



Rassegna Stampa

mercoledì 21 giugno 2023

FITET

DOLOMITEN	21/06/2023	30	Warum die Europaspiele wichtig sind <i>Redazione</i>	3
MESSAGGERO	21/06/2023	23	Non esistono limiti al nostro benessere <i>Maria Serena Patriarca</i>	4
PRIMORSKI DNEVNIK	21/06/2023	21	Namizni tenis <i>Redazione</i>	6
PROVINCIA PAVESE	21/06/2023	36	Il vigevanese Austria cede in finale <i>Redazione</i>	7
SECOLO XIX GENOVA	21/06/2023	33	Un coach novese ai Giochi europei <i>L. Lo.</i>	8
SENTINELLA DEL CANAVESE	21/06/2023	21	Berti conquista il torneo di Grugliasco <i>Redazione</i>	9
STAMPA ALESSANDRIA	21/06/2023	53	Un novese coach azzurro dei pongisti ali Giochi Europei al via a Cracovia <i>Luca Lovelli</i>	10
VOCE DI MANTOVA	21/06/2023	26	Gaia Monfardini e Lucilla Boari ai Giochi Europei in Polonia <i>Redazione</i>	11

FITET

8 articoli

- Warum die Europaspiele wichtig sind
- Non esistono limiti al nostro benessere
- Namizni tenis
- Il vigevanese Austria cede in finale
- Un coach novese ai Giochi europei
- Berti conquista il torneo di Grugliasco
- Un novese coach azzurro dei pongisti ali Giochi Europei al via a Cracovia
- Gaia Monfardini e Lucilla Boari ai Giochi Europei in Polonia

Warum die Europaspiele wichtig sind

MULTI-SPORT-EVENT: Heute beginn in Polen die European Games in 27 Sportarten – 8 Südtiroler sind dabei

KRAKAU (dpa/os). 10 Monate nach den European Championships in München ist Polen von heute bis zum 2. Juli Gastgeber der Europaspiele. Das Multi-Sport-Event ist deshalb attraktiv, weil es in 12 Sportarten gleichzeitig die EM ist und weil es in zahlreichen Sportarten schon die Möglichkeit bietet, sich für Olympia 2024 zu qualifizieren.

Was sind die Europaspiele?

Die Europäischen Olympischen Komitees haben 2012 entschieden – analog zu den Asienspielen oder panamerikanischen Spielen – ein kontinentales Sportgroßereignis zu etablieren. Die ersten Austragungsorte waren 2015 Baku in Aserbaidschan und 2019 Minsk in Belarus. Sie konkurrieren mit den European Championships, die im August 2022 in München ausgetragen wurden.

Wo werden die Wettkämpfe ausgetragen?

Das Herz der Europaspiele mit 12 Wettkampftagen ist Krakau, wo allein in 11 Sportarten die Sieger ermittelt werden. Hinzu kommen die polnischen Städte Chorzow, Krzeszowice, Tarnow, Krynica-Zdroj, Zakopane, Nowy Tark, Rzeszow, Wroclaw, Nowy Sacz, Oswiecim, Bielsko-Biala und Myslenice als weitere Schauplätze.

Was für einen Stellenwert haben die Europaspiele?

Die Europaspiele sind eine wichtige Zwischenetappe auf dem Weg zu den Olympischen Spielen im kommenden Jahr in Paris. 18 olympische Sportarten mit 19 Disziplinen bieten die Chance, Quoten- oder Ranglistenpunkte zu erkämpfen. Zudem werden gleichzeitig in 11

Sportarten Europameistertitel vergeben: im Badminton, Fechten, Judo, Kanu (Slalom, Sprint), Leichtathletik, Modernen Fünfkampf, Radsport (BMX/MTB), Wassersport (Synchroschwimmen, Wasserspringen), Taekwondo, Tischtennis und Triathlon.

Sind auch Südtiroler dabei?

Ja, aus Südtiroler werden bei den European Games 6 Frauen und 2 Männer dabei sein. Am stärksten ist Badminton vertreten mit einem Trio, bestehend aus Yasmine Hamza, Judith Mair und David Salutt, dazu kommen die 2 Tischtennispielerinnen Giorgia Piccolin und Debora Vivarelli, Barbara Gambaro und Simon Weithaler im Sportschießen sowie Verena Steinhauser im Triathlon. Am Freitag geht es im Tischtennis los.

Gibt es auch Wettkämpfe in nichtolympischen Sportarten?

