

Costituzione Il primo organismo fu organizzato il 15 novembre 1945**Campionato** Nel 1948 l'esordio del torneo nazionale per uomini e donne**Origini** Nel 1884 si incontra per la prima volta il termine «tennis tavolo» in un catalogo di articoli sportivi. Poco prima del 1875, ad opera dell'ingegnere James Gibb, furono scritte le regole del gioco

Ping Pong, dalla Cina con passione

Le sue origini nel paese asiatico risalgono alla fine del diciannovesimo secolo

Match**Si gioca in cinque set****Per vincere occorre****fare 11 punti in 3 giochi****Federica Pessot**

■ Sono sufficienti un tavolo, due racchette e una pallina e il gioco è fatto! È il tennis tavolo, meglio conosciuto come ping pong, uno dei passatempi preferiti dai ragazzi e dagli adulti, ma soprattutto, uno degli sport più diffusi al mondo. Cugino del tennis, con questo sport ha in comune le sue origini, che rimandano al medioevo, quando il gioco del volano era uno dei passatempi preferiti nei giardini e nelle sale dei palazzi. Da lì è iniziata la sua storia.

Il primato per il tennis da tavolo, oggi, va alla Cina, ma anche all'Italia, negli ultimi 30 anni ha cercato di tenere il passo. Oggi ci sono 15 mila agonisti, ma tantissime sono le persone che ci giocano per puro divertimento e altrettanti gli studenti che, a scuola, lo praticano regolarmente come attività didattica. Anche se ogni regione ha una sua tradizione questo sport è diffuso soprattutto al centro nord d'Italia.

Il ping pong, così chiamato per il suono che faceva la pallina quando colpiva la racchetta, si può giocare ad ogni età perché permette di praticare una sana attività aerobica senza pro-

vocare stress da contatto. È per questo che tra gli atleti iscritti alla Federazione Italiana Tennis Tavolo, ci sono uomini e donne che raggiungono addirittura gli 80 anni di età. A tutti sarà capitato di vedere persone che giocano a ping pong, sulla spiaggia o fuori da un bar eppure,

se si vuole gareggiare a livello agonistico, è necessario stare in un ambiente chiuso. Sembra un gioco semplice, eppure sono molte le regole da rispettare. Ogni incontro si gioca in cinque set e vince chi se ne

aggiudica tre arrivando per primo a 11 punti. Chi inizia a battere deve effettuare due servizi consecutivi e so-

lo in fase di battuta la palla deve rimbalzare nel campo del battitore per poi toccare il campo dell'avversario. Si può giocare da soli, in coppia (doppio) o a squadre. Ogni squadra è composta di tre giocatori che disputano la partita singolarmente. Ogni anno, in Italia, si svolgono il campionato

nazionale a squadre e gli Assoluti, oltre ad altri tornei divisi in categorie (prima, seconda, terza e quarta). Ci sono, poi, gare riservate ai veterani, oltre i 40 anni, e le gare per i dilettanti. In Europa, ogni anno c'è anche la Champions League. La Federazione italiana tennis tavolo è un'istituzione piuttosto giovane, è nata soltanto nel 1979 per regolare l'attività agonistica. Più anziana, invece, è la Federazione Internazionale di tennis tavolo (I.T.T.F.), nata nel 1926, che coordina le competizioni a carattere internazionale. Chi vuole imparare a giocare può contattare la federazione attraverso il sito: fitet@fitet.org.

14**Mila**

I praticanti in tutta Italia che giocano per puro divertimento questo sport

1979**Fondazione**

L'anno di creazione della Federazione italiana di tennis tavolo

1926**Nascita**

Della federazione internazionale per coordinare le gare internazionali