

personalizzazioni per vetri

banner e adesivi mono e bifacciali

consulenza grafica gratuita

### AMS

### AMS

### AMS



personalizzazioni modulari

## AMS in printing

per info e preventivi

333 3137133 - 06 7820216  
[www.amsinprinting.it/amstore](http://www.amsinprinting.it/amstore)



# TOP PLAYER



## CLAUDIA JENSEN

### IL BELLO DEVE ANCORA VENIRE

**A**rgentina, ma con sangue anche italiano, nasce a Madrid il 21 luglio del 2005. Claudia Jensen è una delle giovanissime stelle che stanno scalando la classifica a tempo di record, mettendo un piede, seppur per un breve periodo anche tra le top 10, dopo il successo nel P1 di Acapulco. Con il 71% di vittorie, giocava prima della sosta estiva in coppia con Jessica Castellò, altra rivelazione di questa stagione, con la quale ha dimostrato in più di una occasione di poter competere con le migliori giocatrici del mondo. Vediamo cosa ci aspetta per questa seconda metà della stagione che giocherà in coppia con Daria Valenzuela.

**Quali sono le vostre aspettative per questa stagione?**

Vogliamo arrivare tra le prime 4 coppie del mondo.

**Quali sono le chiavi del successo di una coppia?**

Penso che andare d'accordo in campo sia fondamentale, ma credo che sia essenziale avere un ottimo rapporto anche fuori, per conoscersi bene e sostenerci anche nei momenti di più difficili.

**Che rapporto ha con le altre giocatrici?**

Sono ancora giovane e onestamente non ho molte amicizie strette nel circuito, ma comunque credo di andare d'accordo con la maggior parte di loro.

**Vede qualche altro paese emergere con i propri giocatori per il futuro?**

Dal mio punto di vista, direi la Svezia, il padel in questo paese sta migliorando sempre di più, dato che hanno anche delle strutture incredibili, che permettono a sempre più giocatori di allenarsi al meglio.

**Le piace il tennis ed hai mai giocato a pickleball?**

I miei genitori hanno sempre giocato a padel, ma io ho iniziato a giocare a tennis all'età di 4 anni, uno sport che mi piaceva molto e che ho mantenuto fino a 12 anni, quando sono passata definitivamente al padel. Riguardo al pickleball lo trovo curioso, dico sempre che mi piacerebbe provarlo.

**Ha qualche rituale in campo prima o durante la partita?**

La verità è che ne ho molti, per esempio tocco sempre la porta superiore quando sto per entrare in campo.

**Un aneddoto divertente che le è capitato durante un torneo?**



Ogni volta che ci sono i miei fratelli a vedermi, mi succede sempre qualcosa di buffo. Mi ricordo quando stavo giocando a Madrid, mi ha ceduto la caviglia durante uno scambio e sono andata a finire contro il vetro, facendo un rumore incredibile... avrei voluto sotterrarmi (ride).

**A chi dedica le sue vittorie?**

La mia famiglia mi rimprovera sempre che non gli dedico mai le mie vittorie nelle interviste dopo le partite, ma è solo perché mi dimentico (ride). Ovviamente, tutte le mie vittorie vanno a loro e a tutte le persone che mi sostengono e mi stanno sempre accanto.

**Si trova bene con i social network?**

È sempre stato un problema per me. È una cosa che trovo piuttosto difficile, ma quest'anno ho un ragazzo che si occupa dei miei social network e sono molto contenta.

## ARANZAZU OSORO

### LA "VICHINGA" CHE NON

### MOLLA MAI!



**Quali sono le sue aspettative per questa stagione?** Considerata l'attuale posizione in classifica, l'obiettivo è di arrivare tra le prime 8 coppie.

**Quali sono le chiavi del successo in campo di una coppia?**

Le ore. Allenarsi insieme per tante ore, per conoscere al meglio il proprio partner.

**Com'è il rapporto con le sue ex compagne fuori dal campo?**

È molto buono. Penso che quando entri in campo, hai solo una missione, ossia battere l'avversario che hai davanti. Poi finita la partita siamo amiche più di prima.

**Vede qualche altro paese emergere per il futuro?**

L'Italia sta diventando molto forte nel femminile, così come la Francia, e presto ne vedremo delle belle anche dai paesi nordici.

**Le piace il tennis ed ha mai giocato a pickleball?**

Sì, mi piace il tennis, anche se non lo pratico. Sul pickleball, penso che prenderà sempre di più piede, anche se ad oggi non ci ho mai ancora giocato.

**Come vede il padel tra 10 anni?**

Penso che il padel sia una "bomba" e lo ha dimostrato con la sua crescita esplosiva. Ora speriamo che continui questo trend in modo costante.

**Ha qualche rituale in campo prima o durante la partita?**

Ne ho parecchi, sono piuttosto maniacale.

**A chi dedica le sue vittorie?**

Alla mia famiglia, che mi ha aiutato e sostenuto sempre, condividendo tutti i sacrifici che ho fatto per arrivare dove sono oggi.

**Si trova bene con i social network?**

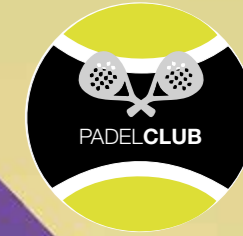
Sì, mi divertono molto, anche se non gli dedico tantissimo tempo.

**A**rgentina, classe 1996, nata il 3 giugno a Paraná, Aranzazu Osoro Ulrich, è una delle giocatrici più insidiose e combattenti del circuito. Aranza o meglio "Zazu", come viene soprannominata da tutti, è una vera trascinatrice in campo coinvolgendo ogni volta le arene in cui gioca in modo scenografico. Il pubblico la ama e la sostiene sempre con molto entusiasmo. Giocava fino ad alcune settimane fa in coppia con Marta Marrero, veterana ed ex numero 1 al mondo, che era rientrata in campo dopo un anno e mezzo dopo la maternità. Aranza proseguirà questo finale di stagione con l'esperta e campionessa del mondo, Veronica Virseda.



# TOP PLAYER

# TOP PLAYER



## JESSICA CASTELLÓ

# OBIETTIVO TOP 4



**N**ata a Villena il 29 ottobre del 1997, Jessica Castelló ha iniziato a giocare a padel all'età di 19 anni. La spagnola ha capito da subito che questo era il suo sport per la vita e che l'avrebbe portata a raggiungere importanti traguardi, come sta accadendo se vediamo la classifica dove occupa la posizione n.8. Con il 71% di vittorie, tanto entusiasmo ed un grande gioco in campo, Jessica ha militato in Premier fino a poche settimane fa in coppia con Claudia Jensen, altra rivelazione di questa stagione, con la quale ha dimostrato in più di una occasione di poter competere con le migliori giocatrici del circuito. Jessica continuerà questo finale di stagione insieme alla "maestra" ed esperta Alejandra Salazar.

**Che aspettative ha per questa seconda parte della stagione?**

Finire l'anno tra le prime 4 coppie e lottare per arrivare a disputare più semifinali e magari finali nelle prossime tappe.

**Quali sono le chiavi del successo di una coppia?**

Fiducia e pazienza nel proprio partner e nella squadra, oltre a dedicare tempo al progetto in modo che la coppia funzioni e i risultati riflettano il lavoro svolto giorno dopo giorno.

**Lei gioca spesso contro avversarie con cui ha giocato in coppia: com'è il suo rapporto con loro fuori dal campo?**

E' molto buono e c'è un affetto reciproco.

