



# Rassegna Stampa

sabato 17 gennaio 2026

# Rassegna Stampa

17-01-2026

## FITET

NUOVA SARDEGNA	17/01/2026	51	<a href="#">Le due squadre del Tt Sassari in Europe Trophy</a> <i>Redazione</i>	3
PROVINCIA DI BIELLA	17/01/2026	34	<a href="#">Sergei Mokropolov sale sul podio a Terni</a> <i>Redazione</i>	4
REPUBBLICA DELLE DONNE	17/01/2026	20	<a href="#">Ping pong tour</a> <i>Redazione</i>	5
SPORTWEEK	17/01/2026	50	<a href="#">Il Sinner del tennistavolo</a> <i>Marco Malvaldi</i>	6
SPORTWEEK	17/01/2026	56	<a href="#">Il Parkinson lo battiamo a pallate</a> <i>Giorgio Burreddu</i>	12
UNIONE SARDA	17/01/2026	46	<a href="#">L'Europa chiama l'Isola</a> <i>Redazione</i>	14

# FITET

*6 articoli*

- Le due squadre del Tt Sassari in Europe Trophy
- Sergei Mokropolov sale sul podio a Terni
- Ping pong tour
- Il Sinner del tennistavolo
- Il Parkinson lo battiamo a pallate
- L'Europa chiama l'Isola

## Tennistavolo

### Le due squadre del Tt Sassari in Europe Trophy

► In attesa della ripresa dei campionati di A 1 e A 2, le squadre sarde di tennistavolo si affrontano in questo weekend nell'Europe Trophy, la seconda competizione pongistica continentale. Ben dieci le formazioni isolane, che iniziano oggi l'avventura europea nel concentramento spagnolo di Olot, in Catalogna, dove spiccano le squadre del Tt Sassari, maschile e femminile. La formazione femminile gioca questa mattina alle 10 il derby contro la Quattro Mori Cagliari. Domani, invece, è previsto un altro derby, ma col Muravera,

sempre alle 10, e alle 17 match contro il Logis Auderghem (Belgio); infine domenica alle 10 Andrea Puppo e compagni sfideranno i padroni di casa dell'Olot. In campo anche la squadra femminile di A2 del Tt Sassari, che oggi debutta alle 10 col derby contro il Muravera, poi alle 17 l'avversaria sarà il Cdtm Hujase Jaen (Spagna). Doppia gara anche domani: alle 10 contro il Meerdaal Leuven (Belgio) e alle 17 contro il Norbello Blu.

Intanto, a Cagliari in Europe Cup la Marcozzi si è imposta per 3-2 contro gli spagnoli del

Real Club Cajasur Priego, mentre in Champions League le ragazze del Quattro Mori sono state sconfitte per 3-0 dalle francesi del Metz. Niente di compromesso per la formazione femminile, che domenica in Polonia contro la Politechnika Rzeszow potrà anche perdere per 3-2 per avanzare nella Coppa. (s.c.)



Peso: 8%

## Sergei Mokropolov sale sul podio a Terni

### TENNISTAVOLO

Lo scorso fine settimana tutta l'attività nazionale si è concentrata a Terni. Il palazzetto dello sport "Aldo De Santis" ha infatti disputato un torneo maschile, con gare Top2 e Top3, e la Giornata Rosa. La prova di sabato, il Top3 che prevede la partecipazione degli atleti di Terza categoria, ha visto ai nastri di partenza **Giacomo Forno**, **Matteo Passaro** e coach **Sergei Mokropolov**, qui in veste di giocatore, con i colori del TT Biella. Per Passaro è stata una giornata decisamente no, battuto in tre set da **Mellino**, **Garbati** e **Bemi**. Buona prestazione, invece, per Forno, che perde contro **Adeyemo** e **Belardinelli**, strappando loro un set, e vince sul napoletano **Bocciardo**. **Mokro-**

**polov**, presente quotidianamente in palestra per seguire i giovani rossoblù senza però allenarsi quasi mai, inanella una fantastica serie di affermazioni che lo porta fino alla semifinale, dove è battuto dal fortissimo giovane sloveno **Vovk Petrovski Brin**, giocatore di caratura internazionale. Con questo piazzamento, Mokropolov ha potuto gareggiare anche nel Top2 di domenica, ottenendo buoni risultati. Con un bagaglio tecnico e una facilità di esecuzione dei colpi veramente notevoli, delizia il pubblico, superando il girone con tre vittorie su **Serti**, **Costa** e **Fantoni**. Nel tabellone, batte il nigeriano **Augustine** e **Kuznetsov** agli ottavi, per poi perdere ai quarti contro

un altro pongista nigeriano, **Etim Orik**.

