



Rassegna Stampa

domenica 10 gennaio 2021

Rassegna Stampa

10-01-2021

FITET

GIORNALE DI BRESCIA	10/01/2021	53	I primi passi giocando a basket poi la passione per la racchetta <i>Redazione</i>	3
GIORNALE DI BRESCIA	10/01/2021	53	c'è un nesso tra personalità e gioco se lo trovi hai la chiave per vincere <i>Vincenzo Cito</i>	4
NAZIONE UMBRIA PERUGIA	10/01/2021	49	Terni - Tennistavolo, riprendono gli stage Le Nazionali al Pala-De Santis <i>Redazione</i>	6

FITET

3 articoli

- I primi passi giocando a basket poi la passione per la racchetta
- c'è un nesso tra personalità e gioco se lo trovi hai la chiave per vincere
- Terni - Tennistavolo, riprendono gli stage Le Nazionali al Pala-De Santis

I primi passi giocando a basket poi la passione per la racchetta



Filippo Marchese, 24 anni, si prepara a disputare col Marco Polo il suo terzo campionato di B1 maschile (terza categoria nazionale) dopo aver da poco concluso gli studi in Psicologia clinica e Neuropsicologica nel Ciclo di vita con una tesi sugli aspetti mentali del suo sport. Ha cominciato col basket, poi a 14 anni la scelta di dedicarsi al

tennis tavolo nel club di cui è vicepresidente il papà Giovanni, a sua volta giocatore amatore. Il sodalizio cittadino è stato fondato nel 2008 da Giulio Rossini, morto prematuramente nel 2010 a soli 52 anni. La prima giornata del torneo di B1 (pandemia permettendo) è in programma domenica 17 gennaio alle ore 10 al centro sportivo Sterilgarda di

Molinetto di Mazzano col match casalingo contro Villa d'Oro Modena: in contemporanea sarà in campo anche la squadra di C1 contro Este.



Peso:5%

«C'È UN NESSO TRA PERSONALITÀ E GIOCO SE LO TROVI HAI LA CHIAVE PER VINCERE»

Lo spiega nella sua tesi di laurea il 24enne punto di forza del Marco Polo, realtà bresciana di serie B1

Vincenzo Cito

La mente può fare miracoli, abbattere barriere, spianare montagne e nello sport è in grado di migliorare il rendimento, ancora più in una disciplina come il tennis tavolo, dove tutto cambia in un minuto. Lo ha dimostrato nella sua tesi di laurea Filippo Marchese, 24 anni, punto di forza del Marco Polo, al via tra pochi giorni (pandemia permettendo) nel campionato di serie B1.

Testa. Proprio giocando, Filippo ha scoperto quanto sia importante l'approccio psicologico alle gare e la capacità di saper superare i momenti difficili. Due stagioni fa il club cittadino all'esordio nei cadetti perse ben 4 partite per 5-4, pur in vantaggio 4-1 dopo veri e propri crolli psicologici e riuscì a evitare la retrocessione solo grazie a un ripescaggio. Ben altro rendimento nel torneo 2019-20, interrotto dal Coronavirus con la squadra al secondo posto della classifica. Mentre Filippo portava a

termine i suoi studi di Psicologia Clinica e Neuropsicologia nel ciclo di vita con una tesi sulle caratteristiche di personalità e sui motivi alla pratica sportiva nei giocatori di tennis tavolo italiani, cresceva mentalmente anche il suo club, giunto a un passo dalla promozione.

Approccio. Una partita di tennis tavolo è un viaggio pieno di curve, su tornanti mentali spesso insidiosi. «Anche i più forti – spiega Filippo – attraversano il loro momento di crisi, non solo in una stagione o in una partita, ma anche in un singolo set: basta un piccolo vuoto di concentrazione per rovinare tutto. Se ne esce affidandosi ai propri punti di forza per invertire la tendenza. Nella mia tesi sostengo che c'è una netta corrispondenza fra la nostra personalità e il gioco, esserne consapevoli può farne un'opportunità».