**Vede qualche altro paese emergere per il futuro?**

Penso che l'Italia e la Svezia siano i Paesi in cui il padel è cresciuto di più negli ultimi anni e su cui le federazioni stiano scommettendo molto.

**Le piace il tennis ed hai mai giocato a pickleball?**

Sì, ho giocato a tennis dall'età di 5 anni fino ai 18 ed è stata la mia passione fino a che non ho conosciuto il padel. Non ho ancora giocato a pickleball, ma mi piacerebbe provarlo, sono sicura che mi divertirei molto, perché amo tutti gli sport di racchetta.

**Come vede il padel tra 10 anni?**

Si sarà evoluto molto, soprattutto a livello internazionale e si sarà esteso a molti Paesi in cui il padel era ancora poco conosciuto. Spero che per allora, il padel sarà diventato anche uno sport olimpico.

**Ha qualche rituale in campo prima o durante la partita?**

Mi siedo sul lato esterno della panchina, il più lontano dal campo.

**Può raccontarci qualche aneddoto divertente che le è capitato durante un torneo?**

Non è facile sceglierne uno solo, ma vi dico solo che con Claudia ce ne capitano di tutti i colori (ride).

**A chi dedica le sue vittorie?**

Alla mia famiglia, al mio compagno e alla mia squadra, ma soprattutto a mio padre. Si trova bene con i social network?

Non sono una persona a cui piace postare troppo e onestamente non sono neanche molto brava. Credo però che oggi siano molto importanti e ci permettano di essere più vicini a tutte le persone che ci seguono e ci sostengono ogni giorno.

## LEANDRO AUGSBURGER

# SONO GIOVANE MA AMBIZIOSO



**N**ato in Argentina a Posadas Misiones l'11 agosto del 2004, Leandro "Leo" Augsburger è uno dei giovanissimi "outsider" firmati NOX, predestinati a diventare uno dei futuri fenomeni di questo sport. Ha stupito tutti lo scorso anno nel WPT messicano di La Rioja, arrivando in finale con il suo ex compagno ed altra stella del futuro, Valentino "Tino" Libaak, con cui ha formato la coppia dei Megapibes. E pensare che avevano appena una wild card in Messico e non erano neanche tra i primi 100 in classifica! In Premier Leo deve ancora crescere e da poco tempo è passato a giocare con Alex Chozas. Siamo certi che a breve lo vedremo fare coppia con qualche top per continuare la sua ascesa, considerata la sua giovane età.

**Che aspettative ha per questa seconda parte della stagione?**

Il mio obiettivo è di continuare ad aumentare il ritmo per puntare a vincere il più possibile e scalare la classifica.

**Quali sono le chiavi del successo di una coppia?**

Si passano molte ore in campo e questo si riflette anche nel privato. Per me è importante mantenere un buon rapporto di amicizia con il partner e proprio per questo, spetta a ciascuno di noi superare gli ostacoli insieme, come deve fare una vera squadra.

**Hai avuto la fortuna all'inizio della tua carriera di fare coppia con Javi Rico, ci racconti qualcosa di lui.**

Con Javi ci conosciamo da quando eravamo bambini, gli voglio molto bene ed è proprio come un fratello per me. Abbiamo anche giocato da avversari e l'ho battuto una volta (ride), ma la verità è che lui è un fenomeno e competere contro Javi è stato qualcosa di speciale.

**Vede qualche altro paese emergere per il futuro?**

Direi di sì, ora ci sono molti paesi con buoni giocatori che iniziano a competere, come l'Italia ed anche il Paraguay di cui si parla poco e dove il padel sta crescendo molto.

**Le piace il tennis ed hai mai giocato a pickleball?**

Sì, mi piace molto il tennis, infatti lo praticavo da bambino. Non conosco il pickleball.

**Come vede il padel tra 10 anni?**

Penso che sia in arrivo una grande generazione di giovani come me, che stanno emergendo giocando anche bene in un circuito di altissimo livello, ma soprattutto che avranno ottime prospettive per il futuro.

**A chi dedica le sue vittorie?**

In particolare ai miei nonni, che sono venuti a mancare proprio quando ero in Spagna. Poi ai miei genitori che sono lontani e che vivono ogni partita come se fosse una finale.

**Si trova bene con i social network?**

Onestamente non li guardo molto, ho un ragazzo di Madrid che li gestisce per me, quindi me la prendo molto comoda (ride).

# ROMA CAPUT COMFORT

In Via Merulana 10 il comfort si moltiplica: poltrone office, divani e poltrone relax ma anche letti, materassi, reti e sistemi letto a pressione bilanciata, per un benessere 24 ore su 24.

Dalla nostra esperienza decennale di consulenti del riposo i migliori brand del comfort ergonomico, selezionati per voi, a due passi dalla stazione Termini.

Venite a trovarci in negozio, vi faremo scoprire il vero significato della parola RELAX!



StraComodo Store  
Via Merulana 10, 00185 Roma  
06.77200958





# DIEGO ARMANDO MARADONA

## UNA LEGGENDA ANCHE NEL GAMING



Lo sport ci fa innamorare ogni giorno perché regala storie che riescono a travalicare i confini di una singola disciplina per affermarsi nell'immaginario collettivo. Una delle più iconiche in tal senso è quella che riguarda Diego Armando Maradona, leggenda del calcio e molto probabilmente uno degli sportivi più amati e discussi dell'era moderna. L'ar-

gentino e la sua parabola di sport e vita sono state immortalate in film, documentari sportivi e libri. Quello che in pochi sanno, però, e che scopriremo in queste righe, è che El Pibe De Oro è stato anche grande protagonista nel mondo dei videogiochi in maniera più o meno indiretta e in alcuni casi anche con qualche polemica. Vediamo in quali è apparso, e dove è possibile recuperarli. Diego Armando



Maradona è comparso in moltissime avventure videoludiche. Ci sono i titoli classici come la slot machine "Maradona" con tanto di premio bonus "El Pibe De Oro", vecchi giochi del Commodore 64 come il cult Peter Shilton's Handball Maradona (in cui il giocatore doveva vestire i panni del portiere che subì il celeberrimo gol di mano) e titoli decisamente più moderni o contemporanei. Ma andiamo in rigoroso ordine cronologico. I primi videogiochi a poter "guidare" l'ex numero 10 del Napoli furono quelli che, nel 1992, ebbero la fortuna di giocare a Goal'92, grande classico delle sale giochi in cui era possibile scegliere una delle più forti nazionali del mondo. Nazionali che avevano al loro interno alcuni protagonisti le cui fattezze ricordavano quelle dei calciatori reali. C'erano Michel Platini per la Francia, Salvatore Schillaci per l'Italia e, ovviamente, Diego Armando Maradona per l'Argentina. Il 1993 fu invece l'anno di Pro Moves Soccer per Sega Mega Drive, gioco a scorrimento verticale abbastanza innovativo per quegli anni. Sviluppato da BSG Developments e ZAT productions, il titolo aveva i nomi reali per le squadre ma non per i giocatori. E in questo caso abbiamo un esilarante "Donadona" come avatar del

