

Speciale "OLIMPIADI 2020"



***L'Angolo del Campione:
Cristina Chiuso***





Notiziario della ConfSport Italia
Numero 3 – Anno II
Marzo 2010

Presidente
Paolo Borroni

Hanno collaborato
Ilaria Calcina
Marco Contardi
Arianna Landi
Luciano Montanari
Nina Trushkova

Segreteria di redazione
Arianna Landi

Fotografie
Archivio ConfSport Italia
Luciano Montanari

La collaborazione a questo notiziario è da considerarsi del tutto gratuita e non retribuita



ConfSport Italia
Sede Nazionale
Via Properzio, 5
00193 Roma

Sede Organizzativa
Via dell'Imbrecciato, 181
00149 Roma

Telefono
06.55282936 – 06.5506622

Fax
06.5502800

Indirizzo mail
info@confsportitalia.it

Sito web
www.confsportitalia.it



Si informano tutte le Società affiliate, i Dirigenti, i Tecnici, gli Atleti e tutti i nostri amici che è stato attivato il nuovo sito della ConfSport Italia.

Siamo a disposizione per suggerimenti e consigli.

Il nostro notiziario, on-line, può essere arricchito da foto e notizie che gentilmente vorrete inviarci.

In questo numero

Sommario	pag. 2
Editoriale	
Delusioni a Vancouver	
La soddisfazione dell'Italia: le Paraolimpiadi	pag. 3
Olimiadi 2020	
Due bellissime città a confronto per un solo posto	pag. 5
L'Angolo del Campione: Cristina Chiuso	
Parola d'ordine: divertirsi	pag. 10
Ginnastica Artistica	
Un aprile pieno d'impegni	pag. 13
Danza Aspettando "Momenti Magici" 2010	
L'ambito trofeo alla scuola "Arte Studio Danza"	pag. 14
Periferia Attiva	
Lombardia, Valle D'Aosta, Campania, Puglia, Abruzzo, Liguria	pag. 15
La pagina del Tecnico	
IntelligenceGym. L'aiuto pratico per invecchiare sano e attivo	pag. 17
La pagina dello Psicologo	
Ansia da prestazione e flow: dalla prestazione eccellente al fallimento	pag. 18
XII Trofeo Internationalgym	
L'Australia al parco Fucoli di Chianciano Terme insieme a ConfSport Italia	pag. 19

Delusioni a Vancouver

di Arianna Landi



Abbiamo dovuto attendere la fine di queste Olimpiadi Invernali per far sì che la bandiera Italiana salisse sul gradino più alto del podio.

A farci tirare questo sospiro di sollievo ci ha pensato il venticinquenne Giuliano Razzoli, primo nello slalom speciale e, come detto, unico medagliato d'oro degli azzurri. Così grazie a lui il Presidente della Repubblica, Giorgio Napolitano, ha potuto alzare il telefono del Quirinale, almeno una volta, per congratularsi dell'accaduto.

Queste Olimpiadi per il nostro paese sono un pò passate in sordina. C'è chi attribuisce la colpa alla mancanza di emozioni, c'è chi colpevolizza il poco spazio che è stato dedicato loro da TV e carta stampata, troppo impegnati a parlare di calcio, certo è che se mescoliamo il tutto, nel calderone, la formula che ne esce non è esplosiva.

Se a pochi giorni dalla chiusura dei giochi di Vancouver, cercate su internet troverete più notizie sulle Olimpiadi svolte a Calgary, nello stato dell'Alberta, nel 1988. Corsi e ricorsi storici. Chi ama lo sport non può certo averle dimenticate, perché quella fu un'edizione resa importante dalla famosa squadra giamaicana di bob a quattro e per un certo Alberto Tomba, che si impose all'attenzione del mondo non solo per le sue doti tecniche, ma anche per una certa esuberanza che non lo fece passare inosservato e lo rese subito un personaggio. E sì! Perché forse Vancouver ha peccato proprio nella mancanza di personaggi, ma di personaggi come Tomba, che oltre a sapersi mettere in mostra per il suo modo di fare portò a casa ben due medaglie d'oro, di slalom e gigante.

Allora viene spontaneo chiedersi: dove sono i nostri campioni? Qualcuno li ha visti?



Pietro Piller Cottrer

Medaglia d'argento 15 Km a tecnica classica



Cerimonia di apertura

Tutti sono tornati a casa soddisfatti con medaglie da mettere in bacheca i Tedeschi, i Norvegesi, gli Americani e persino gli Svizzeri che hanno conquistato più medaglie della Cina.

Tutti potranno dire di esserci stati realmente, perché proprio quelle medaglie hanno acceso i riflettori su di loro, ma per l'Italia il braciere Olimpico ha fatto solo una fiammata e poi è tornato a spegnersi, riportandoci nel buio.

Si chiacchiera, si vocifera, si leggono indiscrezioni sugli atleti delle Olimpiadi di Vancouver, ed ovviamente se ne parla in positivo.

Come ad esempio della Canadese trentenne, Kriste Moore, incinta di sei mesi, che segna la vittoria nella disciplina del Curling, per sei a due contro la Svezia, a dimostrazione che le donne hanno sempre una marcia in più.

Ma quando riguarda l'Italia, non c'è molto da parlare bene. Viene meno anche la staffetta 4x10 uomini, che in questi giochi Olimpici conquistano solo un nono posto.

Lo scoop è che da ben diciotto anni, l'Italia, in questa disciplina saliva sul podio, così a Vancouver si perde anche il prestigio delle precedenti edizioni.

E' tutto da cancellare e da rifare. L'unico punto in comune che abbiamo trovato in Canada è che in tutte le discipline, l'Italia, è uscita di scena lasciando spazio e onore agli altri paesi, riempiendo il suo forziere di sole delusioni.

Per chi è superstizioso potremmo dire che la mancanza di neve iniziale non è stata di buon auspicio e il maltempo successivo, che ha costretto il rinvio di alcune competizioni, è stato la conferma di un anno no per il nostro paese.

Di scuse potremmo trovarne a migliaia questo è certo, però tra tutte queste chiacchiere nessuno è stato in grado di spiegarci dove fossero i nostri, nei sedici giorni dei giochi Olimpici. Perché un paese come l'Italia che non manca mai di sfornare ottimi atleti, quest'anno è rimasto nell'ombra più nera? E se il duro lavoro paga vuol dire che non si è lavorato abbastanza o che gli altri lo hanno fatto più di noi?

Molte polemiche e malumori, hanno portato queste Olimpiadi, ma nessuna risposta degna di essere ascoltata. Solo domande, tanti quesiti, ma come spesso accade nessuna risposta.



Giorgio Di Centa
Portabandiera della Squadra Azzura

La cosa più semplice è puntare il dito uno contro l'altro, colpevolizzare tutti e non prendersi le proprie responsabilità. Nel frattempo la XXI Edizione delle Olimpiadi Invernali di Vancouver è terminata, con una Cerimonia di chiusura che ha sfiorato il trash con una nevicata artificiale. Lasciando l'Italia con una sola medaglia. Ringraziando calorosamente Giuliano Razzoli per non averci fatto tornare a casa con le mani in mano e con una figura, davanti al globo, che avremmo fatto fatica a cancellare. E con il rimpianto di non aver potuto gioire un po' di più, ma con la segreta speranza di ritrovare i nostri migliori atleti e poterci rifare alle Olimpiadi Invernali di Sochi 2014.

Il medagliere finale della XXI edizione delle olimpiadi invernali Vancouver 2010

	O	A	B	TOT
Stati Uniti	9	15	13	37
Germania	10	13	7	30
Canada	14	7	5	26
Norvegia	9	8	6	23
Austria	4	6	6	16
Russia	3	5	7	15
Sud Korea	6	6	2	14
Svezia	5	2	4	11
Cina	5	2	4	11
Francia	2	3	6	11
Svizzera	6	0	3	9
Olanda	4	1	3	8
Repubblica Ceca	2	0	4	6
Polonia	1	3	2	6
Italia	1	1	3	5
Giappone	0	3	2	5
Finlandia	0	1	4	5
Australia	2	1	0	3
Slovacchia	1	1	1	3
Bielorussia	1	1	1	3
Slovenia	0	2	1	3
Croazia	0	2	1	3
Lettonia	0	2	0	2
Gran Bretagna	1	0	0	1
Kazakhstan	0	1	0	1
Estonia	0	1	0	1

La soddisfazione dell'Italia: le Paraolimpiadi

Ecco le soddisfazioni vere arrivate da Vancouver! Ma la settimana della riscossa è stata quella che si è conclusa il 21 di Marzo, ed ha ospitato i Giochi Paraolimpici Invernali. Se non fosse stato per Sky, che ha avuto una copertura totale sulla manifestazione, probabilmente non si sarebbe saputo neanche dell'evento. A quanto sembra Rai e Mediaset hanno dimenticato che a Vancouver ci sarebbe stata un'altra settimana intensa di emozioni. Quello che non immaginavano però è che le emozioni vere le avremmo ricavate proprio da questi ragazzi, quelli tosti sul serio che nonostante i loro handicap non se ne stanno lì a lagnarsi, ma si rimbeccano le maniche e vanno a Vancouver dove ci sono medaglie da vincere e tornano a casa con il bottino pieno. Andateglielo a dire a quelli che hanno dimenticato!

Questa manifestazione prevede 15 discipline sportive invernali e la prima si tenne in Svezia nel 1976. Da allora gli eventi Invernali Paraolimpici coinvolgono migliaia di atleti diversamente abili che arrivano da tutte le parti del mondo, per dimostrare, se ce ne fosse bisogno, che quando c'è da lottare loro non si tirano indietro. In questa X Edizione, proprio nella giornata di chiusura, arriva l'oro. A conquistarlo è stata la "Rossa Volante", ovvero Francesca Porcellato, chiamata così per la chioma rossa fluente che la contraddistingue e per la sua passione per la velocità che non l'ha mai abbandonata in tutta la sua carriera.

Francesca è una veterana della squadra azzurra, che si afferma nel chilometro sprint nello sci di fondo, specialità sitting, ha chiuso con il tempo di 2'58"5 davanti all'ucraina Olena Lurkovska e alla bielorusca Liudmila Vachuk. A dire il vero ce l'aspettavamo un oro da lei, dopo aver vinto 11 medaglie (3 oro, 3 argento e 5 bronzo) ed aver partecipato ad 8 Paraolimpiadi. La Porcellato inoltre è stata l'unica italiana ad aver vinto l'oro sia nelle Paraolimpiadi Invernali che Estive. Grazie a lei e agli altri ragazzi che sono tornati a casa vincitori, l'Italia si è piazzata all'undicesimo posto nel medagliere di questa Paraolimpiadi, portando in patria un totale di 7 medaglie (1oro, 3 argenti e 3 bronzi).