Bei den Europaspielen sind auch neue Trendsportarten abseits des olympischen Programms vertreten. Dazu gehören Muay Thai (Kampfsport aus Thailand) oder Teqball, bei dem mit einem normalen Fußball auf einer Art Tischtennisplatte gespielt wird, oder Padel, ein vom Tennis abgeleitetes Spiel. Auch Beachhandball und Beachfußball ist zu sehen. In der Kategorie „Side Events“ werden Autobergrennen, Amputierten-Fußball, Berg- und Orientierungslauf, Schach sowie Sumo präsentiert.

Welche Wettbewerbe stehen besonders im Blickpunkt?

In der ersten Woche gehört den Leichtathleten die Aufmerksamkeit. Sie tragen ihre Team-EM in Chorzow bei Kattowitz aus. Erstmals bei einem größeren Sportereignis im Sommer werden einige der weltbesten Skispringer in Zakopane auf Matten von der Schanze gleiten.



Für Debora Vivarelli geht es am Freitag los.

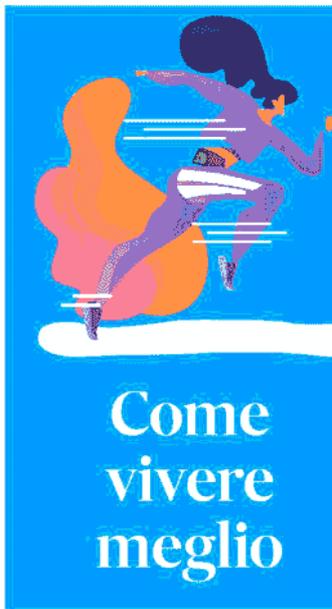
Archiv



Peso: 32%

Oggi si festeggia la Giornata mondiale dello yoga. Da un'idea dell'atleta paralimpica Patrizia Saccà è nata la disciplina "A raggi liberi", per chi è affetto da disabilità: «Ora ogni corpo può fare sport»

Non esistono limiti al nostro benessere



LA FESTA

Lo yoga sempre più libero dalle barriere. La Giornata Mondiale dello Yoga, che si celebra oggi, nel giorno del solstizio d'estate, è l'occasione per fare il punto sui nuovi orizzonti che si aprono in questa antichissima disciplina, anche per persone con disabilità psichiche o fisiche. Non a caso proprio oggi a Milano, sotto l'egida di YogaFestival e in collaborazione con l'Unione Induista Italiana, si tiene la masterclass di Yoga a Raggi Liberi con Patrizia Saccà, diventata icona globale dello yoga per persone con disabilità e ideatrice di questo metodo rivolto a persone sulla sedia a rotelle, ma non solo. Atleta paralimpica di tennis tavolo pluripremiata a livello internazionale, Patrizia, diventata paraplegica all'età di 13 anni in seguito a un incidente, ha incominciato ad avvicinarsi allo yoga nel 1992, per prepararsi alle Para-

limpiadi di Barcellona, in cui poi conquistò la medaglia di Bronzo.

IL METODO

Da questa esperienza sono nati un amore, e una pratica, che Saccà non ha più abbandonato, e che ha messo a punto dal 2017 in un vero e proprio metodo di insegnamento (approvato da Luigi Torchio, medico sportivo) oggi riconosciuto ufficialmente da Coni, tanto che quest'anno si sono diplomate le prime 4 insegnanti, di cui una romana, CSEN (Comitato Sportivo Educativo Nazionale) di Yoga a Raggi Liberi.

«Volevo portare lo yoga nel mondo delle persone con disabilità», spiega Patrizia, che ha strutturato addirittura la nota sequenza del Saluto al Sole rivolta a persone sulla sedia a rotelle come lei. Insieme con l'Unione Induista Italiana, Saccà è l'anima del progetto "Yoga senza Barriere", e collabora anche con una piattaforma multimediale per insegnare yoga online a persone non solo paraplegiche, ma affette da sclerosi multipla, per esempio. «Il mio motto è: praticare lo yoga col corpo che si abita.