fuoriclasse argentino. Un anno più tardi Maradona "sbarcò" anche su Super Nintendo grazie al mitico International Superstar Soccer. In realtà il capitano argentino si chiamava Redonda ma la silhouette e l'immane numero 10 lasciavano poco spazio alle interpretazioni. Per vedere l'argentino con il suo vero nome dobbiamo balzare in avanti fino al 2017, anno in cui uscì PES 2017. Tra i capitoli meglio riusciti della saga PES, quello del 2017 comprendeva Maradona come stella della modalità di gioco MyClub. Piccolo aneddoto. Diego non prese molto bene il fatto che venne inserito nel database senza essere stato contattato per discutere dei suoi diritti d'immagine. Una disputa che durò poco dal momento che il giocatore comparve, con tanto di trailer dedicato al suo incredibile gol contro l'Inghilterra, nell'edizione 2018 dello stesso PES. Dal 2020, invece, la Master League del gioco si è arricchita di manager reali, tra cui, appunto "El Diez". E per i più fortunati che possiedono PES 2021 è importante ricordare che esiste una patch dedicata alle squadre storiche della nostra Serie A in cui è presente anche il Napoli '87-'88, anno in cui Maradona fece impazzire tutto il popolo partenopeo. Sempre

a partire dal 2018 l'ex calciatore e allenatore, è arrivato anche all'interno del mondo FIFA, e più precisamente nell'Ultimate Team, dedicato alle leggende che hanno fatto la storia del calcio. Anche il rapporto con Electronic Arts, però, non iniziò nel modo migliore e ancora oggi non è propriamente lineare. Il motivo? L'inserimento di una foto di Maradona all'interno di una coreografia dedicata alla Juventus. Una mossa che suscitò la reazione infastidita di Diego che quando giocava nel Napoli era il più grande rivale sportivo dei bianconeri. Piccola curiosità finale per gli appassionati di giochi manageriali. Esiste anche una versione di Football Manager per Amiga che si chiama Diego Maradona World Football Manager uscito nel 1992. Non è facile da trovare ma gli amanti del gaming retrò e del calcio d'epoca potrebbero aver trovato pane per i loro denti.





A cura di Gabriele Ferrieri  
Presidente ANGI Associazione Nazionale Giovani Innovatori

## L'INNOVAZIONE NEL SETTORE NAUTICO

# TECNOLOGIE E APPLICAZIONI PER TUTTA LA FILIERA

Tanti i progetti di successo presenti alla kermesse del Salone Internazionale di Genova



Il mondo dell'innovazione non conosce confini e anche nel settore nautico importanti sono i progetti che sono stati presentati in questi giorni nella 64esima edizione del Salone Internazionale di Genova con l'importante presenza e supporto dell'agenzia Ice e del Ministero degli Esteri. Un'importante percorso che mira non solo a consolidare l'eccellenza del made in Italy e a valorizzare il settore, ma anche l'opportunità di sviluppare solu-

zioni innovative grazie alla promozione delle nuove tecnologie a sostegno del mondo della nautica da diporto. Le applicazioni sono facili ed intuitive con grandi opportunità di crescita per tutto il comparto: si va dalle app intuitive all'accessibilità per la manutenzione delle imbarcazioni fino ai supercondensatori modellabili e al design dei giovani brand che, tramite l'intelligenza artificiale e i nuovi materiali per il rivestimento, permettono di poter combattere anche l'inquinamento marino. Andiamo a scoprire quali sono stati i progetti più importanti. Captayn è la piattaforma software creata da esperti del Post-Vendita per i professionisti che desiderano fornire supporto ai propri Clienti in modo moderno, efficiente e sostenibile. Attraverso l'App Captayn, disponibile gratuitamente su Apple Store e Google Play, viene fornito un servizio in grado di elaborare diagnosi relative alla propria imbarcazione in maniera autonoma e intuitiva. Grazie ad

un processo interattivo strutturato in tre fasi (richiesta, ricerca e soluzione), Captayn permette agli utenti di ottenere supporto in qualsiasi momento e da qualsiasi luogo. Easysea si pone l'obiettivo di rivoluzionare l'accessoristica nautica tramite innovazione tecnologica e di design. Ispirandosi ad aziende come Apple, Dyson e Tesla, per contaminare il settore nautico con un nuovo design e tecnologie innovative. La mission è quella di migliorare l'intera customer



journey dei Clienti attraverso lo sviluppo di devices easy to use, innovativi e di altissima qualità, rimettendo al centro i bisogni degli utenti grazie ad un customer centric development. Tale approccio ha portato Easysea a identificare i bisogni degli utenti in maniera puntuale e proattiva, orientando la progettazione dei devices secondo criteri quali ergonomia, praticità, facilità di manutenzione, funzionalità, sicurezza e ottimizzazione dello spazio. FUTUR-E è il natante che non c'era. Nato dall'esperienza trentennale nel campo della progettazione navale dello studio Centrostiledesign, è il mezzo che sintetizza nel migliore dei modi l'industria nautica, aeronautica

e automobilistica da cui trae ispirazione. Grazie al sistema cinematico di cui è dotata, riesce a gestire in sincrono il movimento dei foil a dinamica indipendente, sotto il controllo di un'unica unità di comando che configura ogni movimento, mentre gli stessi sono perfettamente integrati nel profilo del natante, limitando il loro ingombro. EHYFA ha sviluppato un rivestimento protettivo delle carene a impatto "zero", fornendo una risposta alle esigenze della nostra generazione nella lotta contro il cambiamento climatico e l'inquinamento marino. L'alto grado di inquinamento provocato dalle tradizionali protezioni antivegetative è un problema ampiamente riconosciuto, che si accompagna ad un'efficacia limitata nel tempo. Il sistema di protezione, grazie all'utilizzo di prodotti base e di metodi di applicazione diversi, adattati per la singola esigenza (tipologia di carene, vela, motore, diporto, racing, ecc.), rappresenta oggi una soluzione innovativa e definitiva al problema dell'inquinamento dei mari e alla protezione delle imbarcazioni.

Infine, fondata a Modena nel 2020, Novac è una startup innovativa focalizzata sulla rivoluzione dell'industria dello stoccaggio dell'energia attraverso lo sviluppo di supercondensatori allo stato solido e modellabili. Questi supercondensatori (o supercap) sono progettati per essere integrati in materiali compositi, come la fibra di carbonio, ottimizzando lo spazio e riducendo il peso complessivo del sistema di accumulo. La tecnologia di Novac è ideale per industrie che richiedono alte prestazioni, sicurezza ed efficienza, tra cui i settori automobilistico, aerospaziale e, soprattutto, quello marittimo.

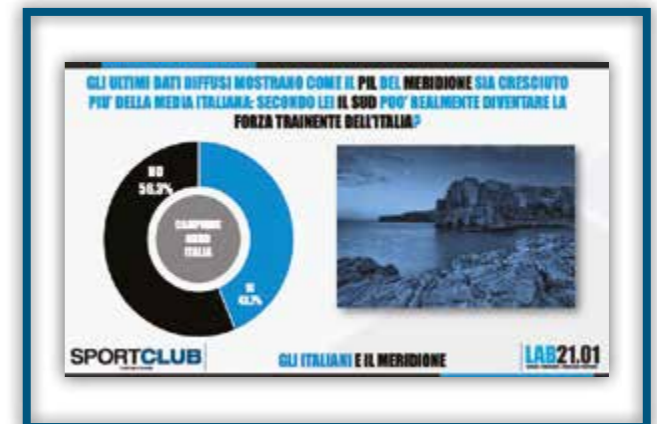
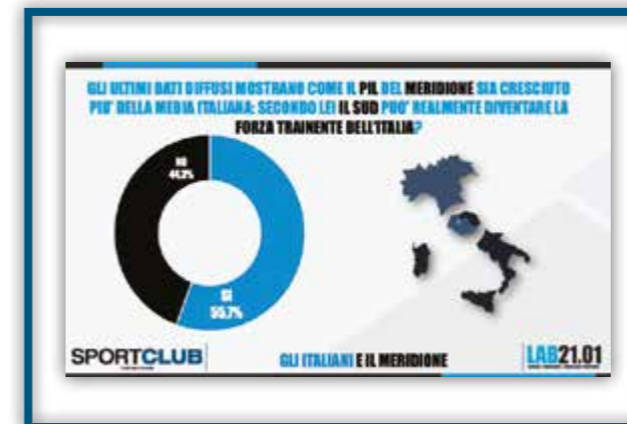


