



Rassegna Stampa

01 aprile 2015

Rassegna Stampa

04-01-2015

FITET

GAZZETTINO PORDENONE	04/01/2015	22	Open A, Olivo battuto da Stibel <i>Redazione</i>	3
----------------------	------------	----	---	---

GARE E CAMPIONATI

GAZZETTA DI MODENA	04/01/2015	35	Matteo Gualdi sbanca Molfetta <i>Redazione</i>	5
GAZZETTA DI REGGIO	04/01/2015	29	Tiziano Scaruffi del Bismantova vince a Parma il torneo regionale <i>Redazione</i>	6
MESSAGGERO VENETO	04/01/2015	60	Cinquina udinese a Cervignano nelle otto categorie del D'Arrigo <i>Roberto Cainero</i>	7
NUOVA PERIFERIA SETTIMO	04/01/2015	25	Il Tennis Tavolo, molti benefici, poche controindicazioni 334-7993316 <i>Redazione</i>	8
PRIMA PAGINA MODENA	04/01/2015	31	Gualdi e Mirabella: acuti a tutte le età <i>Redazione</i>	9
PRIMA PAGINA REGGIO EMILIA	04/01/2015	26	Tiziano Scaruffi trionfa ai Regionali <i>Redazione</i>	10
QUOTIDIANO DI FOGGIA	04/01/2015	15	Tennistavolo, la Puglia è la quinta forza d'Italia <i>Redazione</i>	11

FITET

1 articolo

- Open A, Olivo battuto da Stibel

TENNISTAVOLO

Open A, Olivo battuto da Stibel

SAN VITO - (al.co.) Il tennistavolo regionale, domenica scorsa, ha fatto tappa a San Vito. La Polisportiva Astra ha ospitato la terza prova del Memorial D'Arrigo, circuito suddiviso in quattro prove, organizzato da Csi e **Fitet**. Circa 120 pongisti, provenienti da tutta la Regione, si sono sfidati nella palestra della Casa della gioventù nel corso dell'intera giornata. Al mattino si sono disputate le prove giovanili, mentre nel pomeriggio sono andate in scena le gare Open. La vittoria nella

categoria regina, l'Open A, è andata al giovane triestino Alessio Stibel, che in una combattuta finale, terminata 3-2, ha superato l'esperto giocatore naoniano Gianni Olivo. Nelle altre categorie adulti vittoria goriziana nell'Open B con il veterano Maurizio Acone; nell'Open C successo udinese con Luciano Bertolini. Per la società di casa il miglior piazzamento è stato ottenuto dall'atleta più giovane, Mattia Pippo, salito sul podio con il terzo posto nella categoria Promozionale - Gio-

vannissimi. Da segnalare, inoltre, i quinti posti di Edoardo Ellerani nell'Open C e di Yassine El Qoh nell'Open A.

© riproduzione riservata



Peso: 11%

GARE E CAMPIONATI

7 articoli

- Matteo Gualdi sbanca Molfetta
- Tiziano Scaruffi del Bismantova vince a Parma il torneo regionale
- Cinquina udinese a Cervignano nelle otto categorie del D`Arrigo
- Il Tennis Tavolo, molti benefici, poche controindicazioni 334-7993316
- Gualdi e Mirabella: acuti a tutte le età
- Tiziano Scaruffi trionfa ai Regionali
- Tennistavolo, la Puglia è la quinta forza d`Italia

TENNIS TAVOLO. MIRABELLA CAMPIONE DI 4ª**Matteo Gualdi sbanca Molfetta**

Si sono svolti al PalaPredieri di Manzolino i Campionati Regionali di Quarta Categoria che hanno visto prevalere nel singolare Maschile un ottimo Vittorio Mirabella, testa di serie numero 17, che ha sconfitto in successione il romagnolo Gazzoni negli ottavi, il bolognese Azzaroni nei quarti, il ravennate Sarti in semifinale e il parmigiano Farina in finale, portando così la Villa d'oro sul gradino più alto del podio.

Altro modenese in evidenza, sempre della Villa d'Oro, è stato Marco Roncaccioli

che si è fermato ai quarti di finale sconfitto dal reggiano Pivetti.

A Molfetta si è svolta invece la 35ª edizione della Coppa delle Regioni, manifestazione nazionale giovanile Under 14 riservata alle rappresentative regionali. Nel Singolare Maschile la vittoria è andata a uno straordinario Matteo Gualdi, che dopo avere sconfitto in semifinale di misura (3-2) il genovese An-

drea Puppo, ha prevalso nettamente il finale per 3-0 con-

tro il siciliano Cappuccio, confermandosi in quella che per il momento è per lui un'annata memorabile.