Ho un allievo tetraplegico trentenne che aveva seri problemi di respirazione ma che, come hanno testimoniato i medici che lo seguono, è migliorato notevolmente dopo la pratica del pranayama, ovvero quella parte dello yoga dedicata proprio al respiro». Ai corsi di Patrizia partecipano inoltre persone normodotate, o anziani con problemi alle ginocchia e artrosi, per cui è meglio praticare da seduti. Quest'estate, nella cornice alpina del Sestriere, Saccà ter-

rà speciali corsi estivi per ragazzi con varie disabilità, anche intellettive, a cura dell'Associazione Freewhite. La testimonial del metodo Yoga a Raggi Liberi è Allegra Magenta, 33 anni, atleta paralimpica di tennis tavolo, paraplegica amputata a un braccio. «Con gli allievi lavoro sulla capacità residua delle gambe - dichiara Patrizia - cosa fondamentale per chi sta seduto tutto il giorno su una sedia a rotelle».

LE TECNICHE

Saccà collabora con l'Unità Spinale di Torino, per il tennis tavolo e lo yoga, e ha portato le tecniche yogiche persino nell'Unità Spinale dell'Ospedale Niguarda di Milano; autrice del libro *Yoga a Raggi Liberi*, ci tiene a spiegare qual è il valore aggiunto che lo yoga può portare nel mondo della disabilità: «la pratica porta pace nel flusso mentale dei pensieri, ci fa vivere nel qui e ora, ci aiuta a vivere e mangiare meglio. Non è una ginnastica, è uno stile di vita che fa acquisire un livello più profondo di consapevolezza».

LA TERAPIA

Nel panorama dello yoga "terapeutico" spicca anche Tiziana Gilardi, insegnante di yoga affetta da fibrosi cistica, che della sua invalidità ha fatto



Peso: 37%

una mission di rigenerazione proprio attraverso la disciplina yogica: Gilardi dà lezioni di yoga essenziale per supportare e sostenere persone con problemi fisici e respiratori, e tiene webinar a livello nazionale (intitolati *I Colori dell'Anima*) per la Lega Italiana Fibrosi Cistica.

Maria Serena Patriarca

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**QUESTA ESTATE,
LA CAMPIONESSA
TERRA CORSI ESTIVI
A SESTRIERE
PER I RAGAZZI COSTRETTI
SULLA SEDIA A ROTELLE**

IL PROGETTO Esercizio fisico senza barriere

La disciplina dello "Yoga a Raggi Liberi" è la soluzione ideale per persone con disabilità che vogliono mantenersi in forma. È perfetta per chi è costretto tutti i giorni su una sedia a rotelle e per gli anziani con problemi alle ginocchia e artrosi



Peso:37%

Clan ASK Kras na EP dvakrat srebrn

Namizni tenis | Igralec zgoniškega kluba Francesco Trevisan je bil drugi med posamezniki in v ekipni konkurenci

ZAGREB Krasov mladi up Francesco Trevisan (2010) se je na prvi izvedbi evropskega prvenstva v namiznem tenisu under 13 oktil s srebrno kolajno med posamezniki, domov pa se vrača tudi s srebrno kolajno v mešani ekipni tekmi. Uspehe je prejšnji teden nizal v Zagrebu.

Med posamezniki je Trevisan po osvojitvi prvega mesta v skupinskem delu zmagovito nadaljeval pot vse do finala. Na poti do tja je premagal v osmini Belgijca Closseta (3:1), v četrtfinalu Poljaka Dobosza (3:1), v polfinalu še enega Poljaka Mrugalo (3:1). V finalu ga je naposled čakal sotekmovalec v reprezentanci Danilo Faso, ki je na drugi strani razpredelnice prav tako premagal vse konkurente. V pravem »derbi-

ju« je bil Faso boljši s 3:0: Trevisana je izdala nekoliko utrujenost, v izjavi za spletno stran fitet.org pa je priznal, da je Faso tokrat zaigral boljše in mu čestital za zmago. »Zelo pa me veseli, da sem v izločilnih bojih ugnal oba Poljaka, ki sta bila res kakovostna igralca,« je še pristavil dijak nižje srednje šole Trinko v Gorici.

Pred srebrom med posamezniki pa se je kolajne veselil tudi v mešani ekipni konkurenci še z Matilde Buzzoni (Vallecamonica), Federico Interlandi (Casamassima 2020), Gioio Mario Picu (Alfieri di Romagna TT Edera), Danilom Fasom (Top Spin Messina) in Giulio Campagno. Po zmagah v skupinskem delu proti Švici, Portugalski in Kosovu so bili »azzurri« v drugi fazi bolj-

ši tudi od Ukrajine, po zmagi nad Švedsko so si priigrali polfinale, kjer so bili gladko boljši od Španije (3:0). V finalu so nato merili moči s turško ekipo, proti kateri pa so klonili s 3:0. Trevisan je v finalu izgubil s 3:1, v vseh prejšnjih nastopih pa vidno pripomogel k osvojitvi srebrne kolajne. V vsakem dvoboju so mladi talenti igrali mešane dvojice, nato pa še posamezno.