# IL NUOVO RUOLO DEL SUD NEL SISTEMA PAESE ITALIA

Come è noto il Sud Italia ha sempre rappresentato un'area di grande potenziale, purtroppo spesso in ombra rispetto al resto del Paese. Negli ultimi anni, tuttavia, si è assistito a segnali positivi che dimostrano come il Meridione possa giocare un ruolo cruciale nello sviluppo complessivo del sistema Paese. Secondo recenti dati economici, il PIL del Sud è cresciuto a un ritmo superiore rispetto alla media italiana, sollevando interrogativi su come questa parte del Paese possa realmente diventare la forza trainante per l'Italia.

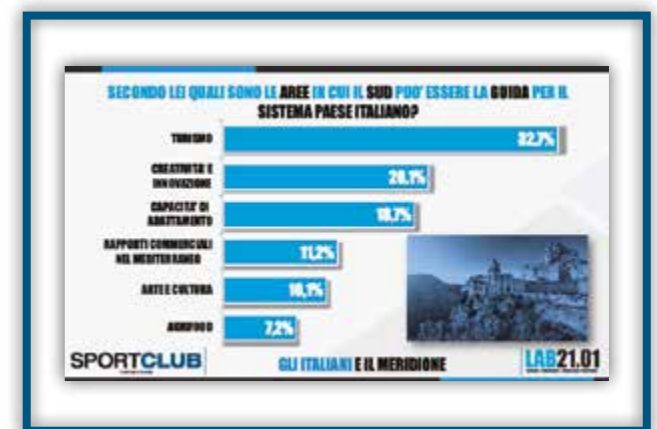


L'istituto demoscopico LAB.21.01 ha realizzato tra Agosto e Settembre 2024, un'indagine demoscopica tramite la somministrazione di 1.500 interviste valide e complete ad un campione rappresentativo della popolazione italiana maggiorenne.



Proprio per questo nell'ultima rilevazione l'istituto demoscopico ha chiesto agli italiani se "il sud può realmente diventare la forza trainante dell'Italia": il 55,7% degli intervistati ha risposto positivamente, mentre 4 italiani su dieci non credono che possa essere possibile. Ponendo la stessa domanda ad un campione di intervistati residenti nel "Nord Italia" i risultati cambiano di segno: la maggioranza, il 56,3%, non crede sia possibile che il sud possa diventare la forza trainante del Paese. Le ultime due domande sono dedicate ai punti di forza e debolezza del meridione e a quali potrebbero essere le aree in cui il Sud Italia potrebbe realmente diventare la guida per il Sistema Paese Italia. Servizi e burocrazia: è interessante notare come i servizi scolastici e sanitari sono percepiti come cruciali per il miglioramento dell'Italia meridionale. L'attenzione a questi settori è fondamentale, poiché una buona istruzione e assistenza sanitaria sono pilastri per lo sviluppo sociale ed economico. Altro tema centrale è rappresentato dal binomio Clientelismo e criminalità: è un punto critico che mina la fiducia degli investitori e ostacola il progresso. Affrontare questi pro-

blemi è essenziale per creare un ambiente favorevole allo sviluppo. Allo stesso modo anche le infrastrutture e la mobilità: la carenza di infrastrutture adeguate e la mobilità limitata sono ostacoli significativi. Investimenti in queste aree possono migliorare l'accessibilità e stimolare la crescita economica. Tra i punti di forza c'è sicuramente la posizione strategica nel Mediterraneo e la capacità imprenditoriale. Utilizzare il clima e il paesaggio naturale come attrattori turistici può anche contribuire a valorizzare il territorio. I dati mostrano come il Sud possa diventare un leader in diversi settori, come agrifood, arte e cultura, e turismo. Queste aree non solo sono storicamente forti, ma hanno anche il potenziale per innovare e attrarre investimenti. Anche la creatività e la capacità di adattamento sono indicate come punti di forza: sfruttare queste caratteristiche può far emergere nuove opportunità imprenditoriali e culturali come valorizzare i rapporti commerciali nel Mediterraneo: la capacità del Sud di rafforzare i rapporti commerciali con altri paesi mediterranei può contribuire a una crescita economica sostenibile e a una maggiore integrazione regionale.



# L'ENTUSIASMO CI STA STRETTO!

Settima edizione della Traversata dello Stretto firmata Due Ponti e la passione che caratterizza questo evento è immutata!

Ogni anno nuovi "traversatori" si uniscono ai tanti per cui è diventato un appuntamento annuale imperdibile. Nuotare nel tratto di mare che divide la Sicilia dal Continente, ricco di storia, miti e fantasie, rimane nel cuore, ricordo indelebile per un'impresa sportiva condita dalla magia di uno dei luoghi più belli del mondo. Complimenti a tutti i partecipanti alla Traversata, diretta con maestria, professionalità e gentilezza da Nino Fazio e Giovanni Arena:

Emanuela Barbieri, Andrea Battista, Alberto Cannata, Leonardo Ceccarelli, Andrea Chiantante, Andrea Cuneo, Cristina De Santis, Fabiana Flamini, Valentina Forlani, Luigia



Latteri, Sirio Leoncini, Alessandro Liverani, Elena Macrellino, Gloria Martorelli, Domenico Mascagni, Stefano Nicolò, Fabrizio Nucifora, Cristiano Pettinelli, Andrea Pironamonte, Mir-



ko Procopio, Barbara Puri, Tiziana Raimondi, Marcello Rossoni, Alessandro Savini, Roberto Scrofani, Riccardo Sebastiani, Andrea Strino, Danilo Tarroni, Silvia Tirocchi, Annarita Trimiti, Luigi Vassallo.

Grazie a Mary Pino che, sicuramente, vanta il maggior numero di presenze, non avendo mai perso un'edizione come fotografa ma soprattutto amica! Sono sue le foto...



# SECONDI A NESSUNO!

Campionati italiani Master Acque Libere

Foto di Renato Consilvio

Dopo tre giorni di gare molto impegnative, anche per le condizioni del mare, il Due Ponti si è laureato vice Campione d'Italia, dietro la squadra dei Nuotatori Genovesi nei Campionati Italiani Master Acque Libere che si sono svolti a Piombino dal 6 all'8 settembre. Tre giorni di gare che hanno visto migliaia di nuotatori di 150 società, provenienti da tutta Italia, affrontare le distanze dei 5.000 m (venerdì), Miglio e Staffette 4X1.250 (sabato) e 3.000 m, a chiudere, domenica, il calendario con un mare ai limiti



della praticabilità con onda di 70 cm. Nella 5.000 m, medaglia d'oro per Caterina Tebaldi (70F), argento per Massimiliano Pinto (55M) e bronzo per Barbara Grillo (50F). Nel Miglio, oro per Gianluca Volante (45M) e Sabina Sallander (80F). Staffetta 4X1.250 F220 oro per Francesca Leboffe, Luigia Latteri, Silvia Tirocchi e Barbara Grillo. E terzo podio per Barbara Grillo, Campionessa Italiana nei 3.000 m (50F). Oltre ai nuotatori che sono saliti sul podio, tutti gli atleti hanno dato un contributo importante con piazzamenti di rilievo in tutte

le gare in programma. Così come rilevante è l'apporto degli allenatori Gianni Butera, Andrea Chiantante e Massimiliano Pinto.