Matteo Gualdi



Peso: 10%

TENNIS TAVOLO

Tiziano Scaruffi del Bismantova vince a Parma il torneo regionale

▶ PARMA

A Parma si sono svolti i campionati regionali di tennistavolo con quasi 100 atleti provenienti da tutte le parti dell'Emilia Romagna.

Come da qualche tempo a questa parte si è confermato l'ottimo momento di forma dell'atleta reggiano Tiziano Scaruffi, capace di sbancare anche questa importantissima manifestazione. L'atleta

del TT Bismantova dopo aver vinto il Torneo Internazionale a Lavis (Trento) e cinque tornei Interregionali, ha vinto anche i Regionali con la formula del meglio delle tre gare.

Dopo aver passato agevolmente i gironi di qualificazione e le eliminatorie dirette, l'atleta di Castelnovo ne Monti ha sconfitto in finale Bigi Eugenio del Marconi Punto Fitness per 3-0 (12-10/11-9/11-9), ottenendo così il punteggio individuale di ben 20 punti il titolo di campione regionale.

Le società reggiane iscritte a questa manifestazione sporti-

va sono state il TT Bismantova, Virtus Casalgrande, TT Reggio Emilia, Audax Poviglio e Arsenal Cadelbosco.



Tiziano Scaruffi (a destra)



Andrea Bondioli (TT Reggio)



Peso: 11%

TENNISTAVOLO

Cinquina udinese a Cervignano
nelle otto categorie del D'Arrigo

La terza e penultima prova del trofeo 29° Elio D'Arrigo, manifestazione regionale di tennistavolo disputata nella palestra della Casa della gioventù di Cervignano, ha messo in evidenza i pongisti friulani, che hanno conquistato il primo gradino del podio in ben cinque delle otto categorie.

Jessica **Tavano** (D'Aronco Gemona) ha colto il successo nella categoria femminile, Luca **Castenetto** (Udine 2000) nei giovanissimi, Lorenzo **Rosini** (Latisana) nei ragazzi, Samuel **De Berardinis** (Cus Udine) negli allievi e Luciano **Ber-**

tolini (Rangers San Rocco) nell'open C. I vincitori nelle altre categorie sono Alessio Stibiel (Kras Sgonico) negli juniores e open A, Maurizio Sellan (Azzurra Gorizia) nell'open B.

La classifica per società vede al comando la squadra triestina del Sistiana con 126 punti, che guida la graduatoria grazie ai piazzamenti ottenuti nelle prime due prove, seguita da Azzurra Gorizia 83, San Giorgio Porcia 80, Astra San Vito 72 e San Giovanni Pordenone 64.

Gran finale del trofeo Elio D'Arrigo a Udine il 31 maggio.

Roberto Cainero



Peso: 7%

Il Tennis Tavolo, molti benefici, poche controindicazioni 334-7993316

Il Tennis Tavolo, molti benefici, poche controindicazioni. Uno studio di Isico sfata alcuni miti legati a schiena e sport Scoliosi e mal di schiena: il nuoto non è terapeutico. Milano, marzo 2013 - Lo si è creduto per oltre 20 anni. Il nuoto come panacea per mal di schiena e scoliosi. Il nuoto come lo sport migliore da consigliare a chi aveva atteggiamenti scoliotici sospetti o curve accentuate. Oggi questo mito è stato sfatato. Il nuoto non cura la scoliosi, anzi in molti casi se praticato a livello agonistico può rivelarsi negativo. E rischia di indurre mal di schiena. Lo conferma uno studio sviluppato da Isico (Istituto Scientifico Italiano Colonna Vertebrale) che sarà presentato al congresso internazionale ISSLs, in programma dal 13 al 17 maggio a Chicago. Lo studio Swimming is not a scoliosis treatment: a controlled cross-sectional survey? ha messo a confronto un gruppo di 112 nuotatori a livello agonistico (nuoto praticato 4-5 volte a settimana) con una popolazione scolastica, maschile e femminile, di 217 studenti di pari età, che pratica sport in maniera amatoriale o non lo pratica affatto. In entrambi i casi sono stati misurati i gibbi, la cifosi e la lordosi ed è stato fornito ai ragazzi un questionario per rilevare la presenza di mal di schiena. I nuotatori, soprattutto femmine, presentavano delle asimmetrie del tronco più accentuate ed erano maggiormente ipercifotici, di conseguenza con una frequenza maggiore di dorsi curvi e mal di schiena. Dal punto di vista posturale il nuoto induce a un collasso della schiena - spiega il dott. Fabio Zaina, fisiatra di Isico - allena soprattutto la mu-