Francesca Porcellato all'arrivo

Due bellissime città a confronto per un solo posto

I testi sono tratti dai comunicati stampa presentati dalle due Città in occasione della presentazione ufficiale della candidatura ai XXXII Giochi Olimpici e XVI Giochi Paralimpici del 2020. Per una consultazione più aggiornata e per avere maggiori notizie si possono visitare i siti ufficiali www.2020roma.it e www.venezia2020.it



CANDIDATURA DELLA CITTÀ DI ROMA AI XXXII GIOCHI OLIMPICI E XVI GIOCHI PARALIMPICI DEL 2020

ROMA PER I GIOVANI E L'OLIMPISMO

La Città di Roma si candida a ospitare i XXXII Giochi Olimpici e XVI Giochi Paralimpici del 2020, nell'anno in cui ricorre il centocinquantenario di Roma Capitale.

L'obiettivo è diffondere e rafforzare i valori dell'Olimpismo:

- ✓ educando le future generazioni, attraverso lo sport, a sostituire l'antagonismo con l'agonismo e la *fair play* e ad adottare uno stile di vita sano e sicuro
- ✓ diffondendo la pratica sportiva tra i giovani a Roma, in Italia e nel Mondo per favorire la coesione e l'integrazione sociale e per ridurre le disuguaglianze
- ✓ sviluppando la sostenibilità ambientale che si fonda sull'uso efficiente delle risorse energetiche, sul recupero e l'ottimizzazione delle strutture esistenti per un modello di sviluppo basato sul benessere e sulla qualità della vita.

UNA CANDIDATURA CONDIVISA

La Candidatura della Città di Roma ha raccolto l'adesione compatta e convinta di tutte le Istituzioni del territorio e di tutte le forze politiche di maggioranza e di opposizione all'interno del Comune, della Provincia e della Regione. Il Consiglio Comunale ha votato all'unanimità il 21 gennaio 2010 una mozione, il cui primo firmatario è stato l'on. Francesco Rutelli, che ha dato mandato al Sindaco di candidare la Città di Roma a ospitare i Giochi del 2020 realizzando un progetto di Candidatura altamente competitivo a livello internazionale.



Il Colosseo

Il Consiglio Regionale ha votato il 10 febbraio 2010 la mozione di appoggio alla Candidatura. Il Consiglio Provinciale di Roma ha votato la mozione di appoggio il 22 gennaio 2010. A questo sostegno politico si è aggiunto il sostegno di tutte le grandi, medie e piccole imprese industriali, commerciali e del settore dei servizi che operano a Roma e di alcune tra le più importanti imprese pubbliche e private del Paese. Questo appoggio è già stato manifestato pubblicamente dall'Unione Industriali di Roma con la creazione di un Comitato di Sostegno alla Candidatura della Città di Roma ai Giochi.

UNA VASTA RIQUALIFICAZIONE URBANISTICA E AMBIENTALE

L'organizzazione dei XXXII Giochi Olimpici e XVI Giochi Paralimpici del 2020 sarà un acceleratore del Piano per lo Sviluppo Strategico 2010-2020 della Città di Roma, valorizzerà nel Mondo l'immagine di Roma e dell'Italia e fornirà un forte contributo alla crescita dell'economia locale e nazionale.

La Candidatura olimpica attiverà progetti, risorse e competenze per compiere la più vasta operazione di riqualificazione urbanistica e ambientale mai progettata in Italia:

- ❖ il Parco Fluviale del Tevere come grande elemento di interconnessione del nuovo Parco Olimpico, reso navigabile dalla diga di Castel Giubileo sino a Ponte Milvio
- ❖ la Città dello Sport di Tor Vergata, per sviluppare il grande sistema aeroportuale della Città e nuove efficienti infrastrutture di trasporto urbano
- ❖ ammodernare e allestire molti impianti sportivi destinati ai giovani e alle famiglie anche nelle periferie, per migliorare l'accessibilità di tutti i sistemi di mobilità e di fruizione della Città.

I segni più significativi di questo sviluppo saranno:

- ✓ la creazione di migliaia di nuovi posti di lavoro,
- ✓ un forte miglioramento della qualità della vita dei cittadini,
- ✓ una maggiore diffusione delle pratiche sportive di base in Città

IL PARCO FLUVIALE OLIMPICO

L'eredità da lasciare ai cittadini romani dopo la kermesse olimpica è costituita dal Parco Fluviale, grande ossatura del Quadrante Olimpico Nord.

Partendo dalla diga di Castel Giubileo, fino a Ponte Milvio e a Ponte Duca d'Aosta, il Parco diventa la spina dorsale del Sistema Olimpico: circa 12 km di corso d'acqua resa navigabile, con approdi che mettono in relazione le aree di Saxa Rubra, Salaria, Grottarossa, Tor di Quinto, Acquacetosa e creano un sistema di collegamento alternativo e naturalistico, che si relaziona con sistemi diversi, dalle piste ciclabili, ai ponti pedonali, fino alle stazioni ferroviarie e parcheggi di scambio.

DUE POLI: A NORD IL PARCO OLIMPICO A SUD OVEST LA FIERA DI ROMA

La Candidatura olimpica si insedia su due poli, a Nord e a Sud-Ovest di Roma e prevede l'uso prevalente di impianti esistenti e dei padiglioni della Fiera di Roma. Il cuore dei Giochi sarà il Parco Olimpico dove verranno inseriti tutti i principali impianti sportivi e le sedi ufficiali. Il concetto della Candidatura segue lo spirito della Carta Olimpica e del rapporto della Commissione per i Giochi Olimpici del CIO.

Gli atleti vivranno tutti insieme in un Villaggio Olimpico (d'ora in poi, VO) posto nelle immediate vicinanze del centro della Città. I Giochi saranno compresi in un'ellisse il cui semiasse maggiore è di 12,5 km, con tempi di percorrenza medi dal Villaggio Olimpico ai campi di gara di 14 minuti. Il 52% degli atleti avrà i campi di gara entro un arco temporale di 10 minuti dal VO, il 18% entro 21 minuti, il 23% entro 26 minuti e il 7% entro 45 minuti.

IL PARCO OLIMPICO

Cuore del progetto della candidatura di Roma ai Giochi del 2020 sarà il Parco Olimpico, una vasta area che comprende Saxa Rubra, Tor di Quinto, Acquacetosa, Flaminia, Foro Italico e Aeroporto dell'Urbe. Molti degli impianti e delle strutture sportive ubicate in questa zona videro i Giochi del 1960 e sarà in questo grande quadrante, nelle immediate vicinanze del Centro della Città, che i Giochi del 2020 vivranno le fasi più esaltanti delle competizioni.

Il 50% degli atleti e degli spettatori si muoverà all'interno del Parco Olimpico a meno di 2 chilometri e a meno di 2 minuti dai campi di gara, potendo utilizzare percorsi stradali e pedonali, piste ciclabili, imbarcaderi sul Tevere, linee ferroviarie e metropolitane dedicate a loro.

Il Villaggio Olimpico, che ospiterà i 18.000 atleti attesi per i Giochi del 2020, sarà al centro del Parco Olimpico e permetterà alla grande Famiglia Olimpica di spostarsi rapidamente e in assoluta sicurezza dai molti campi di allenamento esistenti.

AREA SUD OVEST: LA FIERA DI ROMA

Nei padiglioni della Fiera di Roma, appositamente allestiti con tribune e strutture di servizio, nel pieno rispetto alle direttive del CIO di utilizzare impianti esistenti invece che costruirne di nuovi, verranno ospitate le gare di 12 discipline olimpiche.

All'esterno delle attuali strutture fieristiche, verranno allestiti due nuovi padiglioni dedicati al Ciclismo, alla BMX e al Pugilato. Questo l'elenco: Badminton, Ciclismo su pista e BMX, Ginnastica ritmica, Judo, Lotta, Pallamano, Pugilato (preliminari), Scherma, Sollevamento pesi, Taekwondo e Tennis tavolo; l'area dell'EUR vedrà le gare preliminari della Pallacanestro, le finali di Pugilato e il Triathlon; a Ostia la Vela e il Nuoto in acque libere. Il Ciclismo su strada, partendo dai Fori Imperiali, si svolgerà su un circuito che comprenderà i Castelli Romani. Un terzo degli atleti e quasi il 20% degli spettatori gareggeranno e vedranno i Giochi in questa area a Sud Ovest del centro di Roma, potendosi spostare sulla rete ferroviaria e viaria già oggi esistente e per la quale sono previsti potenziamenti.

TOR VERGATA

Il progetto olimpico sfrutta ancora una volta le strutture esistenti e di alta qualità che la Città di Roma potrà offrire, utilizzando la Città dello Sport di Tor Vergata.



Veduta aerea del Parco del Foro Italico

Il complesso sportivo è ubicato nel territorio di titolarità dell'Università degli Studi di Roma "Tor Vergata" in prossimità del casello di Roma-Sud dell'Autostrada Roma-Napoli.

Il progetto prevede la realizzazione di:

- ❖ un edificio Pallanuoto (a norme FIN)
- ❖ un edificio Palasport polivalente (a norme CONI)
- ❖ una piscina scoperta (a norme FIN)
- ❖ una pista di Atletica
- ❖ parcheggi
- ❖ Due Palazzi dello Sport verranno utilizzati per la Pallanuoto, per la Ginnastica artistica, per il Trampolino e per le fasi finali di Pallacanestro. Il Tiro si svolgerà a Lunghezza mentre il Completo di Equitazione e la Mountain Bike si terranno ai Pratoni del Vivaro, in Piazza di Siena si terrà l'Equitazione con il Salto Ostacoli e il Dressage al Circo Massimo il Beach Volley, all'Olgiate il Golf, a Settebagni la Canoa, il Canottaggio e la Canoa Slalom, per le fasi preliminari del torneo di Calcio sono state individuate 8 sedi tra le quali la FIFA sceglierà quelle definitive.

UNA CANDIDATURA REALISTICA, FATTIBILE E FINANZIABILE

Roma, per organizzare i Giochi, è pronta a mobilitare tutte le risorse economiche e umane delle sue 155 mila imprese che producono il 6,7% della ricchezza nazionale.

Roma "Capitale dello Sport" con oltre 2.500 impianti, 2.700 società sportive e centinaia di migliaia di praticanti e volontari, Roma terza destinazione turistica d'Europa con un'ineguagliabile esperienza di grandi eventi mondiali, Roma "Capitale dell'Accoglienza" con le sue 183 etnie e "Città del Volontariato" con 500 associazioni del no-profit e del terzo settore, Roma "Capitale più verde d'Europa", Roma "Città Olimpica" sorta 50 anni fa sugli ideali e sull'esperienza delle "Olimpiadi che cambiarono il Mondo", è pronta a realizzare nel 2020 una nuova indimenticabile festa dello sport e dell'amicizia tra i popoli.

42 IMPIANTI DI GARA OLTRE 105 IMPIANTI DI ALLENAMENTO

Con Giochi compatti, lo spostamento degli atleti sarà veloce, sicuro e garantito dalla rete stradale esistente, opportunamente rafforzata e potenziata.