Grazie ai suoi risultati il TT Biella si è piazzato in quinta posizione nella speciale graduatoria riservata alle società, in un lotto che comprendeva la bellezza di 54 sodalizi.



LA PREMIAZIONE DEL TABELLONE TOP3, CON SERGEI MOKROPOLOV TERZO CLASSIFICATO



Peso: 13%

# Ping pong tour

di Arianna Galati

**2. Luoghi del cuore** Tre indirizzi cult (tra Londra e gli Usa) dove il tennistavolo è una religione con molti praticanti



Bounce Battersea (nella vecchia centrale immortalata sulla cover di *Animals* dei Pink Floyd) accoglie i giocatori di tennistavolo londinesi in un'atmosfera industriale. ■



A Los Angeles LTT Little Tokyo Table Tennis si ritrova al Terasaki Budokan, nel quartiere giapponese. Con tanto di limited edition e collab con brand di sportswear come Asics. ■



La sede di Spin Flatiron a New York rispetta l'estetica *cozy* e underground del marchio: divanetti, neon alle pareti, buona musica. ■



Peso:58%

# DANILO FASO

## Il Sinner del tennistavolo

Ha solo 15 anni, è figlio d'arte ed è allenato da entrambi i genitori. I big internazionali già si interessano a lui e, in azzurro, ha contribuito a conquistare un eccellente argento ai Mondiali giovanili

testo di  
**MARCO MALVALDI**

foto di  
**FABIO BOZZANI**

**L**a prima volta che il tennistavolo italiano si è accorto di Danilo Faso è stato nel 2022, quando ha vinto i campionati Italiani di Terza categoria di Riccione. Un evento nel quale ci sono due numeri da considerare. Il primo è quel "Ter-

za categoria" che a noi calciocentrici potrebbe far pensare a campi spelacchiati di periferia e guardalinee reclutati fra i genitori dei giocatori; nel tennistavolo italiano, anche grazie a un sistema di classifica particolarmente delirante, in Terza categoria ci sono già dei veri e propri professionisti. Il secondo numero è 11: gli anni di età di Faso quando sale sul primo gradino del podio.

### DUE GRAMMIE QUALCOSA

Questa è una delle caratteristiche bellissime del nostro sport: l'età conta veramente poco. Ho visto Danilo Faso vincere delle partite che, in quasi tutte le altre discipline, non sarebbero nemmeno dovute iniziare. Questa non è una caratteristica singola del nostro atleta, ma del tennistavolo in generale: il giapponese Sora Matsushima ha esordito nel circuito internazionale a 11 anni, mentre un suo connazionale, l'insopportabile Harimoto Tomokazu, ha disputato la prima finale in un Open a 12 anni.

Non stiamo parlando di tornei giovanili, ma di circuito professionistico. Il fatto è che quella pallina da due gram-

mi e qualcosa è come una livella, che smorza l'importanza della forza a scapito di altre qualità: coordinazione, intelligenza, concentrazione. Tutte qualità tipiche dei giovani, e tutte qualità che, nel nostro, abbondano e che lo rendono temuto ormai a livello mondiale: l'anno scorso ho sentito con le mie orecchie Panagiotis Gionis, forse il più forte difensore del mondo, chiedere al presidente di una società italiana di trovargli dei video del non ancora quindicenne Faso che giocava contro dei difensori, visto che doveva affrontarlo. Ho sentito anche il detto presidente rispondere sconsolato che non le aveva: in Italia, curiosamente, di difensori forti non ce ne sono.



Nella risposta di quel presidente sta uno dei problemi del tennistavolo italiano, e insieme l'orgoglio per aver visto sbocciare questo talento: l'Italia in questo sport è un Paese di seconda fascia, se non di terza. Almeno fino al 2025, ai Mondiali giovanili di Cluj-Napoca, in cui Faso e i suoi compagni (Francesco Trevisan e i fratelli Giulio e Pietro Campagna) hanno sconfitto nella gara a squadre prima il Giappone e poi la Cina, per poi arrendersi in finale a Taipei. Italia, batte, Cina, tennistavolo: prima di quest'anno, nemmeno ChatGpt avrebbe messo queste parole in quest'ordine nella stessa frase.