scolatura degli arti, essendo praticato in scarico. Il dato, poi, sul mal di schiena conferma un fatto già noto: il nuoto, proprio per i carichi intensi in allenamento, se praticato a livello agonistico induce il mal di schiena. Per quello invece che riguarda la scoliosi, dai nostri dati possiamo senza dubbio escludere che il nuoto possa essere consigliato come terapia per la scoliosi e, se praticato in eccesso, dal punto di vista posturale può rivelarsi negativo e provocare mal di schiena?. Ovviamente poi tutto dipende dalla tipologia del proprio fisico e dalla quantità di nuoto praticata: Un conto è parlare di allenamenti di 4-5 volte la settimana, altro è invece dire di una pratica amatoriale. Altro ancora di pazienti con mal di schiena o addirittura una scoliosi ai quali per tanti anni è stato consigliato di andare a nuotare per stare meglio? Non è vero - commenta il dott. Zaina? I miti da sfatare non finiscono però qui: un altro studio, sviluppato in concomitanza da Isico, ha messo a confronto tennisti agonistici e non, dimostrando che non è assolutamente vero che uno sport asimmetrico come il tennis induca o peggiori la scoliosi. E' una correlazione fra sport e mal di schiena che interessa sia chi ne fa troppo sia chi ne pratica troppo poco - conclude il dott. Zaina - L'ideale è praticare sport, tenendo presente che sport molto mobilizzanti della colonna (ginnastica artistica e ritmica, ad esempio) ci mettono più a rischio, soprattutto in casi di predisposizione, mentre sport in carico contribuiscono a rinforzarla perché ci costringono a vincere la forza di

gravità? Il gioco del tennis tavolo non offre solo momenti di divertimento: ha, infatti, insospettabili benefici sul piano fisico e mentale. Parecchi vantaggi Durante una partita anche a livello amatoriale i muscoli compiono un vero e proprio lavoro, con notevoli vantaggi per l'intero organismo. Il tennis tavolo inoltre aiuta a sviluppare concentrazione e rapidità di esecuzione ed è proprio alla portata di tutti, dai bambini di cinque anni fino alle persone avanti con l'età. La disciplina richiede uno sforzo muscolare di tipo aerobico, che viene cioè compiuto senza andare in debito di ossigeno: perciò apporta notevoli benefici innanzitutto a livello cardiovascolare. E va anche assolto dall'accusa di causare asimmetria, perché il non uso di un braccio è compensato dal movimento del resto del corpo. A livello amatoriale, dunque, non è rischio di uno sviluppo maggiore di una parte del corpo come accade invece nel tennis, sport asimmetrico per eccellenza. Una racchetta da tennis tavolo, del resto, ha un peso quasi irrilevante, meno di cento grammi, e la pallina non supera i due grammi. Poche controindicazioni Quanto ai muscoli interessati dallo sforzo, anche un dilettante può esercitare bene quelli del polso, del braccio e della spalla. E pure la schiena è chiamata in gioco, per i continui movimenti che si debbono fare per rispondere all'avversario. A livello agonistico, invece, il tennis tavolo consente di sollecitare maggiormente i muscoli che presidiano alla torsione del busto, oltre al quadricipite femorale della coscia e ai muscoli del polpaccio. Per giocare

velocemente, infatti, è necessaria una grande mobilità delle gambe, che sono piegate per assicurare scatti e spostamenti rapidi. Ed è proprio agli arti inferiori che gli sportivi possono accusare problemi: microtraumi del ginocchio e tendinite, ad esempio, ma anche fastidi a schiena e braccia. Per i dilettanti, invece, non esiste una vera e propria patologia traumatica. Quanto alle controindicazioni il tennis tavolo è sconsigliato solo in caso di gravi problemi articolari, attenzione anche se si soffre di scoliosi o cifosi. Contro lo stress Il tennis tavolo è un ottimo rimedio contro lo stress. Giocare, infatti, aiuta a scaricare le tensioni e l'aggressività e fa bene soprattutto alle persone che fanno lavori ripetitivi o che richiedono particolare attenzione. Aiuta la vista Il tennis tavolo costituisce un buon esercizio per la vista perché costringe l'occhio ad esercitarsi nel seguire la pallina ma per trarne beneficio è necessario che la capacità visiva di un giocatore non sia troppo compromessa. Inoltre spinge l'occhio ad un continuo adattamento vicino - lontano e tale stimolazione può rallentare il processo di senescenza del cristallino, tipico della presbiopia. passionarcadia.it Palestra Torino: Via lussimpiccolo 36/a (Ruffini) presso la scuola Salgari Torino 10141 Palestra Volpiano: Via Sottoripa 3 - 10088 Volpiano Palestra Cerro Tanaro Asti: Piazza della Libertà 4 - 14030. Contatti Facebook : [ArcadiaPingPongTennisTavoloTorino](https://www.facebook.com/ArcadiaPingPongTennisTavoloTorino) info@ttarcadia.it 334-7993316 **mercoledì 01 aprile Via Rio de Janeiro 17/d 3347993316 danysocio@virgilio.it**