I Giochi saranno organizzati in 42 impianti di gara di cui 33 esistenti:

- ❖ 27 impianti sportivi esistenti - di cui 6 da allestire e uno da ristrutturare - e 6 padiglioni da allestire alla Fiera di Roma
- ❖ 5 da costruire, 3 impianti sportivi permanenti e 2 impianti temporanei da riconvertire in padiglioni della Fiera di Roma
- ❖ 4 allestimenti temporanei le cui aree di insediamento ritorneranno alla destinazione d'uso originale.

Trentatré impianti sono di proprietà pubblica, del Comune o del CONI e, a parte gli impianti per le fasi preliminari di calcio, tutti i 42 impianti insistono sul territorio di Roma e Provincia.

Per gli allenamenti verranno utilizzati oltre 105 impianti esistenti.

GIOCHI ACCESSIBILI A TUTTI

Affinché tutte le nuove costruzioni siano ecocompatibili e accessibili, saranno utilizzate le più moderne tecnologie.

L'organizzazione dei Giochi Paralimpici permetterà di continuare nel percorso di costruzione di una Città accessibile e priva di barriere architettoniche.

L'EREDITÀ PER LE FEDERAZIONI INTERNAZIONALI

I nuovi impianti sportivi, di altissimo livello, costruiti per i Giochi permetteranno di organizzare a Roma eventi internazionali che oggi non si possono realizzare. Altri impianti allestiti e ristrutturati saranno resi disponibili per le Federazioni Sportive Nazionali e Internazionali per organizzare eventi di alto livello in tutte le discipline.

L'esperienza dei Giochi accrescerà le competenze dei volontari e formerà nuovi dirigenti sportivi.



Fontana di Trevi

TRE MILIONI DI SPETTATORI DAL VIVO, QUATTRO MILIARDI DI SPETTATORI MULTIMEDIALI

Circa 3 milioni di spettatori verranno a Roma, contribuendo a creare un aumento del turismo, stimato del 20% durante gli anni a cavallo dei Giochi, e importanti ricadute economiche sui servizi, sulla ricettività alberghiera e sulle attività commerciali. Più di 4 miliardi di persone vedranno i Giochi del 2020 in televisione e ancor più con mezzi multimediali, riscoprendo le bellezze monumentali e naturalistiche di Roma e soprattutto scoprendo una Città nuova che guarda al futuro e all'eccellenza, all'avanguardia nello sviluppo sostenibile, dotata di nuove tecnologie.

GLI ALBERGHI PER GLI SPETTATORI

Roma potrà contare, per i Giochi, su 74.948 stanze nel raggio di 10 km dal centro della Città, di cui 49.000 in hotel. Il totale delle stanze nel raggio di 50 km sarà di 113.674. I prezzi per la Famiglia Olimpica verranno controllati e prefissati e non ci sarà l'obbligo di un soggiorno minimo garantito.

DUE SONDAGGI DALL'ESITO MOLTO POSITIVO CONFERMANO UN TREND DECENNALE

Nove romani su dieci vogliono che la loro Città ospiti i Giochi Olimpici del 2020. L'88,1% dei cittadini di Roma (sondaggio di Unicab per l'Unione Industriali di Roma) è favorevole alla Candidatura e l'87% (sondaggio di SWG per conto del Comune di Roma) prevede ricadute positive che si estenderanno all'intero territorio della Regione e al resto del Paese.

I due sondaggi sono stati effettuati nel Gennaio del 2010 e confermano una tendenza positiva in costante crescita nel tempo: negli ultimi dieci anni, la quota dei cittadini di Roma che hanno risposto agli istituti di ricerca manifestando il giudizio favorevole della Città sull'organizzazione dell'evento olimpico è risultata sempre superiore all'80%, a partire dall'indagine di opinione condotta da Abacus nel 1997 che registrò un favore pari all'83,5% degli intervistati.

Altre, più recenti, indagini demoscopiche hanno rafforzato il giudizio sulla Città di Roma come un luogo ideale per ospitare grandi eventi internazionali, non soltanto per le sue eccellenze d'arte e di cultura ma soprattutto (indici di risposta molto elevati) perché Roma, tradizionalmente luogo di incontro di etnie e religioni diverse, è ospitale e quindi accogliente e sicura.

PUNTI DI FORZA SECONDO GLI INTERVISTATI

Il sondaggio Unicab indica quali, secondo gli intervistati, sono i punti di forza di cui la Città dispone: le bellezze ambientali (59,9% delle risposte favorevoli), le strutture sportive esistenti (30,5%) e le capacità organizzative dimostrate in occasione di grandi eventi (22%).

Il sondaggio SWG indica che il 75% dei cittadini esprime un parere positivo sulla capacità della Città di Roma di organizzare grandi eventi internazionali.

L'indagine commissionata dalla UIR segnala inoltre che l'81% dei cittadini romani prevede che, ospitando i Giochi del 2020, i benefici saranno superiori agli svantaggi, soprattutto per: le ricadute sul turismo (52,6%), la crescita degli investimenti e lo sviluppo economico (32%), il miglioramento dell'immagine della Città (30,4%), l'aumento dei posti di lavoro (19,6%) e la realizzazione di nuove importanti opere pubbliche (16,2%).

Il sondaggio SWG registra un 75% di risposte positive per quanto riguarda le capacità della Regione Lazio, del Comune di Roma e del CONI di "fare regia" per garantire il successo dell'evento olimpico. Infine, il sondaggio SWG, per quanto riguarda la disponibilità dei cittadini romani a dare il proprio contributo volontario all'organizzazione dei Giochi, registra un dato medio di adesione del 73%.





COMITATO PER LA CANDIDATURA DI VENEZIA SEDE DEI XXXII GIOCHI OLIMPICI E PARALIMPICI 2020

Venezia, 5 marzo 2010 – Alle ore 10.30 il Comitato Venezia 2020 ha consegnato al Comitato Olimpico Nazionale il dossier di candidatura di Venezia ad ospitare i XXXII Giochi Olimpici e Paralimpici del 2020.

Il dossier si ispira ai migliori standard internazionali e si pone l'obiettivo di offrire un nuovo modello per le Olimpiadi del futuro, fondato sul ritorno di Giochi a misura d'uomo al cui centro viene posto l'Atleta.

Venezia 2020 propone la sua candidatura mettendo a disposizione dello sport e degli sportivi un intero territorio che vanta una forte vocazione internazionale ed elevate capacità organizzative.

Le proposte di Venezia 2020 hanno una "veste permanente" (73% degli impianti) e una "veste temporanea" (27% degli impianti) e garantiranno un'eredità post Olimpica sostenibile. Tutte le strutture esistenti (65%) o quelle che verranno costruite in funzione dell'esito positivo della candidatura (35%) sono infatti pensate in funzione delle reali esigenze del territorio, ovvero in base alle possibilità di riutilizzare gli impianti per ospitare altri eventi o in funzione delle richieste della comunità locale.

I giochi, infatti, devono necessariamente rappresentare un'opportunità per il territorio stesso che li ospita e già dalla fase progettuale sono pensati in modo tale da non lasciare ai cittadini e alle istituzioni locali eredità pesanti da gestire.

Il **Progetto Venezia 2020** poggia sui seguenti **concetti-chiave**:

- Il ritorno a una dimensione a misura d'uomo;
- la centralità della Città di Venezia;
- dissuasione e coinvolgimento del territorio;
- l'efficienza e la disponibilità immediata delle infrastrutture sia di accesso sia sportive;
- attenzione alla legacy sostenibile e all'applicazione di soluzioni innovative;
- la comodità nei collegamenti per la compattezza dei siti;
- la dimensione e qualità del sistema ricettivo;
- efficienza nella gestione e competenze professionali.

La **proposta di Venezia 2020** si basa su un sistema di infrastrutture che offre una **soluzione naturalmente compatta e urbanisticamente integrata** nell'evoluzione futura prevista per il territorio dell'Area Metropolitana. Una soluzione in grado di conciliare i bisogni dei cittadini con l'immensa opportunità di celebrare i Giochi riducendone sensibilmente l'impatto e garantendone la sostenibilità sociale.

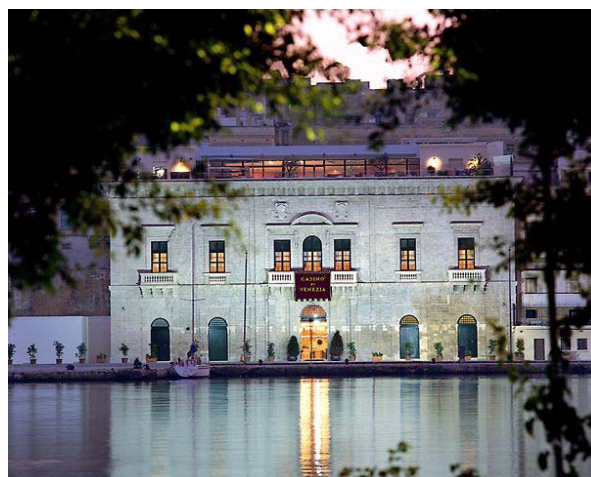
I cittadini veneziani, veneti e italiani sembrano essere già convinti del progetto. Il Comitato Venezia 2020 ha infatti incaricato la **società internazionale indipendente Eurisko GfK**, leader mondiale nelle ricerche di mercato ed indagini di opinione, di realizzare un sondaggio per verificare l'orientamento dell'opinione pubblica nazionale e locale nei confronti della proposta di Candidatura.

Tra il 3 e il 15 di febbraio 2010, a **un campione rappresentativo della popolazione italiana adulta (18+) di 1.000 individui**, sono state poste **20 domande** specifiche sul tema "Giochi Olimpici e la candidatura Veneziana". Il risultato è stato straordinariamente lusinghiero per Venezia: il **75% della popolazione italiana** ha dimostrato un forte interesse all'ipotesi che l'Italia ospiti i Giochi Olimpici del 2020 - e questo non stupisce - ma che il **73% della popolazione italiana** sia favorevole alla Candidatura di Venezia e che **l'81% della popolazione locale** abbia espresso parere positivo, è un vero successo.

Numerosissimi, inoltre, sono stati gli attestati di sostegno espressi da Enti ed Istituzioni pubbliche e private del territorio. In particolare, **sono più di 1000 le imprese private che hanno formalmente aderito alla campagna di endorsement "Noi ci crediamo"**, creata a sostegno della Candidatura di Venezia.

Alcuni punti chiave del dossier:

Date dell'evento Venezia 2020 propone di programmare l'evento Olimpico tra il **24 luglio** e il **9 agosto 2020**, i giochi Paralimpici si svolgeranno tra il **26 agosto** e il **6 settembre**. Le date sono state scelte sulla base di alcune considerazioni, tra cui: il **clima** ideale per gli atleti, la **chiusura di scuole e università** per favorire la presenza dei giovani in qualità di volontari, il **trasporto pubblico** non troppo sollecitato e soprattutto non si penalizzeranno le due settimane centrali di agosto tradizionalmente momento chiave per il **turismo balneare**.