Uspeha 13-letnega Trevisana, ki je št. 2 v Evropi, so se seveda veselili tudi pri zgoniškem Krasu, kjer trenira.

Diego Coren na Poljskem

Na poletnih igrah Disabled European Summer Games, ki jih te dni gosti poljski Wągrowiec, nastopa z italijansko izbrano vrsto tudi Krasov

namiznoteniški parašportnik Diego Coren. Igre združujejo namreč parašportnike in športnike, podpira jih Evropska unija in so promocijske narave.



V akciji Francesco Trevisan med nastopom FITET.ORG



Peso: 24%

TENNISTAVOLO - CAMPIONATI REGIONALI

Il vigevanese Austria cede in finale

Il vigevanese Gianluca Austria (primo a sinistra nella foto) sfiora il titolo lombardo terza categoria di tennistavolo nella finalissima di Milano. Classe 1999, giocatore del TT Vigevano Sport, Austria ha vinto 3 delle 4 partite del girone; poi nel tabellone a eliminazione diretta ha battuto 3-0 Alessandro Pagano, mentre in finale dopo essersi imposto nei primi 2 set, ha subito la rimonta del rivale Salvatore Pugliese, che l'ha spuntata 13-11 nel quinto set.



Peso:17%

Oliveri preparatore atletico per il tennistavolo

Un coach novese ai Giochi europei

IL PERSONAGGIO

NOVI LIGURE

Anche Novi Ligure sarà rappresentata ai Giochi europei in scena a Cracovia, in Polonia, da oggi fino al 2 luglio. Oltre 7000 atleti, provenienti da 48 Paesi, gareggeranno in 29 discipline diverse alla caccia di un pass per le prossime Olimpiadi di Parigi 2024. Tra di loro ci sono pu-

rei pongisti della nazionale azzurra di tennistavolo, che ha in Massimo Oliveri, 54 anni, il suo responsabile della preparazione fisica della squadra maschile e femminile.

Oliveri è docente di Scienze motorie all'istituto novese Ciampini-Boccardo. «Ci auguriamo di ottenere buoni risultati per fare i punti necessari in ottica olimpica - racconta Oliveri - Sono arrivato in nazionale nel 2017, iniziando con le ragazze, e dal 2020 seguo pure gli uomini. Non solo i senior, ma anche il settore giovanile. C'è una crescita continua. La scorsa settimana sono arrivati un oro e un argento agli Europei maschili under 13». Sono 329 gli

atleti in rappresentanza della spedizione tricolore. Sei di loro, equamente suddivisi tra uomini e donne, fanno parte del team italiano di ping pong. «Le gare iniziano venerdì con la qualificazione a gironi - aggiunge Oliveri - Un anno fa, Giorgia Piccolin aveva chiuso al settimo posto. Un bel risultato che speriamo di ripetere». Dopo aver praticato ciclismo, Oliveri si è dedicato alla corsa con particolare attenzione alle ultramaratone. Ha partecipato due volte alla Milano-Sanremo podistica e poi alla 100 chilometri del Passatore. Sportivo e scrittore, ha pubblicato il suo secondo libro «Sole che il vento accoglie». —

L.L.O.



Massimo Oliveri



Peso: 12%

Tennistavolo

Berti conquista il torneo di Grugliasco

Il giocatore di tennistavolo eporediese Mirko Berti ha chiuso la stagione 2023 conquistando anche il torneo regionale open di Grugliasco, disputatosi domenica 11 giugno. Berti ha battuto 3-2 in finale Lo Passo del Cus Torino, dopo essere stato sotto 0-2. Nel girone ave-

va battuto 3-0 sia Zang Feng (Enjoy) che Jar Alin (Isola d'Asti). Nella fase a eliminazione diretta superati 3-0 Guastella (Isola d'Asti), 3-1 Matta (Enjoy). Nei quarti battuto 3-1 Boero, in semifinale 3-2 Passaro (Biella).