### DI ROVESCIO SPADRONEGGIA

Spero sinceramente che questo non sia un punto d'arrivo, ma di partenza. Non è raro che i campionissimi giovanili poi si perdano quando entrano nel mondo maggiore; ma di sicuro non ho mai sentito di nessuno che sia arrivato ai vertici internazionali senza vederlo arrivare da giovane. Per Faso i presupposti ci sono tutti, e anche i margini di miglioramento: sia a livello tecnico, sia fisico e tattico. Tecnicamente, per esempio, il diritto è sicuramente un aspetto su cui lavorare, ma è anche un colpo che tipicamente si costruisce: nessuno nasce con un diritto naturale. Tutt'altro discorso per il rovescio, lato su cui Faso spadroneggia in modo efficace quanto spettacolare. Fisicamente, è ovvio che un quindicenne sia ancora in fase di maturazione, e qui anche la natura dello sport viene in aiuto: nel tennistavolo gli infortuni da trauma sono praticamen-

te assenti, l'importante è allenarsi in maniera corretta, senza forzare.

### IL CUBO DI RUBIK

Il tennistavolo è uno sport molto particolare, e necessita di allenamenti estenuanti. Se siete convinti che sia un gioco, chiedetevi quanto controllo sul proprio corpo bisogna avere per gestire una pallina che pesa due grammi, va a 50-60 all'ora e gira su se stessa un centinaio di volte al secondo. (Tanto per fare un po' di *scaling* brutale: nel tennis la palla va a 150 all'ora, e il campo è lungo 23 metri. Nel nostro sport la pallina va a 50 (un terzo), ma il campo è lungo 2 metri e 77, circa un decimo). Oltre all'aspetto fisico, è fondamentale la padronanza mentale, la capacità di ragionare anche in debito di ossigeno e con i battiti cardiaci a 170: per capire come ci si prepara, consiglio di vedere, in alcuni filmati in Rete, il brasiliano Hugo Calderano allenare le sue capacità mentali sotto stress risolvendo il Cubo di Rubik mentre è sott'acqua in apnea oppure in alternata a una sequenza di salti mortali all'indietro. A me, e a tutti i pongisti in particolare, viene spesso in mente che se i calciatori si allenassero come e quanto i professionisti del tennistavolo, vedremo robe impensabili per gli umani. C'è da dire che il giochino richiede tempo: due ore, due ore e mezzo al mattino e altrettante al pomeriggio. Insomma, un'intensità da ciclismo accoppiata a una disciplina mentale da scacchista. Si sviluppano delle capacità notevoli, ma si rischia anche di

rimanerci fulminati. E qui viene un altro punto di forza, secondo me, di Faso.

### COETANEI VERI

Come spesso capita, Danilo è figlio d'arte e i suoi allenatori sono il padre Marco, siciliano, e la madre, l'ucraina Yulia Markova. Ha iniziato a giocare per stare con loro (Markova allenava in Francia e, quando qualcuno non poteva andare all'allenamento, il quattrenne Faso esultava, perché sapeva che la mamma avrebbe giocato con lui) e adesso lo seguono, sia tecnicamente, sia fisicamente, nella crescita. Perché si sta parlando di un ragazzo di 15 anni: uno che, invece di ritornarsi al cellulare, gioca con coetanei veri, e il mondo virtuale lo abbina alla scuola, che continua a frequentare con profitto. Spero che Danilo Faso cresca ancora tanto come atleta e come persona: sotto entrambi gli aspetti c'è da aspettarsi molto da lui.