Il Casinò di Venezia

Villaggio Olimpico

Il Villaggio Olimpico di Venezia 2020 verrà realizzato all'interno dell'area del "**Quadrante Tessera**", uno dei poli di sviluppo urbanistico più importanti della regione, a breve distanza dell'Aeroporto e dal centro storico di Venezia.

Su tale area, di circa 2,2 milioni di m², è già oggi prevista dagli strumenti urbanistici un'importante operazione di sviluppo e valorizzazione territoriale, supportata da progetti per infrastrutture di trasporto pubblico e viario in larga parte già finanziati.

L'intervento si sviluppa intorno alla realizzazione del nuovo stadio **Stadio Olimpico da 80.000 posti** e prevede la realizzazione di circa **370.000 m²** a destinazione ludico-ricettiva, terziaria e commerciale.

Il Villaggio Olimpico sarà finanziato per **due terzi da investitori privati** (nell'ambito dell'operazione di sviluppo immobiliare già prevista per il Quadrante), e **per il terzo restante** (parte temporanea e riconvertibile) tramite **fondi pubblici**.

Hotel e Alloggi Media

L'Area Olimpica di Venezia 2020 rappresenta oggi una delle maggiori destinazioni turistiche a livello internazionale e presenta una struttura ricettiva di elevata qualità e di dimensioni significative, con **oltre 300.000 posti letto disponibili**.

Sono stati già individuati i principali **alberghi destinati ad ospitare il CIO**, in posizioni esclusive in termini di prestigio, tradizione internazionale, centralità e funzionalità: **Hilton Molino Stucky** e **Hotel Danieli**, a cinque minuti di distanza uno dall'altro, per un totale di 623 stanze.

Gli **operatori dell'informazione** potranno soggiornare ad una **distanza massima di circa venti minuti** da tutte le *venue* Olimpiche competitive, dal centro media e dal Villaggio Olimpico.

Verrà istituito un **servizio navetta no-stop h24** ad alta frequenza (5 minuti) dedicato ai Media per il collegamento tra gli hotel e le strutture, ed infine verrà installata una **connessione wireless a banda larga** garantita e gratuita in tutta l'area degli impianti.



Veduta di Venezia

Mobilità

Bus, treni, navette, imbarcazioni dedicate ed ecologiche saranno messe a disposizione della Famiglia Olimpica e degli atleti. I **possessori di biglietto d'ingresso alle gare potranno viaggiare sui mezzi pubblici a titolo gratuito**, e il sistema di bigliettazione NFC già oggi in uso, potrà fornire un set di servizi integrativi dedicati alla Famiglia Olimpica. Saranno Olimpiadi comode e accessibili a tutti.



Piazza San Marco

Budget della candidatura

La **copertura finanziaria** delle attività sarà garantita congiuntamente da Enti Pubblici e Privati; in particolare, il Comitato Promotore lancerà un programma di **Marketing Territoriale** che consentirà di promuovere l'immagine dell'eccellenza, della qualità, dell'innovazione, della cultura del nostro Paese e del territorio, in Italia e nel Mondo.

Il **budget complessivo** previsto è stimato in **60 milioni di dollari** (44 milioni di euro), di cui 18 milioni di dollari (13 milioni di euro) relativi alla Fase I (*Application Phase*) e 42 milioni di dollari (31 milioni di euro) relativi alla Fase II (*Candidature Phase*).

Budget operativo dei Giochi

Il **budget operativo (1 miliardo e 830 milioni di euro)** per l'organizzazione dei Giochi Olimpici, sarà finanziato prevalentemente da fondi di natura essenzialmente commerciale.

Il budget **relativo alla realizzazione o la riqualificazione** delle principali infrastrutture sportive e non, sarà in parte finanziato in modalità di *Project Financing* (**€ 131 milioni**) e in parte attraverso fondi pubblici (**€ 304 milioni**) gestiti, in qualità di stazione appaltante, da un'Agenzia Pubblica appositamente costituita per l'evento.



Palazzo del Doge



PAROLA D'ORDINE: DIVERTIRSI

di Arianna Landi

Lei non è propriamente quella che definiremo una donna comune. Cristina Chiuso, 36 anni, nuotatrice Italiana che da poco si è ritirata dalle scene, ma con una vita tutta da vivere ed inventare e nel frattempo una vita vissuta fin qui pienamente, senza lasciare nulla al caso.

Potrei fare una lista di tutti i record personali o palmares di Cristina, ma quella è l'unica cosa sicura che potete trovare sbirciando su internet, quello che però non troverete è la scintilla che ha negli occhi, che nasconde dietro una figura longilinea ed impostata.

Mi racconta che ha iniziato a nuotare all'età di 12 anni, tardi rispetto agli altri ragazzi che solitamente iniziano questa attività intorno agli 8 anni. Ma lei nel frattempo era impegnata in altri sport e così non si preoccupava di superare chissà quale record. Se la viveva come un gioco e mentre nel nuoto tutto era lento e graduale, si dilettava a partecipare a gare di ginnastica artistica e a praticare atletica leggera, tanto per non farsi mancare nulla. Mentre i bambini più piccoli di lei avevano già puntato tutto su questa disciplina e si allenavano di conseguenza, mettendo i piedi in acqua alle 5 del mattino, prima di andare a scuola, e poi allenamento nel pomeriggio, colei che, solo qualche anno dopo, sarebbe diventata la punta di diamante dell'Italia, non se ne preoccupava affatto e faceva quello che tutti i ragazzi alla sua età dovrebbero fare: DIVERTIRSI.

Sembra strano e paradossale, perché se ci pensate bene questo non è affatto il concetto che ci viene insegnato da piccoli. Quando si intraprende da giovani una carriera o uno sport quello che passa fin da subito è che dobbiamo diventare seri, tenere la testa sulle spalle e fare esattamente tutto quello che ci viene detto. Per Cristina non è stato così, forse perché fin da piccola aveva capito che, quello che facciamo, non deve necessariamente essere una sofferenza, ma si può trasformare anche in piacere.



Cristina Chiuso

In realtà il tutto suona strano anche a me, a dimostrazione di come la società ci impone determinati concetti. Così insisto sull'argomento per cercare di capire meglio se è realmente possibile tutto questo.

Mi spiega che quando, qui in Italia, si parla di professionismo si inizia a vedere questa disciplina solo come un lavoro e si perde di vista il motivo originario per cui la prima volta ci si è tuffati in piscina e proprio in quel momento si è provata una profonda gioia.

E' vero che a certi livelli anche il nuoto diventa un lavoro e come tale va trattato, ma il far vedere a ragazzi giovani solo i lati negativi, la sofferenza, le rinunce e la fatica che impone è assolutamente sbagliato. Quando si diventa professionisti non ci si diverte più e si dimentica quanto la combinazione acqua-cloro sia stata fonte di piacere.

Ed ecco ad un certo punto la scintilla di cui vi parlavo prima. Abbiamo rotto il ghiaccio e la campionessa sta lasciando il posto alla donna. Non da l'idea di una che si accontenta, mi sembra più che altro uno spirito libero, che non puoi certo imbrigliare nella corsia di una piscina per otto ore al giorno. I conti non tornano, così le dico sinceramente che non ce la vedo a fare uno sport come il nuoto perché da l'idea di una molto creativa. Non mi smentisce e confessa che in realtà anche nel nuoto ha sperimentato tanto, si è recata all'estero per imparare come si lavora in altri paesi e prendere spunti



Cristina Chiuso e Federica Pellegrini



Pescara 2009 Giochi del Mediterraneo.
Cristina Chiuso e Giogliola Tecchio. Argento a pari merito.
Hanno coperto la distanza dei 50 sl con lo stesso tempo 25.56



Cerimonia di apertura Campionati del Mondo di Nuoto Roma 09 Cristina Chiuso e Massimiliano Rosolino

Tornata in Italia ha tentato di mettere in atto quello che aveva appreso, cercando innanzi tutto di rendere piacevoli gli allenamenti più faticosi, come ad esempio mettere un nuotatore davanti a lei per darle l'idea di una rincorsa, invece di una semplice corsa solitaria.

Poi ad un certo punto della sua vita, Cristina si trova davanti ad un bivio dove deve decidere se mollare il nuoto e pensare al futuro o se continuare ed arrivare a fine carriera senza un'alternativa di vita.

Per una mente svelta e che non si accontenta, come la sua, la soluzione era lì a portata di mano e la domanda che le girava nella testa era una sola: se negli altri paesi europei l'allenamento è unico e gli atleti raggiungono comunque ottimi risultati, perché qui in Italia non può essere lo stesso?

Perché no? Si può comunque sperimentare poi saranno i risultati che parleranno per lei come hanno sempre fatto!

Parallelamente terminata l'università Cristina inizia un corso di "Ricerca di tendenze", che insieme alla laurea di Ingegnere Gestionale le avrebbe dato la possibilità di svolgere un'altra attività che l'aveva sempre incuriosita ovvero l'organizzazione di eventi.

A questa confessione rimango del tutto esterrefatta. E adesso che centra, mi chiedo? Invece poi pensandoci bene rientra tutto esattamente nel quadro che Cristina fin ora ha tracciato. Così mi viene in mente il gioco botta e risposta e lei accetta immediatamente la sfida:

- E' più difficile nuotare od organizzare eventi?

Organizzare eventi senza dubbio, nuotare è molto più naturale.

- E più divertente tra i due?

Tutti e due, ma in maniera diversa. Il nuoto è adrenalinico soprattutto quando devi affrontare delle gare. Quando invece organizzi eventi il tutto è più pensato e studiato.

- Se dovessi scegliere una delle due attività?

Forse nuoto, ma non so vivere di solo nuoto.

- Quando avrai figli li butterai subito in acqua?

Si ma solo per farli nuotare, non per gareggiare.

Mi rendo conto che detta così può sembrare tutto estremamente facile, anche se poi ci si rende perfettamente conto che non lo è.

Insomma per partecipare a 3 Olimpiadi, 4 Mondiali e vincere 41 titoli italiani di fatica e sforzi ne avrà fatti tanti.



Campionati del Mondo di Nuoto Roma 09 Cristina Chiuso all'arrivo della sua batteria nei 50s

Ma vi assicuro che conoscendola ed avere l'occasione di parlare della sua vita non lascia una sensazione di pesantezza e sacrifici estremi, piuttosto mi viene da pensare alla leggerezza, al divertimento e alla scoperta. Strano, ma vero!