## Andy Diaz e Fabrizio Donato, grinta e determinazione per vincere!

di Andrea Cicini

# DUE CUORI IN UN GRANDE BRONZO OLIMPICO



**C**i sono storie che nascono veramente sulla strada, che fanno parte di un destino incondizionato ed insolito, per pochi sicuramente. Un viaggio fatto di un incontro che ha trasformato due vite in una sola, combinazione vincente donata alla Sport italiano. Andy Diaz e Fabrizio Donato, due uomini, due Atleti, due campioni e due grandi storie, che hanno portato la nostra Italia ad essere fieri di loro e del loro Bronzo Olimpico! Sono certo che ne vedremo ancora delle belle, perché sognare con loro è qualcosa di raro e coinvolgente.

**Caro Andy, finalmente hai realizzato un grande sogno, dal Giappone sei approdato a Parigi 2024, e con la tua nuova maglia blu hai rappresentato l'ITALIA, salendo sul podio con un fantastico Bronzo olimpico. Quale è stato l'impatto emotivo entrando nello stadio olimpico di Parigi 2024? Paure ed emozioni?**

Ero molto emozionato, non vedevo l'ora di gareggiare e onorare la maglia azzurra, sentivo molta pressione, ma non perché avessi paura, ma perché sapevo che era il mio momento di dimostrare a me stesso che avevo aspettato tre anni per una sola occasione e non potevo sprecarla. Sicuramente è stato un turbinio di emozioni molto forti che non avevo ancora mai provato così intensamente. È stato un sogno da cui non vorrei mai svegliarmi.

**Nella prima parte delle qualifiche abbiamo visto un Andy molto grintoso e carico, forse troppe nuove emozioni inaspettate o hai sentito la forza del grande pubblico nello stadio? Come ti sei sentito?**

Il pubblico non era un problema, al contrario, mi piace sentire l'energia che trasmette, ho semplicemente commesso errori nella rincorsa d'impulso che non mi ha permesso di essere molto libero al momento di iniziare il balzo.

**Una gara Olimpica, impegnativa ma di grande trionfo, un Bronzo che pesa e che testimonia un grande viaggio. Come è essere sul podio delle Olimpiadi?**

Sono davvero molto felice di far parte di quel piccolo gruppo che ha ottenuto una medaglia olimpica, ci si sente super bene, è un sogno che molti hanno e io ho potuto realizzare il mio. Ma se mi chiedi se sono soddisfatto, ti confermo non proprio, perché abbiamo fatto un viaggio con sudore, pianto e gioia con la certezza che potevamo



salire sul gradino più alto, ma non sempre va come si vuole, a Los Angeles le cose cambieranno, ne sono certo e darò ancora di più, per me e per l'Italia.

**Andy, hai superato il record del tuo allenatore lo scorso Golden Gala a Firenze, ora hai preso il Bronzo come Fabrizio Donato a Londra, quale sarà il prossimo salto?**

L'obiettivo sarà sempre lo stesso, vincere! Vincere insieme!

**Quanto la mamma e tutta la nuova "famiglia" a torno a te, ti hanno dato la forza di far crescere questa grande energia che tu hai dentro e che quando sei in pedana esce fuori. Sono im-**

**portanti questi valori della famiglia e degli affetti sinceri che ti sono vicini?**

Mia madre è la donna per cui vivo da quando ero bambino, ho visto come lavorava per darmi un futuro migliore, tutta la volontà, la disciplina e la forza di lottare la devo a lei. Essere in una finale olimpica e sapere che tua madre ti sta guardando da vicino, mi riempie il cuore e dà l'energia per non fermarmi mai. Mi sento davvero molto fortunato, perché ho al mio fianco persone che mi stimano davvero molto e con loro abbiamo creato un'unione familiare importantissima per i miei valori di vita.



## FABRIZIO DONATO

Fabrizio, atleta, allenatore, coach, mentore e supporto morale per il tuo grande ANDY. Vedervi è una combo stupenda che si esprime in un sentimento stupendo di grande complicità.

**Qual è il segreto e la forza di questo grande legame?**

Onestamente penso che il tutto si possa racchiudere in "semplicità"



io e Andy riusciamo a rendere facile ciò che è difficile. Siamo stati fortunati ad incontrarci, il nostro binomio è vincente, è un modello unico nel suo genere è forse neanche ripetibile. Abbiamo le stesse ambizioni gli stessi ideali e soprattutto non ci accontentiamo mai.

Si è vero ormai l'allievo ha battuto il maestro e ne sono felice. Le nostre medaglie olimpiche hanno due storie incredibili, stesso metallo aggiungerei prezioso, lo stesso giorno, il destino alcune volte regala sorprese incredibili, per entrambi il 9 agosto. Vederlo su quel podio è stato emozionante ed ha sbloccato in me ricordi che forse avevo dimenticato, non vi nascondo che mi sono emozionato. È stato stupendo ed unico.

**Quali sono le tue emozioni, gioie, paure dell'accompagnare un atleta come ANDY e tanti altri che ti scelgono come loro punto di riferimento atletico e di crescita sportiva?**

Accompagnare gli atleti con la speranza di aiutarli a realizzare i loro sogni è una grande responsabilità. A maggior ragione con Andy dove per ovvi motivi le ambizioni sono grandi, ma ciò non mi spaventa, la mia grande esperienza mi aiuta a sbagliare poco, sì, è proprio così, il bravo allenatore è colui che sbaglia meno.

**La vita sportiva e degli atleti è fatta di cadute e rigenerazione interiore e soprattutto sfide. Quale saranno le vostre prossime avventure?**

È proprio così la vita dell'atleta è una grande avventura. Il nostro viaggio è iniziato 3 anni fa, forse sono pochi ma sicuramente intensi. Abbiamo vissuto talmente tante emozioni che ho l'impressione di conoscere Andy da sempre. Ci aspetta un quadriennio Olimpico ricco di appuntamenti e cercheremo di non lasciare nulla per strada, Los Angeles 2028 è dietro l'angolo... Noi ci saremo!

**Quando è importante per ANDY oggi poter far parte di un gruppo militare sportivo, di grande orgoglio come le Fiamme Gialle?**

Oggi Andy è un finanziere in forza al primo nucleo atleti, le fiamme gialle hanno contribuito in modo significativo per far sì che Andy potesse essere messo nelle migliori condizioni possibili per raggiungere i suoi obiettivi e allo stesso tempo portando prestigio alle ffg. I gruppi sportivi militari sono di fondamentale importanza per far sì che i migliori atleti possano allenarsi e competere con i migliori al mondo.