● RIPRODUZIONE RISERVATA

L'autore

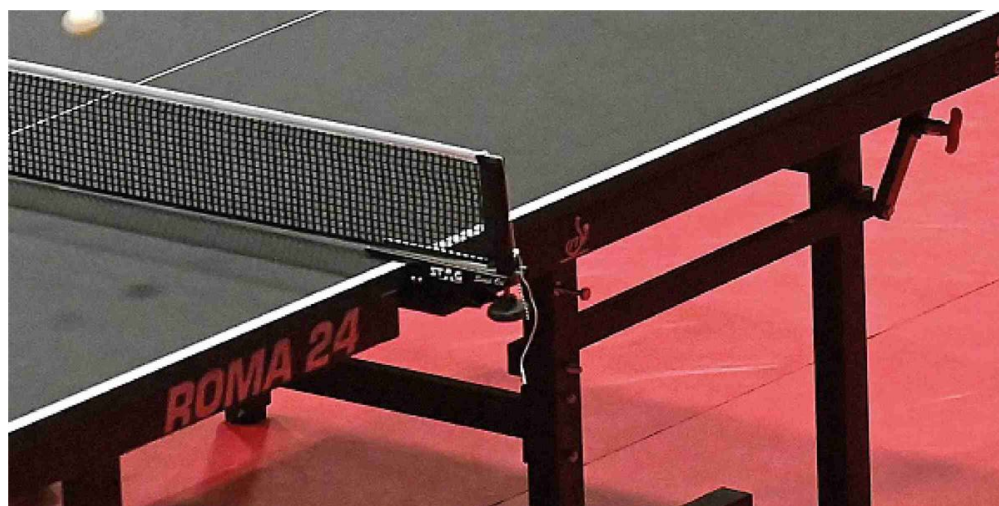
Marco Malvaldi



**SUOI I ROMANZI DEL BARLUME**  
Marco Malvaldi è nato a Pisa il 27 gennaio 1974.

Laureato in Chimica, tiene corsi di Causalità & Big data. Scrittore, oltre alla serie dei dieci romanzi del BarLume, pubblicati da Sellerio (il primo, *La briscola in cinque* del 2007; l'ultimo, *Piomba libera tutti*, lo scorso anno), ha firmato romanzi storici, thriller, opere di divulgazione scientifica e favole per bambini.

**L'età non conta,  
la pallina da 2 g  
e rotti smorza  
l'importanza  
della forza  
a scapito  
di coordinazione  
e intelligenza**



PERSONAGGI ●



51

### In Coppa Italia

Il pongista Danilo Faso, 15 anni, in campo due weekend fa per la Final Four di Coppa Italia, al Palascherma di Ancona. È nato in Francia nella zona del parco divertimenti di Disneyland Paris, dove all'epoca il padre lavorava.



Peso: 50-95%, 51-100%, 52-100%, 53-78%, 54-83%, 55-82%

Il presente documento non è riproducibile, è ad uso esclusivo del committente e non è divulgabile a terzi.



52



Peso: 50-95%, 51-100%, 52-100%, 53-78%, 54-83%, 55-82%

Il presente documento non è riproducibile, e' ad uso esclusivo del committente e non e' divulgabile a terzi.



### Mamma ucraina

Faso ancora ad Ancona per la Final Four di Coppa Italia d'inizio anno. Danilo è figlio d'arte e i suoi allenatori sono proprio il padre Marco, siciliano, e la madre, l'ucraina Yulia Markova.





**Ai Mondiali giovanili**  
 Sopra e a sinistra, Faso ai Mondiali giovanili di Cluj-Napoca (Rom) dell'anno scorso, in cui Faso e compagni (i fratelli Giulio e Pietro Campagna più Francesco Trevisan) hanno perso solo in finale contro Taipei.



Peso: 50-95%, 51-100%, 52-100%, 53-78%, 54-83%, 55-82%

Il presente documento non è riproducibile, e' ad uso esclusivo del committente e non e' divulgabile a terzi.

IL PING-PARK

# Il Parkinson lo battiamo a pallate

«Attraverso il gioco vogliamo migliorare la qualità della vita dei malati», dice Michela Fagiolini, direttrice del progetto del Cnr. «Il tennistavolo, infatti, è un allenamento ideale per il cervello»

testo di  
**GIORGIO BURREDDU**



un progetto, ma è anche il futuro. Lo sport sa essere molte cose. Salute, ricerca, innovazione. «Ping-Park vuole offrire una possibilità concreta: migliorare la qualità della vita delle persone con Parkinson attraverso gioco, movimento e scienza». È coordinato da Michela Fagiolini, direttrice dell'Istituto di Neuroscienze del Cnr, con il supporto dei ricercatori Cristina Spalletti e Alessandro Sale. «Negli ultimi anni sono emerse evidenze crescenti, seppur ancora preliminari, che indicano come

il tennistavolo possa produrre benefici sia motori che cognitivi nelle persone affette dalla malattia del Parkinson», spiega la dottoressa Fagiolini. Il team è ampio. Ci sono Lorenza Pratali dell'Istituto di Fisiologia clinica (Ifc Cnr), Roberto Ceravolo direttore della clinica Neurologica dell'Azienda Ospedaliero Universitaria Pisana (Aoup), Alberto Mazzoni e Silvestro Micera, professori della Scuola Superiore Sant'Anna. Partiamo da un concetto, spiega Fagiolini: «Il tennistavolo non è solo esercizio fisico: è un'attività ad alta complessità cognitiva».

#### E questo cosa ci dice?

«Studi osservazionali e interventi pilota hanno mostrato miglioramenti in equilibrio, coordinazione, velocità di reazione e in alcune funzioni cognitive come attenzione e flessibilità mentale. Ma la maggior parte dei dati disponibili deriva da studi di piccole dimensioni, spesso senza un'analisi approfondita dei meccanismi cerebrali sottostanti. Qui nasce il progetto Ping-Park, in stretta collaborazione con lo scrittore Marco Malvaldi: trasformare un'intuizione promettente in un intervento validato scientificamente, con misure oggettive e integrate».