Avendo un'atleta come Cristina Chiuso davanti non posso lasciarmi sfuggire l'occasione di chiederle cosa ne pensa dei Mondiali Invernali a Vancouver, che sono appena terminati. E' una delle poche che si schiera a favore degli atleti Italiani e mi dice che non si può sempre vincere e che comunque anche chi ha raggiunto un quinto posto non va pensato come un qualcosa di negativo e basta perché stiamo parlando di una competizione mondiale, quindi è quinto nel mondo. Poi mi spiega che in determinati appuntamenti ci si va, sapendo già da subito, di non raggiungere il podio, quindi tutto quello che viene è un di più. Nel caso di Vancouver l'unica atleta sulla quale veramente tutti puntavano era Carolina Kostner che però ci ha lasciato a bocca asciutta e anche sulla medaglia d'oro, vinta da Giuliano Razzoli, nello slalom speciale, nessuno ci aveva puntato veramente.

Poi le chiedo del calcio, uno degli sport più seguiti al mondo, ma nello stesso tempo più odiati, soprattutto dagli altri atleti. Cristina infatti mi dice che secondo lei definirli sportivi in tutto e per tutto è esagerato. Infondo lo stress che hanno i calciatori è diverso, molto più mediatico.



Mondiali Roma 09 anche Cristina Chiuso ha i suoi fans

Un po' si invidiano perché con il minimo di sforzo raggiungono stipendi da far girare la testa e diventano immediatamente famosi in tutto il mondo.

Mi confessa che oltre alle molte attività che svolge nell'ambiente clonato e non, a volte le capita di andare a parlare della sua passione per il nuoto e della sua carriera nelle scuole e quello che trova non è quello che vorrebbe vedere. Dice che i ragazzi oggi sono totalmente disinteressati, non hanno sogni, non hanno ambizioni e tendono ad andare verso la vita facile.

Le prime domande che le rivolgono ogni volta sono "Quanto guadagni?" o "Ti riconoscono per la strada?" a dimostrazione che oggi la velina e i calciatori, per l'appunto, con lo stile di vita che conducono, sono entrati a pieno nella testa di questi ragazzi e sono presi come un modello da seguire.

Il nuoto invece è uno sport dove se si vogliono raggiungere risultati ci si deve allenare, dove bisogna trovare quella determinazione che rende un atleta un campione, come nel caso della Chiuso.

Poi come dice lei ci sono due modi per farlo: pensare solo a quanta fatica si deve fare oppure cercare anche di divertirsi. A voi la scelta!

Se c'è una cosa che si può dire di Cristina è che non si lascia trasportare dal caso, non è una donna né un'atleta che segue la scia solo perché così è stato deciso.

Nella vita si può cercare e sperimentare, si può guardare al di là del proprio naso, senza doversi necessariamente far trasportare dalla corrente e si può diventare in prima persona creatori di nuove teorie o comportamenti.

Cristina in una chiacchierata di poche ore, sedute al un tavolo di un bar, in attesa di un caffè che non arrivava mai mi ha insegnato che il segreto è quello di DIVERTIRSI, sempre e che anche il lavoro più noioso e monotono se visto da una prospettiva diversa o se gestito con piccole variazioni può diventare interessante e portare risultati, ai quali forse neanche si osava sperare.

Cristina Chiuso

Tre argenti europei, 41 titoli e 29 record assoluti, 20 anni di carriera. Capitano della Nazionale e dell'Aurelia Nuoto.



Cristina Chiuso



La Scheda di Cristina Chiuso

Primati italiani detenuti

vasca 50m: 50 s.l. 25.18 2006

4x100 s.l. 3:40.42 2008

vasca 25m: 50 s.l. 24.37 2005

4x100 s.l. 3:39.18 2006

4x100 mista 4:01.07 2006

Titoli italiani assoluti

Estivi (50m): 18 - 50 s.l. 1991-1992-1998-1999-2000-2002-2003-2004-2005-2006-2007-2008-2009

100 s.l. 1998-2006-2007-2008

200 s.l. 1998

Primaverili (50m): 9 - 50 s.l. 1992-2000-2002-2003-2005-2006-2007-2008-2009

Invernali (25m): 14 - 50 s.l. 1998-2000-2001-2002-2003-2004-2005-2006*-2007*

100 s.l. 2000-2001-2002-2005-2006*

* in vasca da 50m

Piazzamenti in carriera

Europei 1991 9^a - 50 s.l.

Mediterranei 1997 2^a - 4x100 s.l.

Europei 1997 15^a - 50 s.l.

Universiadi 1997 2^a - 4x100 s.l.; 3^a - 4x200 s.l.;

Universiadi 1999 2^a - 50 s.l., 4x100 s.l., 4x200 s.l.;

Europei 1999 6^a - 4x100 s.l.; 9^a - 50 s.l.

Europei 2000 2^a - 4x100 s.l.; 7^a - 50 s.l.; 13^a - 100 s.l.

Olimpiadi 2000 8^a - 4x100 s.l.; 19^a - 50 s.l.; 21^a - 100 s.l.

Europei Corta 2000 7^a - 100 s.l., 4x50 mista

Mondiali 2001 6^a - 4x200 s.l.; 8^a - 4x100 s.l.

Mediterranei 2001 2^a - 50 s.l.; 3^a - 4x100 s.l.; 4^a - 100 s.l.

Mondiali 2003 8^a - 4x100 s.l.

Europei 2004 5^a - 4x100 s.l.; 10^a - 50 s.l.

Olimpiadi 2004 10^a - 4x100 s.l.; 13^a - 50 s.l.

Mediterranei 2005 1^a - 50 s.l.; 3^a - 100 s.l.

Mondiali 2005 11^a - 50 s.l.

Europei Corta 2005 2^a - 50 s.l.; 4^a - 4x50 mista; 6^a - 4x50 s.l.

Mondiali Corta 2006 4^a - 4x100 mista; 7^a - 4x100 s.l.

Europei 2006 6^a - 50 s.l., 4x100 s.l.

Europei Corta 2006 5^a - 50 s.l.; 7^a - 4x50 s.l.

Europei 2008 2^a - 4x100 s.l.

Mediterranei 2009 2^a - 50 s.l.

Mondiali 09 el. in batt. 50 s.l.

FONTE Ufficio Stampa Federazione Italiana Nuoto
Aggiornato al 02/08/2009

UN APRILE PIENO DI IMPEGNI

di Luciano Montanari

Aprile, come tradizione, per la ginnastica è mese di Campionati Europei. Quest'anno saranno Brema per la ritmica e Birmingham per l'artistica ad ospitare le rassegne continentali. In Germania dal 16 al 18 aprile saranno in pedana le squadre seniores, le migliori 20 individualiste dell'ultima edizione e le nuove leve della categoria junior. Naturalmente l'attesa è per la squadra italiana campione del mondo lo scorso settembre in Giappone. Il gruppo iridato di Emanuela Maccarani, rimasto invariato, va alla ricerca di una prestigiosa conferma in prospettiva anche dei mondiali di settembre a Mosca dove, davanti al proprio pubblico, la Russia cercherà di riconquistare la leadership strappata proprio dall'Italia. In Inghilterra doppio appuntamento per l'artistica: prima gli uomini dal 21 al 25 aprile, poi le donne dal 28 aprile al 2 maggio, si contenderanno i titoli continentali.

Sulle pedane che nel 1993 videro per la prima volta salire un azzurro sul gradino più alto di un podio mondiale – Jury Chechi agli anelli – l'Italia punta sui suoi veterani: Igor Cassina alla sbarra, che sempre in Inghilterra, ai mondiali di Londra, l'ha visto ancora una volta tra i protagonisti con una medaglia di bronzo che vale molto di più del suo valore.



Igor Cassina



Vanessa Ferrari

Con una concorrenza sempre più agguerrita, ricorre anche a copiare il movimento che ha preso il suo nome, l'ex campione olimpico dovrà rivedere il coefficiente di difficoltà del suo esercizio per continuare ad essere competitivo: "Ho voglia e stimoli e, soprattutto, ancora fame di vittoria" ha detto Igor dopo i mondiali.

Uscito di scena Andrea Coppolino, ritiratosi dopo due bronzi mondiali, un oro, un argento e un bronzo europei, sei titoli italiani, tutti agli anelli, toccherà ai due Matteo, Morandi e Angioletti, tenere alto il nome dell'Italia nella specialità in cui da Chechi in poi gli azzurri hanno fatto scuola e risultati.

Nella femminile molto dipenderà dalle condizioni fisiche di Vanessa Ferrari.

Dopo la stagione d'oro culminata, prima volta in assoluto per la ginnastica italiana, sia maschile che femminile, nel titolo mondiale individuale in Danimarca nel 2006 e in quello europeo l'anno dopo ad Amsterdam, l'atleta della Brixia Brescia è stata frenata dagli infortuni che l'hanno tenuta lontana dal podio e soprattutto per lunghi mesi ferma ai box. Accanto a lei le giovani dovranno dimostrare di essere maturate e di poter anche loro ambire a posizioni di prestigio.

COSTI DI ADESIONE, TESSERAMENTO E COPERTURA ASSICURATIVA

Affiliazione Associazioni, Società, Scuole, Circoli:	
Affiliazione comprendente Assicurazioni R.C.	80,00
Tesseramenti:	
Tesseramento Soci/Atleti con assicurazione infortuni/RC	5,00
Tesseramento Soci/Atleti senza assicurazione infortuni/RC	3,00
Tesseramento Dirigenti/Tecnici/Ufficiali di Gara	17,00

Polizza R.C.

La garanzia Responsabilità Civile verso Terzi è prestata con il massimale di: 2.000.000,00 euro unico per sinistro, persona e animali o cose. Le garanzie devono intendersi operanti nei confronti di tutte le Associazioni aderenti alla Confsport Italia—A.S.I..

Massimali di Garanzia per la Copertura Assicurativa Infortuni

Tessere 2009/2010	Morte	Invalità Permanente	Franchigia	Spese Mediche	Diaria da gesso	Spese Fisioterapiche
Tessera B Atleti/Soci	€ 80.000,00	€ 80.000,00	7%	€ 3.000,00	€ 20,00 max 10 gg	-
Tessera C Dir/Tec/Giud..	€ 100.000,00	€ 100.000,00	7%	€ 10.000,00	€ 25,00 max 10 gg	Max € 300,00

SCADENZA GARANZIE ASSICURATIVE: 31 Agosto - anno sportivo / 31 Dicembre anno solare

L'assicurazione è prestata a favore dei tesserati alla Confsport Italia, a decorrere dalle ore 24 del giorno di tesseramento alla Confsport Italia, e vale per gli infortuni che l'Assicurato subisca durante lo svolgimento delle attività sportive organizzate dalla Confsport Italia e/o dalle Società affiliate alla Confsport Italia, dalla partecipazione ad attività artistiche, culturali e simili.