# DUE PONTI SPORTING CLUB

## LO SPORT NELLA CAPITALE

FITNESS  
SALA PESI  
PADEL  
TENNIS  
NUOTO  
CALCIO  
RUNNING  
TRIATHLON



[WWW.DUEPONTISPORTINGCLUB.IT](http://WWW.DUEPONTISPORTINGCLUB.IT)

DUE PONTI SPORTING CLUB - VIA DEI DUE PONTI 48/A - 00189 ROMA - 063339360



PARIGI 2024

#parigi2024

La nazionale femminile di volley

## ANALISI DI UNA OLIMPIADE DA INCORNICIARE

si ringrazia la piattaforma Preply

# DONNE D'ORO

I trionfi femminili riscrivono la storia olimpica italiana

**D**a poco più di un mese si sono conclusi i Giochi Olimpici di Parigi, che hanno saputo regalare momenti di grande emozioni per l'Italia. Nonostante le polemiche e le controversie che hanno accompagnato questa edizione, lo spirito olimpico ha prevalso, dimostrando ancora una volta come lo sport sappia unire ed ispirare. L'Italia ha saputo eguagliare il record di medaglie totali conquistato a Tokyo 2020: vediamo insieme quali regioni hanno contribuito al maggiore numero di successi in uno studio recentemente realizzato in un'indagine condotta dalla piattaforma Preply.

### PICCOLE REGIONI, GRANDI IMPRESE: IL SUCCESSO DI BASILICATA, UMBRIA E TRENINO

Per quanto riguarda il numero di medaglie totali, in testa troviamo la Lombardia (15); tra i successi della regione più popolosa d'Italia, spiccano quello di Alice Bellandi nel judo, Giovanni De Gennaro



Alice Bellandi (judo)



Alice D'Amato e Manila Esposito (ginnastica artistica)

nel kayak e Chiara Consonni nel ciclismo (in coppia con la toscana Vittoria Guazzini). Seguono Toscana e Veneto, rispettivamente a 12 e 9 ori. Senza medaglie purtroppo 4 regioni: Valle D'Aosta, Molise, Abruzzo e Calabria. Bene, invece, Basilicata (Federica Palumbo, fioretto a squadre), Umbria e Trentino: queste tre regioni infatti, nonostante siano alcune delle regioni meno popolate d'Italia, hanno saputo trionfare, come nel caso dello storico argento nei 10000 metri piani di Nadia Batocletti, originaria di Cles.

### VENETO E PIEMONTE SUL PODIO, SEMPRE PRESENTI TRA ORI, ARGENTI E BRONZI

Passando al 'colore' delle medaglie, la Lombardia si conferma al primo posto nelle medaglie d'oro, con ben 7 primi posti, tra cui l'oro del varesino Martinenghi nei 100 metri rana, primo per gli azzurri nella rassegna parigina. Al secondo posto con 4 ori ancora la Toscana (Paoletti, Rossetti, Consonni, Cambi) che precede la Sicilia di Fiammingo,

Santuccio e Sylla, mentre al terzo posto con 2 successi sul gradino più alto del podio un gruppo formato da Veneto, Emilia-Romagna, Friuli-Venezia Giulia, Sardegna e Liguria. Per gli argenti, inaugurati il secondo giorno dal verbanese Ganna nella cronometro di ciclismo, la Lombardia rimane in prima posizione (6). Seguono Emilia-Romagna con 4 - tra i quali il giovane Federico Nilo Maldini e il pluripremiato Gregorio Paltrinieri - e Toscana, Veneto, Piemonte e Lazio con 3. Da segnalare l'argento delle 'piccole' Marche nel fioretto a squadre con Tommaso Marini. Cambia invece la vetta della classifica nei bronzi: è infatti la Toscana (5) a trionfare grazie alle performance, tra gli altri, di Musetti, Taddeucci e Alessio. 4 bronzi invece per Veneto (3 della staffetta nuoto stile libero e Francesco Lamon nell'inseguimento a squadre maschili di ciclismo) e Piemonte, tra i quali la prima medaglia assoluta per il torinese Giorgio Malan. 2 terzi posti per Lombardia e Puglia (Monna, pistola 10 metri e Samele, sciabola): segue un nutrito gruppo di 7 regioni che hanno conquistato un bronzo in specialità come taekwondo (Simone Alessio), ginnastica artistica (Manila Esposito) e salto in lungo (Mattia Furlani).

### ORO IN ROSA: LE DONNE ITALIANE DOMINANO A PARIGI

L'analisi si conclude con il calcolo delle medaglie ottenute rispettivamente dalle donne e dagli uomini. È chiaro il dominio femminile, con le ragazze che si affermano nel numero totale di medaglie (44 vs 40) e negli ori, conquistandone ben 25 contro le 5 dei colleghi. Questo dato è dovuto alle vittorie di squadra ottenute nella scherma e nella pallavolo, dove l'Italia del CT Julio Velasco ha ottenuto la storica medaglia d'oro, la prima da quando la nazionale azzurra partecipa ai giochi olimpici. La situazione si ribalta, invece, per quanto riguarda gli argenti (17 a 11 per gli uomini) e i bronzi (18 a 8).



Chiara Consonni e Vittoria Guazzini (ciclismo)

## L'ESPERTO RISPONDE

A CURA DEL DOTT. DANILO TRAPANI E DEL DOTT. MARCO PILERI

# COME STANNO LE VOSTRE GENGIVE?



Esistono diversi stadi della malattia gengivale. Quello iniziale, chiamato gengivite, può essere caratterizzato dal sanguinamento delle gengive, che può verificarsi mentre si spazzolano i denti, si passa il filo interdentale o senza nessuna apparente ragione, in rare occasioni potremo anche macchiare il cuscino dove dormiamo. Lo stesso segno può anche essere rilevato durante una visita specialistica. Il sanguinamento è certamente un segnale prezioso che ci fa comprendere che in quel periodo in cui avviene, le nostre gengive non sono in forma. Se questo segnale viene trascurato nel tempo, la malattia gengivale progredisce passando allo stadio chiamato parodontite. A questo punto le strutture di supporto dei denti, come il tessuto gengivale e l'osso, iniziano a deteriorarsi. Questa forma di malattia gengivale potrebbe presentare sintomi solo quando ormai è molto avanzata. Alcuni segni di parodontite potrebbero essere i seguenti: tasche gengivali, spazi interdentali, perdita dei denti, alitosi, recessione gengivale (le gengive si ritirano scoprendo i denti e facendoli sembrare più lunghi), sanguinamento delle gengive. Da questa breve analisi comprendiamo come quel segnale iniziale di sanguinamento è un alert importante, perché ci motiva ad andare in studio e verificare insieme al nostro igienista cosa sta succedendo, e bloccare questo circolo vizioso che porterebbe, se trascurato, a danni irreversibili ai tessuti che sostengono i nostri denti. Quali fattori innescano la gengivite e di conseguenza se si trascura, la malattia parodontale? Il biofilm batterico è uno dei fattori maggiori che attivano questa condizione patologica. Ma cos'è? È uno strato di pellicola batterica che si forma costantemente sui denti, in modo maggiore al margine, dove il dente si immerge nella gengiva. Se non viene rimossa regolarmente da un adeguato spazzolamento, i batteri possono provocare gonfiore alle gengive. Man mano che questo processo avanza, le gengive iniziano a separarsi dai denti, permettendo al biofilm di batteri di proliferare sotto la linea gengivale. Una volta che i batteri si sono infiltrati fino a questo punto, il processo infiammatorio avanza distruggendo l'osso e il tessuto gengivale. Il biofilm batterico, sia sopra che sotto la linea gengivale, può indurirsi creando un calcolo, comunemente chiamato tartaro. Anche il tartaro è ricoperto di batteri e, a motivo della sua durezza e aderenza ai denti, è più difficile da rimuovere rispetto al biofilm. Pertanto, i batteri possono continuare a prosperare e ad attaccare incontrastati le gengive. Vi sono diverse variabili che possono rendere soggetti alla malattia gengivale. Tra questi ci sono scarsa igiene orale,