#### Cosa rende cognitivo il tennistavolo?

«A differenza della camminata o della ginnastica tradizionale, richiede una stimolazione visuo-motoria continua e imprevedibile: seguire il movimento della pallina, anticipare l'azione dell'avversario, prendere decisioni rapide e correggere il movimento in tempo reale. Questo coinvolge simultaneamente circuiti motori, attentivi

ed esecutivi. Un'attività che integra movimento e cognizione rappresenta quindi un allenamento particolarmente mirato per il cervello».

#### Il gioco può agire sui sistemi neurochimici alterati nel Parkinson?

«Fare punto, vincere uno scambio, riuscire in un colpo difficile attiva i circuiti cerebrali della ricompensa e della motivazione. È importante essere chiari: non possiamo dire che il ping-pong "ripristini" la dopamina o sostituisca una terapia farmacologica. Tuttavia, sappiamo che la dopamina è cruciale per l'apprendimento, la motivazione e la plasticità dei circuiti cortico-striatali, e che situazioni di gioco e ricompensa possono attivarne il rilascio in modo fisiologico. E poi ci sono la dimensione sociale ed emotiva. Non si tratta quindi solo di muoversi, ma di sentirsi coinvolti, competenti e parte di un gruppo. Un elemento che colpisce clinici e pazienti è che i benefici del ping-pong sembrano spesso rapidi, talvolta percepibili già dopo poche sessioni, e in alcuni casi persistenti nel tempo. Questi meccanismi oggi sono in gran parte ipotizzati, non dimostrati: ed è proprio questo che vogliamo chiarire con Ping-Park».



### Chi può iniziare?

«Non esiste un limite di età rigido: ciò che conta è l'adattamento del programma alle capacità individuali. Il ping-pong è particolarmente indicato nelle fasi iniziali e intermedie della malattia, ma può essere modulato anche in persone più anziane o con maggiori difficoltà motorie, privilegiando sicurezza, gradualità e personalizzazione. E non è necessario un terapista altamente specializzato, ma è fondamentale un contesto competente: istruttori formati, valutazione clinica iniziale, progressione graduale e grande attenzione alla sicurezza».

### Parlava del fattore sociale.

«È cruciale. Il gioco, il divertimento e

una competizione leggera aumentano motivazione, adesione e continuità nel tempo. Dal punto di vista neuroscientifico, il coinvolgimento emotivo e sociale amplifica gli effetti dell'allenamento cerebrale, come già dimostrato dal programma Train the Brain, ideato dal professor Lamberto Maffei».

### Perché serve sostegno?

«La vera novità di Ping-Park è l'integrazione tra pratica reale, misure oggettive avanzate e ricerca preclinica sui meccanismi cerebrali. Per fare questo, e per andare oltre uno studio pilota, è fondamentale il supporto di cittadini, associazioni e investitori. Vogliamo costruire un modello sostenibile».

● RIPRODUZIONE RISERVATA



### Concentrati

Il tennistavolo coinvolge i circuiti cerebrali della ricompensa e della motivazione, attivando il rilascio fisiologico della dopamina.



## TENNISTAVOLO. Marcozzi e 4 Mori

# L'Europa chiama l'Isola

È il momento della verità per il Quattro Mori Cagliari. Domani ultima partita del secondo turno della Champions League femminile, le ragazze del coach Curcio giocano in Polonia, a Rzeszow, contro l'AZS Politechnika, già battuta 3-1 a Cagliari. Per accedere ai quarti di finale, al Quattro Mori oltre ovviamente la vittoria, è sufficiente la sconfitta per 3-2, risultato che gli garantirebbe il secondo posto nel girone B.

Domenica Europea, in Spagna, anche per la Marcozzi, nel ritorno degli ottavi di fi-

nale dell'Europe Cup maschile. A Priego de Cordoba affronta il Real Club Cajasur battuto mercoledì a Cagliari 3-2. Per passare il turno deve ripetere il successo.

A Olot, in Spagna, da ieri e sino a domenica dieci squadre sarde sono impegnate nella fase Regional Stage dell'Europe Trophy. Tra gli uomini Muravera, TT Sassari e Quattro Mori insieme nel girone unico. Nel torneo femminile Muravera, Norbello Blu e TT Sassari nel girone A, Muravera "B" e "C", Quattro Mori "B" e Norbello nel girone B. (m.c.)



Peso: 7%