Per ulteriori informazioni Vi invitiamo a consultare il nostro sito www.confsporititalia.it

L'ambito Trofeo alla Scuola "Arte Studio Danza"

di Ilaria Calcina

Con un tifo da stadio, il 21 marzo 2010, presso il Teatro Giuseppetti di Tivoli, si è conclusa la Finale Regionale della XVII Rassegna della Danza e della Coreografia "Aspettando Momenti Magici 2010". Situato in un vicolo del centro di Tivoli, il Teatro Giuseppetti è stato preso d'assalto dai numerosi genitori, amici e fans di tutti i partecipanti alla manifestazione. Ma del resto ce lo aspettavamo, perché solo le grandi passioni smuovono le masse e lo spettacolo che si è svolto in queste giornate è stato fatto da persone che amano profondamente la danza e il loro entusiasmo contagia chiunque gli sia accanto. Si sono scontrate tutte le categorie e i vari stili di danza tra cui Modern, Jazz, Funk Hip Hop, Classico e Contemporaneo dando vita ad uno spettacolo tanto coinvolgente, da far esplodere per due ore, il tempo della durata della manifestazione, il teatro in applausi continui. Già nelle semifinali svoltesi presso il Teatro Viganò a Roma, nei giorni 14 e 16 Marzo, la giuria ha potuto prendere atto della bravura e dell'impegno delle scuole e durante questa finale ha potuto scegliere chi tra i ragazzi ha avuto maggior grinta e quale è stato il miglior lavoro dei coreografi. L'entusiasmo era alle stelle, soprattutto durante la premiazione che per le scuole e i partecipanti è il simbolo del lavoro fatto durante l'anno e soprattutto è un riconoscimento, dato da esperti, della bravura dei singoli partecipanti. Dopo diverse valutazioni e anche incertezze, in quanto il livello di bravura era quasi alla pari per alcune scuole, il premio più ambito, ovvero il trofeo "Aspettando Momenti Magici 2010" è stato assegnato alla società Arte Studio Danza di Roma che si è distinta per il miglior lavoro d'insieme, il miglior lavoro coreografico e contenuto tecnico. Ora non rimane che aspettare la fase Nazionale che si terrà al Teatro Orione di Roma, nei giorni 8 e 10 Aprile 2010.



Il Presidente della Confesport Italia Paolo Borroni premia la Arte Studio Danza vincitrice del Trofeo Aspettando Momenti Magici 1010

"Aspettando Momenti Magici" è uno degli appuntamenti più importanti dell'anno quando si parla di danza, perché arrivano da tutta Italia scuole che vogliono esprimere la loro bravura, dimostrando agli altri che non ce n'è per nessuno. Se volete quindi assistere ad un grande spettacolo non potete certo mancare all'appuntamento. Vi aspettiamo dunque in numerosi per tifare senza tregua i vostri preferiti.

VINCITORI 21 MARZO FINALE ASPETTANDO MOMENTI MAGICI 2010

BABY MODERN PX2

"GOCCE" STEM BALLE COMPANY - S. MINICHELLO

BABY MODERN GRUPPO

"MIX IL RITMO DEL SUCCESSO" SCUOLA D'ARTE - T. BONUGLIA

BABY FUNK GRUPPO

"PEACE OF ME" FITNESS 2005 - A. SAVELLONI

GIOVANI CLASSICO ASSOLO

"PAQUITA" HYPERION - G. STISCIA

GIOVANI CLASSICO GRUPPO

"I SOGNI SON DESIDERI" STEM BALLE COMPANY - S. MINICHELLO

GIOVANI MODERNO PX2

"ANCORA INSIEME" HYPERION - L. PUGLIESE

GIOVANI FUNK PX2

"WARRIORS" SPORT DANCE 2000 - R. CIACCI

GIOVANI FUNK GRUPPO

"TIK TOK" UNIVERSO DANZA - C. VARELA

GIOVANI MODERN GRUPPO

"NEW DANCE" HYPERION - C. BUTTARELLI

GIOVANI CONTEMPORANEO GRUPPO

"CADORE" A.S.D. GINN. ROMA SUD - A. SIMETI - C. PIRACCINI

JUNIOR FUNK ASSOLO

"STRZYZ'S DANCE" SPORT DANCE 2000 - R. CIACCI

JUNIOR CLASSICO ASSOLO

"C'ETAIT ICI" UNIVERSO DANZA - C. VARELA

JUNIOR MODERN ASSOLO

"VIAGGIO SOLO ANDATA" STEM BALLE COMPANY - S. MINICHELLO

JUNIOR MODERN GRUPPO

"MIX HOUSE" SCUOLA D'ARTE - T. BONUGLIA

JUNIOR CONTEMPORANEO GRUPPO

"MOON DANCE" POL. GYMNASIUM - A. M. COLOMBARETTI

SENIOR CLASSICO ASSOLO

"VARIAZIONE DEL CORSARO" STEM BALLE COMPANY - S. MINICHELLO

SENIOR CONTEMPORANEO ASSOLO

"ELIZABETH" INSIEME PER FARE - S. LA CAUSA

SENIOR CONTEMPORANEO PX2

"FASE" INSIEME PER FARE - S. LA CAUSA

SENIOR CONTEMPORANEO GRUPPO

"LA FOULE" INSIEME PER FARE - S. LA CAUSA

SENIOR MODERN GRUPPO

"ETIENNE" LA PIROETTA DENCE SCHOOL - V. MANCINO

SENIOR FUNK GRUPPO

"VAMPIRI" SPORT DANCE 2000 - R. CIACCI

TROFEO ASPETTANDO MOMENTI MAGICI 2010

ARTE STUDIO DANZA
Mariangela Pesce e Simona La Causa

LOMBARDIA

Sportland, l'organo tecnico della Confsport Lombardia nell'ambito delle attività calcistiche, inaugura con questa stagione il dodicesimo anno di attività e lo fa proponendo campionati che sono sempre all'altezza delle aspettative di chi vi partecipa. Il 28 -29 e 30 maggio 2010 parte la Cattolica Cup ovvero Calcio a 7 Maschile e Femminile e Calcio a 7 Over 35 e lo fa nella splendida cornice della costiera Romagnola, che è diventata negli ultimi anni una delle località marine più apprezzate d'Europa.

Si tratta di un Torneo Nazionale riservato a squadre seniores maschili e femminili, per un week-end all'insegna dello sport, del mare e di tanto divertimento.

Le categorie ammesse sono: Calcio a 7 maschile Open (amatori e giocatori FIGC) - femminile Open (amatori e giocatori FIGC) OVER 35 (nati dopo il 1/1/1974 - 2 fuori quota nati dopo il 1/1/1979 - portiere libero

Le squadre saranno suddivise in gironi all'italiana da 4 o 3 formazioni, con gare di sola andata; semifinali e finali. Si utilizzeranno campi in erba naturale e sintetica di nuova generazione.

VALLE D'AOSTA

Proseguono i campionati di Calcio a 5 anche in Valle D'Aosta. Molte squadre hanno già ipotizzato il passaggio ai quarti di finale, grazie ai risultati del turno di andata. Le partite di ritorno sono comunque aperte ad ogni possibile risultato considerato l'equilibrio che c'è tra le squadre ancora in gara. Attendiamo quindi con ansia i prossimi risultati per poter poi assistere a delle finali degne di essere raccontate. Queste le squadre partecipanti:

SERIE A

Gelati Algida, Taverna di sfizio, Tipografia Testolin, CB Costruzioni Villsarre, Bar Grifon d'oro, Carrozzeria Padovani, G7 Team, Caldarelli Assicurazioni, Institut Agricole Regional, Europcar, Bar AGIP, AVIS Donatori Aosta, Eletrafor, Alpe Gorzà lo Peyo, Il Paladino del consumatore, Scarfò Giancarlo Costruzioni, Nipponly, Pubbeatiful Dec. Solerte, Take Away Kebab, Light Center, Agrimec, Viaggi nuovo mondo.

SERIE B

Avalanche Guard, Le coq Hardi G.P. impianti, LG Costruzioni, Pneumatici Brendolan, Ideal Car Peugeot, EDILAOSTA, Operval Macchine mov. terra, Rossetti bibite, Sixt Autonoleggio, Pizzeria Rist. Il Tripoli, AESIS Centro Benessere, La Bottega di ST. Martin, A.D.V.A., Spaghetteria Montfleury, Rist. Oriental Bambù Aosta, Big Bar 1984, AIA Impianti elettrici, Caffè Aubert Styldoor, Bellevue Prè St. Didier, Camelliti Costruzioni, Pasticceria La Golosa, Vallee casa.

SERIE C

Esso Brunello Aosta e Sarre, Antivideo slot machines - 2DP, K2 Chocolate Abbronzature, Serdoz Ascensori Old, Distillery, La Buvette Courmayeur, Mafer Valcompost, LR Health & Beauty Systems, Quendoz F.C., Euroservice, Brasserie de la Rionda, Paillex stufe St. Pierre, Marr - La Thuile, Le Bon Plat, RA.DO. Bar Chiribiri, Locanda Lac Place Moulin, Carrozzeria Artigiana Valdigne, Ferramenta Peretto, Acquatherm, Burrificio Aosta, Arcadia Publisystem. Carr. Symbol Rist. La Brace.

CAMPANIA

Fervono i preparativi anche in Campania, terra con un notevole numero di partecipanti dove le due responsabili Carmen Bisogni e Donatella Braca gestiscono tutti i campionati che Confsport Italia propone. Per la Campania quindi ritroveremo a Norcia, il 24 e 25 Aprile, le ginnaste che sono salite sul podio per il Campionato di Serie B. A Piombino, il 30 Aprile, 1-2 Maggio le atlete che hanno vinto nel Campionato di Serie A e Gold e di nuovo a Norcia, ma l'8-9 Maggio, il Campionato Gran Prix e quello di specialità.

PUGLIA

Anche la Puglia parteciperà alle Finali Nazionali di Norcia e Piombino. Infatti la Responsabile Regionale Antonella De Sio è in piena attività per organizzare i campionati locali che daranno l'accesso alle Finali Nazionali.



ABRUZZO

Si svolgeranno l'11 Aprile le Fasi Regionali di ginnastica ritmica che porteranno anche le atleti abruzzesi, che partecipano al Campionato Gran Prix e alla Serie A, ad accedere alle Finali Nazionali di Norcia e di Piombino. Come tutte le altre responsabili, anche Daniela Valentinetti è in piena attività per organizzare il tutto al meglio e rendere queste trasferte il più piacevole possibile, per ginnaste e accompagnatori.

Sabato 20 marzo presso il nuovissimo impianto comunale di Celano si è svolta l'assemblea Provinciale de L'Aquila per l'elezione del nuovo Consiglio Provinciale della Confsport Italia.. Al termine delle votazioni è risultato eletto il Sig. Alessandro Dell'Olio

Al nuovo Consiglio Provinciale gli auguri della Confsport Italia.