Peso: 23%

TENNISTAVOLO Villa d'Oro ancora protagonista Galdi e Mirabella: acuti a tutte le età

■ **MANZOLINO.** Si sono svolti al PalaPredieri di Manzolino i campionati regionali di quarta categoria che hanno visto prevalere nel singolare maschile un ottimo Vittorio Mirabella, testa di serie n°17, che ha sconfitto in successione il romagnolo Gazzoni negli ottavi, il bolognese Azzaroni nei quarti, il ravennate Sarti in semifinale e il parmigiano Farina in finale, portando così la Villa d'oro sul gradino più alto del podio. Altro modenese in evidenza, sempre della Villa d'Oro, è

stato Marco Roncaccioli che si è fermato ai quarti di finale sconfitto dal reggiano Pivetti.

A Molfetta si è svolta invece la 35ª edizione della Coppa delle Regioni, manifestazione nazionale giovanile Under 14 riservata alle rappresentative regionali. Nel Singolare Maschile la vittoria è andata a uno straordinario Matteo Galdi, che dopo avere sconfitto in semifinale di misura (3-2) il genovese Andrea Puppo, ha prevalso nettamente il finale per 3-0 contro il sicilia-

no Cappuccio, confermandosi in quella che per il momento è per lui un'annata memorabile.



VILLA D'ORO Matteo Galdi



Peso: 13%

TENNIS TAVOLO Il reggiano in gran forma Tiziano Scaruffi trionfa ai Regionali

Domenica al palazzetto di Parma si sono svolti i campionati Regionali di Tennistavolo, di fronte ad un'ammirevole cornice di pubblico e a quasi 100 atleti provenienti da tutte le parti dell'Emilia Romagna. A trionfare è stato il reggiano Tiziano Scaruffi **(nella foto)**. L'atleta del TT Bismantova dopo aver vinto il Torneo Internazionale a Lavis (Trento) e cinque Interregionali, si è imposto anche ai Regionali.

Dopo aver passato age-

volmente i gironi di qualificazione e le eliminatorie dirette, l'atleta di Castelnovo ne Monti ha sconfitto in finale Bigi Eugenio del Marconi Punto Fitness per 3-0 (12-10/11-9/11-9), ottenendo così il punteggio individuale di ben 20 punti il titolo di campione regionale.

Le società reggiane iscritte a questa manifestazione sportiva sono state il TT Bismantova. Virtus

Casalgrande, TT Reggio Emilia, Audax Poviglio e Arsenal Cadelbosco.



Peso: 8%

{ Giovanili } Nel corso della 35^a Coppa delle Regioni di Molfetta

Tennistavolo, la Puglia è la quinta forza d'Italia

La notizia è che la Puglia, monitorata e condotta da Rossella Scardigno, è la quinta regione del Belpaese in fatto di rappresentative giovanili, stando almeno ai risultati della trentacinquesima edizione della Coppa delle Regioni che ha avuto luogo a Molfetta, uno dei poli di eccellenza del tennistavolo del territorio. A stappare lo 'champagne' della vittoria finale, la emergente Sicilia, vera e propria fucina di talenti. A seguire, Piemonte, Toscana e Liguria.

Un'esperienza gratificante per la milizia appula (che consegue altresì il miglior piazzamento della sua storia), costituita da sei elementi, nonchè per il pongista scuola C.T.T., Fabio Tundo,

già ad un passo dalla C2 con la sua Givova. Unico della provincia ionica a prendere parte al singolare evento, l'atleta tarantino ha difatti messo in mostra le proprie doti sia nelle gare individuali che in quelle di squadra: nella fattispecie, lo stesso ha fronteggiato a testa alta due avversari di livello (provenienti rispettivamente da Marche e Basilicata), regolandoli con un perentorio 3 a 0. Meno fortunato, tuttavia, l'incontro al cospetto di un contendente toscano, perso 3 a 1, ma combattuto sino all'ultimo set.

Soddisfazione palpabile, sul finire, per la Scardigno (artefice di un lavoro encomiabile a livello di prepara-

zione) e tutti i partecipanti della regione, che, con trasporto e senso del dovere, hanno difeso il vessillo di Puglia.



Peso: 14%