assunzione di medicinali immunosoppressivi e per la cura dell'epilessia, infezioni virali, stress, diabete incontrollato, eccessiva assunzione di alcol, uso di tabacco e cambiamenti ormonali dovuti alla gravidanza. È utile ricordare che la gengivite trascurata e la conseguente degenerazione parodontale possono portare alla perdita di denti, la ridotta capacità di masticare il cibo e gustarselo, tutto ciò può incidere anche sul modo di parlare e sull'aspetto, abbassando notevolmente la qualità della vita. Ma è corretto evidenziare che le ricerche hanno dimostrato che la salute orale è strettamente legata alla salute generale, soprattutto a quella dell'apparato digestivo, inoltre negli ultimi anni è stato evidenziato come la parodontite può influire negativamente su diabete, malattie cardiovascolari e sulla gravidanza con parti prematuri e neonati in sottopeso. Visto che svolgono un muro protettivo così importante a favore dell'osso e del dente che avvolgono, è importante chiederci, come stanno le mie gengive? Il sanguinamento da una prima risposta a questa domanda come abbiamo detto, ma fate regolarmente davanti allo specchio un'ispezione della vostra bocca, osservando il colore e la forma delle vostre gengive. Il colore rosa e l'assenza di gonfiore, con un aspetto a buccia d'arancia della gengiva, potrebbero testimoniare che le vostre gengive stanno attraversando un momento di forma. Ma tutto questo non elude i controlli semestrali dal proprio igienista di fiducia, per andare ad analizzare zone d'ispezione della nostra bocca, non raggiungibili con la sola nostra osservazione. Se invece notiamo sanguinamento, rossore, gonfiore è saggio chiamare il numero del nostro igienista di fiducia per una visita a breve e mettere in atto tutte quelle procedure specifiche per il nostro caso, per far regredire sul nascere questa insidiosa patologia e mantenere le nostre gengive sane e forti insieme ai nostri denti. A volte si pensa che qualche sciacquo con un buon collutorio possa far migliorare la situazione, ma in realtà il collutorio ha una sua ottima funzione disinfettante solo dopo aver rimosso il biofilm batterico e il tartaro con una seduta d'igiene professionale.

Alcuni quando pensano alle malattie del cavo orale, pensano alla carie! In effetti è sicuramente una delle più diffuse, ma il cavo orale è colpito da molte altre patologie più o meno diffuse e la gengivite è sicuramente in buona competizione con la carie come diffusione. Una caratteristica tipica di questa patologia è che nelle fasi iniziali non presenta sintomi immediati dolorosi, il che la rende particolarmente pericolosa. Un approfondimento di questa diffusa patologia può aiutarvi a ridurre il rischio di svilupparla.

STUDIO ODONTOIATRICO

LARGO SOMALIA 53,

T 0686212424





# DOLORE ALLA SPALLA?

L'INNOVAZIONE NELLA CHIRURGIA VERSO UNA NUOVA ERA DI SOLUZIONI PERSONALIZZATE E "TAILOR MADE"



La spalla è una delle articolazioni più complesse e vitali del nostro corpo, essenziale per la mobilità e la qualità della vita quotidiana. La sua funzione è cruciale, poiché consente una vasta gamma di movimenti, influenzando direttamente la nostra capacità di eseguire attività giornaliere e sportive. Ecco come la medicina sta trasformando il trattamento dei problemi alla spalla con approcci innovativi e altamente personalizzati.

**A**bbiamo avuto il privilegio di parlare con il Professor Francesco Franceschi, un'autorità nel campo della spalla e Primario del reparto di Ortopedia all'Ospedale San Pietro Fabenebenefratelli di Roma. La sua esperienza è fondamentale per comprendere le ultime evoluzioni nella chirurgia della spalla. Nei mesi scorsi il Professore ha eseguito un intervento particolarmente complicato e innovativo, attraverso la sostituzione di una protesi standard, con un'altra completamente progettata e costruita ad hoc per il paziente.

**Professor Franceschi, cosa rende la spalla così unica?**

La spalla è un capolavoro di ingegneria biologica. È composta da tre principali articolazioni che lavorano insieme: la gleno-omeroale, la acromioclavicolare e la sterno-clavicolare. Questa complessità consente una gamma di movimenti senza pari, ma rende anche la spalla particolarmente vulnerabile a lesioni e patologie. La sinergia tra i muscoli, i tendini e i legamenti è fondamentale per mantenere la stabilità e la mobilità.

**Quali sono le principali sfide che affrontiamo oggi nella chirurgia della spalla?**

Tra i problemi più comuni ci sono le lesioni della cuffia dei rotatori, che possono causare dolore e limitare i movimenti. Altri problemi includono la lussazione della spalla e la degenerazione della cartilagine, condizioni che possono compromettere significativamente la qualità della vita. Questi disturbi richiedono spesso interventi chirurgici complessi, ma i recenti progressi tecnologici hanno reso possibile un trattamento più efficace e meno invasivo.

**Come la tecnologia sta cambiando il trattamento delle patologie della spalla?**

Negli ultimi anni, la chirurgia della spalla ha visto innovazioni straordinarie. L'artroscopia, per esempio, ha rivoluzionato il campo, permettendo interventi attraverso piccole incisioni e riducendo il tempo di recupero. Inoltre, le nuove tecnologie di imaging e i sistemi di navigazione chirurgica hanno migliorato notevolmente la precisione



degli interventi. Oggi, le protesi della spalla sono dotate di tecnologie avanzate che includono sensori e monitoraggio in tempo reale, offrendo risultati più sicuri e personalizzati.

**Quali sono i benefici dell'uso della realtà virtuale e delle tecniche di guida intraoperatoria?**

La realtà virtuale e i visori 3D rappresentano una delle innovazioni più entusiasmanti. Queste tecnologie permettono ai chirurghi di pianificare e simulare gli interventi con un alto grado di precisione prima di eseguirli. Durante l'operazione, l'uso di sistemi di guida intraoperatoria aiuta a monitorare e adattare le procedure in tempo reale, migliorando così l'efficacia e riducendo i rischi.

**Come vengono trattate le condizioni come la capsulite adesiva o spalla congelata?**

La capsulite adesiva, che causa dolore e rigidità progressiva, può essere trattata con tecniche avanzate come le infiltrazioni di cortisone. Se diagnosticata in tempo, questa condizione può essere gestita efficacemente senza ricorrere subito alla chirurgia, grazie alle nuove opzioni di trattamento conservativo e alle innovazioni nella terapia fisica.

**Quando è inevitabile l'intervento chirurgico e quali sono i suoi vantaggi?**

In alcuni casi, come le lesioni traumatiche gravi della cuffia dei rotatori, l'intervento chirurgico diventa essenziale. Tuttavia, le tecniche moderne, come l'artroscopia, hanno reso questi interventi meno invasivi e con tempi di recupero significativamente ridotti. Le protesi della spalla, in particolare le protesi inverse, hanno fatto passi da gigante e sono diventate una soluzione efficace anche per i casi più complessi, inclusi quelli con artrosi avanzata.