LIGURIA

Aprè i battenti la ginnastica artistica in Liguria targata Confsport Italia. La Prof.ssa Elena Orlandazzi responsabile del nord Italia ha programmato una prima gara il 25 aprile presso il Palazzetto dello Sport "Casa della Gioventù e delle Opere Sociali" di Rapallo. I Campionati previsti sono: Gold, Serie B, Trofeo Arcobaleno, Trofeo Gym ed Esordienti Maschile. Le Società partecipanti: C.C.S. Champagnat, A.S.D. Lene 2000, Ginnastica Tigullio A.S.D..

LAZIO

Piena attività per la Ginnastica Ritmica

Questo mese è stato di piena attività per la Ginnastica Ritmica. La nostra Responsabile di Settore, Nunzia Farina, sempre attenta e puntuale, non ha ancora tirato il fiato viste le tante gare da dover ancora seguire nei minimi particolari.

La Confsport Italia, non lascia un attimo soli gli atleti che partecipano ai nostri eventi e proprio per questo si affida a persone come Nunzia in grado di tenere la situazione totalmente sotto controllo.

Un marzo caldo di appuntamenti quindi per le ginnaste di Ritmica che si sono scontrate a suon di attrezzi a partire dalla Prima Prova del Trofeo Arcobaleno, svolto il 6 Marzo nella palestra del C.S. Collelasalle a Roma.

La particolarità è stata la grande affluenza di pubblico, in un certo senso inaspettata, che ha costretto gli organizzatori ad aprire una parte del campo di gara, normalmente riservato al riscaldamento delle ginnaste.

Il pubblico ha quindi particolarmente apprezzato le esibizioni, molte delle quali al loro esordio agonistico.

Vista la notevole partecipazione di pubblico gli organizzatori hanno deciso che la seconda prova del Trofeo Arcobaleno del 18 aprile si disputerà al Palazzetto dello Sport di Anguillara.



Ginnastica Ritmica Trofeo Arcobaleno

Ancora Ritmica, per il Campionato di Serie B. Le ginnaste partecipanti sono state 250 circa, suddivise in 4 categorie. Buono è stato il livello tecnico soprattutto considerando che tutte le ginnaste salite sul podio in questa competizione, parteciperanno alla Finale Nazionale, che si svolgerà a Norcia il 23-24 e 25 Aprile 2010.

Non poteva certo mancare il Campionato Gold, riservato alle agoniste federali, e la Serie A.

Si è ovviamente assistito ad un grande spettacolo, considerato l'elevato contenuto tecnico delle ginnaste in gara. Il prossimo appuntamento per loro è a Piombino, il 30 aprile, 1 e 2 Maggio, dove si svolgerà la Finale Nazionale.

Si conclude il mese con il Campionato Grand Prix e il nuovissimo Campionato di Specialità che porteranno le finaliste a Norcia il 7-8 e 9 maggio.

Ricordiamo che tutte le nostre manifestazioni di ginnastica ritmica con l'esclusione del Campionato Gold, sono riservate a ginnaste che non svolgono attività agonistica con la Federazione Italiana Ginnastica.

“L'altra piscina ... in acqua a tutte le età” fase primaverile

Con l'arrivo della bella stagione è iniziato anche Campionato di Nuoto Primaverile. Il 21 marzo, presso la piscina Zero9 si è svolta la prima prova, in vasca 50mt., mentre per la 25mt il tutto si è disputato, il 28 Marzo, presso la piscina comunale di Montalto di Castro (VT). Rispetto allo Campionato Invernale, di per se già gremito di partecipanti, quello primaverile ha avuto una vera e propria impennata di adesioni tanto che le piscine sede di gara, molto grandi e capienti, non riescono più a contenere i partecipanti e accompagnatori. Paolo Melchiorri, responsabile della sezione nuoto, con maestria e bravura, di volta in volta stravolge i programmi gara per far trovare a proprio agio sia gli iscritti che i genitori sempre più numerosi.

Dopo diversi sopralluoghi in vari impianti è stata decisa la sede delle Finali Nazionali. Dopo diversi anni si ritorna a Chianciano Terme (SI) e più precisamente nei giorni 11-12 e 13 Giugno. Sul sito della Confsport Italia è già disponibile la logistica con tutte le note informative.



Alessia Filippi

Ginnastica Artistica

Anche la Ginnastica Artistica ha iniziato la sua attività regionale. Il 20 marzo presso il Palazzetto dello Sport di Civitavecchia si è disputata la prima prova dei Campionati Gold, Serie a e B Femminile e Esordienti Maschile. Buona la partecipazione sia delle società che degli iscritti.

Queste le società partecipanti:

Scuola Angelo Braschi, Evolution S.C. S.S.D. A.R.L., A.S.D. Pegaso, A.S.D. Nova 84, Green House S.S.D. A.R.L., S.S.D. Scuola Sportiva Safi Elis, A.S.D. Roma 12, A.S.D. Luciano Manara, Dinamica Sport Village By A.S.D. C.S. Villa Adriana, A.S.D. Judo Frascati, A.D. Club Sportivo Tivoli, Sport Santa Maria S.S.D. A.R.L., A.S.D. Ginnastica Roma Sud, Consorzio Le Cupole S.S.D. A.R.L., A.P.D. Marconi Stella, A.S.D. Eurofitness Frascati, A.S.D. Pass Roma, A.S.D. Minnie Gym, Villa Flaminia Sport S.S.D. A.R.L., A.S.D. Olimpia 2000, A.S.D. Free Style S.C., A.S.D. Pol. Com. Albano Sez. Ginnastica, New Line Pomezia.

INTELLIGENCEGYM: L'AIUTO PRATICO PER INVECCHIARE SANO E ATTIVO

Dott.ssa Nina Trushkova



Dati recenti indicano che l'apprendimento di nuove abilità migliora la plasticità del cervello (cioè la capacità di riorganizzare le connessioni neurali) e migliora la funzione neuro cognitiva. Quindi le società attuali hanno messo in piedi strategie di diverso tipo per offrire all'anziano la possibilità di acquisire nuove abilità e migliorare la qualità di vita.

Ma il problema da noi sollevato è se tale attività sia davvero funzionale ed efficiente per rinforzare la capacità di adattarsi ai cambiamenti dinamici dell'ambiente circostante e cosa si intende veramente per "vita attiva".

Basta svolgere tanti tipi di attività diverse, ma in modo ripetuto, per definirsi attivi? Ripetizione come: stessi orari, stessi amici e stessi hobby, a lungo andare, diventano abitudini e quindi attività di routine.

Non c'è l'elemento di novità, è completamente assente l'apprendimento, che è proprio la chiave per adattarsi. Nonostante i benefici che se ne possono trarre a livello fisico, l'attività cognitiva è ridotta al minimo.

Le attività vengono svolte in modo meccanico e quello che manca è lo stimolo ricevuto da situazioni insolite e inaspettate. Mancano piccoli stimoli che permettono e chiedono all'anziano di rinnovare, portare una ventata d'aria fresca nella propria routine e di adattarsi a contesti nuovi, apprendendo le nuove abilità.

Il nostro cervello è un sistema straordinario, ci permette una quantità indescrivibile di funzioni e di capacità, una di queste è l'intelligenza, definita come la propensione dell'organismo a modificarsi nella sua struttura cognitiva in risposta al bisogno di adattarsi a nuovi stimoli.

E' di fondamentale importanza saper adattarsi all'ambiente in cui si vive.

Occorre imparare non solo a tenere sotto controllo le proprie performance nel momento in cui si agisce e ad individuare relazioni spaziali e temporali tra elementi diversi, ma anche, mantenere sempre attiva la prodigiosa capacità, che gli essere umani hanno, ovvero svolgere più attività contemporaneamente. Se questa capacità viene compromessa nelle persone di età superiore, si aumenta il rischio delle cadute.

Ad esempio, quando un anziano esegue un compito cognitivo durante un'attività motoria come camminare, la velocità del cammino rallenta e alla deambulazione viene a mancare la stabilità.

Quindi il compito cognitivo, in questo caso, è un effetto destabilizzante.

Il fatto chiaramente dimostra, che non sempre basta allenare equilibrio sia statico, sia dinamico usando solo le strategie di tipo motorio per prevenire le cadute. E' necessario applicare le tecniche cosiddette 'miste' come, ad esempio, l'esecuzione simultanea di un compito cognitivo e quello posturale.

L'attualità ed efficienza del doppio compito confermano anche le ricerche scientifiche. Di fatto, tale strategia è risultata più efficace nella prevenzione delle cadute in adulti più anziani di un'attività molto conosciuta come il Tai Chi (Arch Phys Med Rehabil .2009 Mar; 90 (3) : 525-9).

La nostra esperienza, di attività nel campo, suggerisce che l'apprendimento contemporaneo applicato con il metodo Intelligencegym è il modo più efficace per mantenere e/o acquisire l'autosufficienza e migliorare la qualità di vita. Intelligencegym Metodo Trushkova (il marchio è depositato) è un'attività complessa, che coinvolge una interazione dinamica dei diversi processi percettivi motori e cognitivi, e pertanto comporta una interazione ricca tra le diverse aree cerebrali.

Tale attività risulta ottima nella prevenzione delle cadute, nel rinforzare la memoria di lavoro e nella capacità di condividere le risorse dell'attenzione tra i compiti durante l'esecuzione simultanea di un compito cognitivo e quello posturale. Questo metodo è stato presentato come argomento centrale della tesi del Master Universitario Internazionale (dicembre 2007), in due Convegni Internazionali rivolti alla vita quotidiana dell'anziano ed è stato oggetto di un corso di formazione per terapisti occupazionali dell'associazione Spagnola "EDAD DORADA MENSAJEROS DE LA PAZ" Murcia (marzo 2009)

Attualmente i corsi di tale attività sono attivi ad Aprilia (LT)



Un gruppo di partecipanti alle lezioni di IntelligenceGym tra di loro anche il tecnico Nina Trushkova

Ansia da prestazione e flow: dalla prestazione eccellente al fallimento. Si è spenta la fiamma olimpica a Vancouver

Dott.ssa Paola Contardi

Si sono concluse nei giorni scorsi le Olimpiadi Invernali di Vancouver che hanno visto nei sedici giorni di gare la partecipazione di ben 2621 atleti di 82 paesi.

Olimpiadi cominciate malissimo con la tragica morte dell'atleta georgiano Kumaritashvili avvenuta nel corso delle prove dello slittino, lasciando tutti in un profondo senso di tristezza.

Ma lo spirito olimpico è andato avanti tra vittorie e sconfitte, tra gioie e delusione. La squadra azzurra è tornata in patria con un medagliere scarso: 5 medaglie in tutto.

Tre i bronzi. A conquistarli Armin Zoeggler nello slittino, Alessandro Pittin nella combinata nordica, Arianna Fontana nello short track. Un argento nei 15 km per Piller Cottrer ed una medaglia d'oro nello slalom per Giuliano Razzoli.

E' stato il Presidente della Federazione italiana Morzenti ad avere l'onore di premiare il nostro campione olimpico alla flower ceremony sul campo di gara di Whistler. Era infatti stato selezionato dal CIO per questa premiazione, quasi un buon augurio.