Peso:4%

MASSIMO OLIVERI GUIDA LA NAZIONALE A CACCIA DEL PASS OLIMPICO

Un novese coach azzurro dei pongisti ai Giochi Europei al via a Cracovia

LUCALOVELLI

Anche Novi sarà rappresentata ai Giochi Europei a Cracovia, in Polonia, da oggi fino al 2 luglio. Oltre 7000 atleti, provenienti da 48 Paesi, gareggeranno in 29 discipline diverse alla caccia di un pass per le Olimpiadi di Parigi.

Tra di loro ci sono pure i pongisti della nazionale azzurra di tennistavolo, che ha in Massimo Oliveri, 54 anni, il responsabile della preparazione fisica della squadra maschile e femminile. È inoltre docente di Scienze Motorie al Ciampini-Boccardo. «Ci auguriamo di ottenere buoni risultati per fare i punti necessari in chiave olimpica - racconta Oliveri -. Ero arrivato in nazionale nel 2017, iniziando con le ragaz-

ze, e dal 2020 seguo pure gli uomini. Non solo i senior, ma il settore giovanile. C'è una crescita continua. La scorsa settimana sono arrivati un oro e un argento agli europei maschili under 13. Ci stiamo togliendo molte soddisfazioni».

Sono 329 gli atleti in rappresentanza della spedizione tricolore. Sei di loro, equamente suddivisi tra uomini e donne, fanno parte del team italiano di ping pong. «Dal 2008 al 2012 ho curato il settore paralimpico - aggiunge -. Le gare iniziano venerdì con la fase di qualificazione a gironi. Un anno fa, Giorgia Piccolin aveva chiuso settimo. Un risultato che speriamo di ripetere».

Dopo aver praticato ciclismo per diverso tempo, Oliveri si è dedicato alle ultramar-

tone. Ha partecipato due volte alla Milano-Sanremo podistica, quasi 300 km di percorso, e alla 100 km del Passatore, da Firenze a Faenza. Una manifestazione, quest'ultima, non disputata nel 2023 a causa dei tragici eventi alluvionali che hanno colpito l'Emilia-Romagna. Sportivo e scrittore, ha da poco pubblicato il suo secondo libro «Sole che il vento accoglie», edito da Vallescriviva. «La preparazione fisica del tennistavolo si è evoluta molto nel tempo ed è diventata sempre più specifica - chiosa Oliveri -. Parigi 2024? È ancora presto, se saremo rappresentati, lo staff si muoverà in blocco». —



Massimo Oliveri, primo da destra, con la nazionale di ping-pong



Peso:20%

MANTOVANE IN AZZURRO

Gaia Monfardini e Lucilla Boari ai Giochi Europei in Polonia

MANTOVA E' ai nastri di partenza la terza edizione degli European Games, che si svolgerà a Cracovia e nella regione della Maopolska, in Polonia, da oggi a domenica 2 luglio, con la partecipazione di circa 7mila atleti provenienti da 48 Paesi. La delegazione azzurra sarà composta da 329 atleti (165 donne e 164 uomini), che gareggeranno in 25 discipline. I portabandiera alla cerimonia inaugurale saranno la judoka Odette Giuffrida e l'arciere Mauro Nespoli.

Due le atlete mantovane in gara, **Gaia Monfardini**, della Brunetti, nel tennis tavolo e la

rivaltese **Lucilla Boari** nel tiro con l'arco. Il tennis tavolo, in particolare, sarà rappresentato nel settore femminile anche da Giorgia Piccolin e Debora Vivarelli (Esercito), e tra i maschi da **Mihai Bobocica** (Aeronautica Militare), Niagol Stoyanov (Fiamme Azzurre) e John Oybode (Sassari). Le competizioni pongistiche, che avranno come teatro la Hutnik Arena da venerdì 23 giugno a sabato 1 luglio, assegneranno i podi dei singoli e a squadre, maschili e femminili, e del doppio misto e coinvolgeranno 152 atleti di 32 nazioni. **Bobocica**, Stoyanov,

Piccolin e Vivarelli disputeranno i singoli, Oybode e Monfardini saranno una delle sedici coppie che si contenderanno la vittoria nel doppio misto e la conseguente qualificazione alle Olimpiadi di Parigi 2024.

Sono otto gli arcieri azzurri in Polonia: oltre a Lucilla Boari e al portabandiera Nespoli, Tatiana Andreoli, Chiara Rebagliati, Elisa Roner, Marco Bruno, Federico Musolesi e Alessandro Paoli. In palio i titoli individuali e a squadre e il misto.



Gaia Monfardini
gareggerà
a Cracovia
nel doppio misto
di tennis tavolo