**Per maggiori informazioni: [dolorespalla.it](http://dolorespalla.it)**

# CHE COS'È LA SINDROME METABOLICA?



La sindrome metabolica è una condizione clinica meritevole di particolari attenzioni per via della sua gravità e diffusione.

**C**on questo termine non si indica una singola patologia ma un insieme di fattori di rischio che aumentano la probabilità di sviluppare malattie cardiache, diabete e ictus.

**I CINQUE FATTORI DI RISCHIO SONO:**

- aumento della pressione sanguigna (maggiore di 130/85 mmHg)
- elevati livelli di zucchero nel sangue (resistenza all'insulina)
- eccesso di grasso addominale
- elevati livelli di trigliceridi
- bassi livelli di colesterolo buono o HDL

Avere uno di questi fattori di rischio non significa avere la sindrome metabolica. Tuttavia, averne uno aumenterà le possibilità di sviluppare malattie cardiovascolari. Avere tre o più di questi fattori risulterà in una diagnosi di sindrome metabolica e aumenterà il rischio di complicazioni per la salute.

Quali sono le complicazioni della sindrome metabolica?

**LE COMPLICANZE** che possono derivare dalla sindrome metabolica sono spesso gravi e di lunga durata (croniche). Loro includono:

- aterosclerosi
- diabete
- cardiopatie
- nefropatie
- ictus
- steatosi epatica

**COME VIENE TRATTATA LA SINDROME METABOLICA?**

Se viene diagnosticata la sindrome metabolica, l'obiettivo del trattamento sarà ridurre il rischio di sviluppare ulteriori complicazioni di salute. Il medico consiglierà cambiamenti nello stile di vita che possono includere la perdita tra il 7 e il 10 per cento del peso attuale e l'esercizio di almeno 30 minuti da moderato a intenso da cinque a sette giorni alla settimana. Potrebbero anche suggerirti di smettere di fumare. Il medico può prescrivere farmaci per ridurre la pressione sanguigna, il colesterolo e / o lo zucchero nel sangue. Possono anche prescrivere aspirina a basso dosaggio per ridurre il rischio di ictus e infarto.

**QUALI SONO LE PROSPETTIVE PER I PAZIENTI CON SINDROME METABOLICA?**

Le prospettive per le persone con sindrome metabolica possono essere abbastanza buone se i sintomi vengono gestiti. Le persone che seguono il consiglio del medico, mangiano bene, fanno esercizio fisico, smettono di fumare e perdono peso ridurranno le loro possibilità di sviluppare gravi problemi di salute come un infarto o un ictus. Sebbene la gestione dei sintomi riduca le complicazioni di salute, la maggior parte delle persone con questa condizione ha un rischio a lungo termine di malattie cardiovascolari. Se sviluppi questa condizione, dovrai essere monitorato dal tuo medico per aiutare a prevenire gravi problemi di salute come infarto e ictus.

**COME SI PUÒ PREVENIRE LA SINDROME METABOLICA?**

La prevenzione della sindrome metabolica è certamente possibile. Mantenere una circonferenza della vita sana, la pressione sanguigna e i livelli di colesterolo riducono il rischio di sindrome metabolica. L'esercizio fisico e la perdita di peso possono aiutare in questi sforzi e diminuire la resistenza all'insulina. In particolare, segui una dieta sana che includa frutta, verdura e cereali integrali. L'esercizio fisico è importante anche quando si tratta di prevenire questa condizione. Un'attività fisica regolare ridurrà i livelli di pressione sanguigna, zucchero nel sangue e colesterolo. La chiave è cercare di mantenere un peso sano. Parla con il tuo medico prima di iniziare un programma di esercizi o cambiare radicalmente la tua dieta. La prevenzione della sindrome metabolica richiederà anche di sottoporsi a regolari esami fisici. Il medico può misurare la pressione sanguigna e completare le analisi del sangue che possono indicare lo sviluppo precoce della sindrome metabolica. La diagnosi precoce della condizione e il trattamento ridurranno le complicazioni di salute a lungo termine.



**STUDIO DR. UGO MIRAGLIA**  
VIALE GIULIO CESARE, 47  
T 0694326290  
u.miraglia@gmail.com  
[www.drugomiraglia.it](http://www.drugomiraglia.it)

# SETTEMBRE È IL MESE DELLA RIPARTENZA!

Riparte il lavoro, la scuola e anche la palestra! Quale modo migliore per farlo se non al Somalia Sport Club? E soprattutto in un ambiente continuamente rinnovato! Potrai allenarti in un club di 3000 mq e scegliere tra tantissime attività, dalla mattina presto fino alla sera tardi.



**SALA PESI:** la nostra palestra vanta quasi 800 q di superficie, con pavimentazione in parquet e affaccio sulla piscina. E' dotata dei migliori macchinari targati Panatta e Technogym ed è suddivisa in zone di allenamento, organizzate per ciascun gruppo muscolare. Garantiamo sempre un servizio di assistenza con tecnici qualificati, pronti ad un supporto costante per qualsiasi tipo di esigenza.

**SALA FUNZIONALE:** adiacente alla sala pesi si sviluppa un'area distribuita su 2 piani, illuminata da luce naturale. Il nuovissimo grass floor è ideale per un workout funzionale ad ogni tipo di sport, dal calistenico al crossfit al corpo libero; il soppalco in parquet è un angolo di pace pensato per delle sedute di stretching e lavori di mobility.

**PISCINA:** una vasca 25 mt, divisa in 4 corsie, profondità costante, acqua temperata e discesa facilitata che ospita molte attività, tra cui nuoto libero, acquafitness, scuola nuoto bambini e adulti e lezioni individuali. Il nuoto libero si pratica tutti i giorni ad orario continuato, sempre assistito da istruttori di nuoto.



**CORSI DI FITNESS:** la nostra programmazione fitness è sempre più ampia e oltre a vedere confermate le classiche lezioni dolci, tonificanti e funzionali, i nostri clienti potranno sperimentare lezioni che si avvalgono di particolari supporti come PancaFit® o Flyoga!

**AREA BENESSERE:** ultima, ma non per importanza la nostra splendida zona relax con sauna, bagno turco e vasca di raffreddamento, sempre inclusa nei nostri abbonamenti, dove potersi ritagliare un momento di cura per corpo e mente. Ricomincia col piede giusto e scegli la formula migliore per te, a partire da soli 75 euro al mese!

 **SOMALIA  
SPORT CLUB**  
info@somaliasportclub.it



# NEW ENDURO VELOCE



**SE PRENOTI È ALL-INCLUSIVE** Per te che sogni l'avventura in sella alla nuova Enduro Veloce, MV Agusta ti dedica un trattamento speciale. Se prenoti la moto entro il 30/09/24 presso un concessionario ufficiale, avrai compreso nel prezzo il kit di borse laterali in alluminio da 33 e 39 litri, del valore di € 1.805 IVA compresa\*. Per i tuoi viaggi senza confini.

f o You MVAGUSTA.COM

4 YEAR  
8 KM  
Warranty



**QATAR  
AIRWAYS**

OFFICIAL PRINCIPAL PARTNER

**QATAR  
AIRWAYS**

**PREMIER  
PADEL**

OFFICIAL AIRLINE & TITLE PARTNER



## Vinci un volo ed esperienze VIP

Iscriviti alla nostra newsletter e puoi avere l'opportunità di vincere un biglietto in Economy Class verso la tua destinazione preferita o di assistere alle migliori esperienze sportive VIP.



**Scannerizza il QR code per partecipare**



**QATAR**  
AIRWAYS القطرية 