Filippo ha cominciato tardi, attorno ai 13-14 anni, dopo essere partito dal basket più che altro per sfruttare il suo 1-92 di altezza. Poi ha scoperto di divertirsi di più nel tennis tavolo, dove è diventato – per tutti – l'Airone. «E non solo per l'altezza: da sempre sono tifoso del Brescia e di Caracciolo, un calciatore che ho apprezzato per il talento e soprattutto per l'attaccamento alla maglia, anche quan-

do gli arrivavano offerte redditizie. La fedeltà nel club caratterizza anche i giocatori del Marco Polo, siamo gli stessi da anni, ci frequentiamo anche fuori dalla palestra e assieme siamo saliti in B1, coltivando i talenti di casa».

Quando si gioca a squadre, il tennis tavolo è un altro sport, una tua sconfitta può provocare anche quella del tuo team. «Fondamentale restare uniti, incitarsi, non rimproverarsi per gli errori, e da quelli ripartire per migliorarsi. Il lockdown e il successivo stop, proprio a pochi giorni dall'avvio del campionato fissato a fine ottobre, non hanno incrinato il nostro spirito di gruppo. Ora vogliamo riprenderci quanto il virus ci ha tolto. L'anno scorso non abbiamo più potuto disputare lo scontro diretto col Castelgoffredo – con cui dividevamo il secondo posto – e in testa hanno chiuso i mantovani, per avere vinto con noi la sfida dell'andata. C'è rimasta tanta amarezza, con la consapevolezza di essere pronti a un altro salto di categoria». Filippo ama definirsi "psicopongista" e vorrebbe fare delle sue passioni un lavoro.

Obiettivi. «Il primo obiettivo, dopo la laurea, ora è diventare psicoterapeuta, però mi piacerebbe anche propormi nell'ambiente come psicologo dello



Peso: 60%

sport, in particolare del tennistavolo. Il limite di questa specializzazione è di credere che gli interventi siano uguali per ogni disciplina, in realtà ogni sport è diverso dall'altro, in particolare il tennis tavolo. Averlo praticato può creare la giusta sintonia con chi ti chiede aiuto, perché il terapeuta ha già vissuto da giocatore ogni tipo di problematica». E così si può uscire

assieme dal vicolo cieco che si imbrocca spesso a grande velocità, quando in un centesimo di secondo devi decidere cosa fare. Il fascino e la condanna di uno sport bellissimo, dove si vince soprattutto con la testa. Perché la mente arriva dappertutto. //

«Fondamentale in una squadra è restare uniti» dice l'Airone, soprannominato così per il tifo per Caracciolo



In azione. Filippo Marchese punto di forza del Marco Polo e un riferimento per il tennis tavolo



Trio. Rossini, Marchese e Chokry sono i titolari della formazione bresciana che milita in serie B1



Laureato. Marchese «incoronato»



Peso:60%

Tennistavolo, riprendono gli stage Le Nazionali al Pala-De Santis

TERNI

Ripartono gli stage di preparazione tecnica e fisica delle Nazionali al Centro Federale del PalaTennistavolo 'Aldo De Santis', nel pieno rispetto del protocollo anti-Covid-19 della **Fitet**. Lunedì si è radunata la squadra maschile, che nel pomeriggio ha svolto la prima sessione di allenamento. L'attività proseguirà

fino a martedì 12. Il tecnico federale **Lorenzo Nannoni** ha convocato **Mihai Bobocica** (nella foto) e **Leonardo Mutti** (Aeronautica Militare), **Matteo Mutti** (Milano Sport Tennistavolo) e **Jordy Piccolin** e **Daniele Pinto** (Gruppo Sportivo Fiamme Azzurre). Martedì pomeriggio si è ritrovato il team femminile, composto da **Jamila Laurenti** (Gruppi Sportivi della Polizia di Stato - Fiamme Oro), **Gaia Monfardini** (Tennistavolo Castel Goffredo)

e **Giorgia Piccolin** e **Debora Vivarelli** (Centro Sportivo Esercito), che lavorerà fino a giovedì 14.



Peso:9%