Le medaglie olimpiche di Vancouver 2010

Ma la delusione più grande è arrivata da Carolina Kostner! Dopo averla vista salire sul podio più alto dei Campionati Europei di figura poco più di un mese fa con un vantaggio di ben 7 punti sulla finlandese Laura Lepisto, le aspettative di vittoria erano molto alte. Ma forse è stata proprio questa pressione la peggior nemica di Carolina.

L'ansia da prestazione in ambito sportivo è una particolare forma d'ansia che si manifesta quando l'atleta deve affrontare una competizione ma anziché farlo con concentrazione e determinazione, prevale la sensazione di non essere all'altezza e perciò la mente viene invasa da pensieri negativi e distraenti. La causa comune a tutte le ansie da prestazione è la paura di non farcela, del fallimento. Anche lo stress può giocare un brutto scherzo.

Un altro problema sono le aspettative: un vero fattore di rischio. Se l'atleta ha su di sé un carico di attesa di eccellenze ciò condiziona pesantemente le sue performance. Questo potrebbe spiegare la debacle della nostra atleta.

La performance agonistica possiamo considerarla sintesi e funzione della connessione che esiste fra preparazione fisica e caratteristiche mentali dell'atleta impegnato nelle prove sportive. Da un punto di vista scientifico quando un atleta, in occasione di una competizione importante, sente che "tutto sta andando per il verso giusto", si trova nella condizione che lo predispone all'ottenimento della prestazione migliore (peak performance). Tale condizione è definita flow.

Il flow è definito o stato in cui si è così immersi in ciò che si sta facendo che tutto il resto non ha nessuna importanza. L'attenzione è focalizzata esclusivamente sul compito e perciò l'atleta in quel momento non presta alcun ascolto nei confronti degli stimoli interni, sia fisici che emozionali, pur mantenendosi attivo e consapevole.

L'atleta si trova in una situazione nella quale è consapevole della difficoltà del compito ma, nello stesso tempo, lo è anche della forza proprie risorse. Si trova perciò in una condizione di equilibrio tra sfida ed abilità percepita.

Psicologi dello sport e allenatori insieme possono lavorare sul flow. In questi casi si creano le condizioni che predispongono l'atleta a sperimentare tale stato che rappresenta la via maestra al miglioramento delle proprie prestazioni.

A tal proposito vorrei invitare allenatori ed atleti a lavorare ed allenarsi alla ricerca dell'equilibrio tra l'aspetto della sfida e quello della difficoltà, concentrando l'attenzione sul compito nel quale vi state impegnando, individuando con chiarezza i vostri obiettivi. E ricordate che ogni gara va affrontata con l'obiettivo di dare il massimo poi si può anche non arrivare in finale ma la consapevolezza di aver dato il meglio di sé a volte vale molto più di una medaglia!



La torcia olimpica

L'Australia al Parco Fucoli di Chianciano Terme insieme alla Confsport Italia

di Arianna Landi

Quest'anno nella stupenda cornice del Parco Fucoli a Chianciano Terme (SI), nei giorni 18 e 19 Giugno, si svolgerà la "Festa Europea della Ginnastica – XIX Campionato Nazionale di Coreografia – XII Trofeo Internationalgym". La manifestazione è riservata ai gruppi di ginnastica artistica, ginnastica ritmica, ginnastica generale, twirling, trampolino elastico, danza moderna, danza sportiva ecc..

Alla Festa Europea sono stati invitati a partecipare atleti ed atlete di qualsiasi età, tesserati ad una Federazione Europea di Ginnastica, Enti di Promozione Sportiva, Società Sportive e Scuole.

Questa manifestazione si è sempre distinta per il gran numero di partecipanti che ogni anno raggiungono la meta stabilita per essere presenti all'evento, a dimostrazione che una buona organizzazione riesce a portare atleti e genitori, per un week-end, all'insegna dello sport, del divertimento e della vacanza per gli accompagnatori.

Non è una novità che arrivino atlete da tutte le scuole d'Europa. L'anno scorso siamo infatti stati deliziati dalla presenza della Polonia, Finlandia, Slovenia, Russia, Lettonia ed Albania, ma quest'anno la nota in più e il grande evento sta nella partecipazione dell'Australia che porterà a rappresentare la sua nazione con le bambine che parteciperanno ai giochi mondiali giovanili di Singapore.

Ci riempiono di orgoglio queste presenze soprattutto perché mettono in evidenza che lo sport fa da collante tra l'Italia e gli altri paesi Europei.

Negli anni passati la manifestazione si è svolta all'aperto, in alcune delle piazze più belle d'Italia, come Parco dei Mille di Aprilia, Piazza San Marco a Venezia, Piazza Lauro a Sorrento, Piazza Andrea Doria a Valmontone, Cortile delle Armi della Rocca Albornoziana di Spoleto, l'Auditorium San Domenico di Foligno, Piazza San Benedetto a Norcia. L'anno scorso invece si è svolta in Piazza San Tommaso ad Ortona (CH).



L'ambito Trofeo Internationalgym

La manifestazione si potrà disputare anche in caso di pioggia, in quanto l'impianto utilizzato, il Palamontepaschi, è al coperto, rigorosamente immerso nella natura. Dispone di oltre 2000 posti e viene utilizzato per spettacoli di altissimo livello.

Sempre al Palamontepaschi si terrà il 20 giugno il V Trofeo Internazionale di Ginnastica ritmica che chiuderà la stagione sportiva della ginnastica ritmica che continuerà, nel mese di luglio, solo con i corsi di formazione per ginnaste e tecnici.

Confsport Italia ha dimostrato, ancora una volta, di avere particolarmente a cuore la buona riuscita di qualunque evento proponga e la necessità primaria è quella di mettere nelle condizioni migliori di lavoro gli organizzatori e a proprio agio, con l'unico scopo di divertirsi ed esibirsi, i partecipanti.



La squadra finlandese

TROFEO INTERNATIONAL GYM ALBO D'ORO

- I TROFEO Sorrento (NA) Anno 1999**
Scuola Statale Riserva Olimpionica Astrakan (Russia)
- II TROFEO Valmontone (RM) Anno 2000**
Scuola Statale Riserva Olimpionica Murmansk (Russia)
- III TROFEO Spoleto (PG) Anno 2001**
Dance Acrobatic Club Flip Pirana (Slovenia)
- IV TROFEO Foligno (PG) Anno 2002**
La Trottola (Modena)
- V TROFEO Foligno (PG) Anno 2003**
Judo & Gym (Ponte S. Giovanni – PG)
- VI TROFEO Cattolica (RN) Anno 2004**
La Trottola (Modena)
- VII TROFEO Roma (RM) Anno 2005**
A.S.D. Olimpia 2000 – Cannara (PG)
- VIII TROFEO Aprilia (LT) Anno 2006**
S.V.S. Jarvenpaa – Jarvenpaa (Finlandia)
- IX TROFEO Foligno (PG) Anno 2007**
Judo & Gym (Ponte S. Giovanni – PG)
- X TROFEO Norcia (PG) Anno 2008**
ASD Orazi e Curiazi (Roma)
- XI TROFEO Ortona (CH) Anno 2009**
ASD Pol. Com.le Albano – Albano (RM)
- XII TROFEO Chianciano (SI) Anno 2010**

FESTA EUROPEA DELLA GINNASTICA
XIX CAMPIONATO DI COREOGRAFIA – XII TROFEO
INTERNATIONALGYM

18 - 19 GIUGNO 2010

Parco Fucoli – Chianciano Terme (Siena)

CATEGORIE: Unica Over 40 Under 11

PROGRAMMA TECNICO – REGOLAMENTO

1. Potranno partecipare, indistintamente, tutti gli atleti tesserati alla Confsport Italia, alla F.G.I., ad un E.P.S. o ad associazioni estere.
2. Ogni Società può partecipare con uno o più gruppi coreografici (massimo 3). Ogni coreografia non dovrà superare i 3' e 30" per gli esercizi collettivi al corpo libero e/o con piccoli attrezzi codificati e non; oppure 5' per gli esercizi con attrezzi codificati e non di particolare ingombro e/o di difficile trasporto. La Festa Europea è riservata a gruppi di ginnastica artistica, ginnastica ritmica, ginnastica generale in ogni sua forma (aerobica, jazzercise ecc.), twirling, trampolino elastico, danza moderna, contemporanea, flamenco e danza sportiva. Nei suddetti tempi sono comprese l'entrata e l'uscita dalla pedana.
3. Ogni gruppo dovrà essere composto minimo da 2 atleti.
4. I gruppi potranno essere misti, composti cioè da atlete ed atleti.
5. Gli atleti potranno indossare anche costumi diversi dal body ginnico. Tali costumi dovranno, però, consentire di valutare l'esecuzione dei movimenti.
6. E' possibile utilizzare ogni genere di accompagnamento musicale, anche con canto.
7. E' consentito utilizzare piccoli o grandi attrezzi codificati o sperimentali. Gli attrezzi dovranno essere portati dalle Società previo accordo con l'organizzazione.
8. Le esibizioni avverranno su un fondo idoneo per l'esecuzione delle coreografie e la dimensione non sarà inferiore a 12 m x m 8 (tatami e/o moquette).
9. La manifestazione si disputerà anche in caso di pioggia avendo la possibilità di utilizzare un impianto al coperto.
10. Ogni società dovrà consegnare, 30 minuti prima dell'inizio della manifestazione, **un cd** con il brano musicale della coreografia. Tale cd dovrà essere etichettato con il nome della Società e della coreografia. Ogni coreografia dovrà avere un proprio cd.
11. Le squadre possono iscriversi per le esibizioni del venerdì pomeriggio o del sabato pomeriggio. Il Comitato Organizzatore si riserva la facoltà di inserire i gruppi iscritti in una delle due giornate secondo il numero delle esibizioni.
12. Per la "soirée" del sabato verranno selezionate solo le squadre che parteciperanno alle esibizioni del venerdì e del sabato pomeriggio.
13. Verranno consegnati premi di partecipazione alle squadre iscritte solo per il venerdì o il sabato pomeriggio e che quindi non vogliono essere inserite nella "soirée" del sabato
14. L'iscrizione dovrà essere effettuata entro il 31 maggio 2010. Le tasse di partecipazione sono le seguenti: **1 esibizione € 50.00 – 2 esibizioni € 80.00 – 3 esibizioni € 100.00**

Premi

Al termine della seconda prova verranno assegnati tra i gruppi selezionati i seguenti premi:

- miglior lavoro d'insieme;
- originalità della coreografia;
- premio speciale per il miglior lavoro coreografico cat. Unica;
- premio speciale per il miglior lavoro coreografico cat. Over 40;
- premio speciale per il miglior lavoro coreografico cat. Under 11 (fino all'anno 1999);
- contenuto tecnico (i premi verranno assegnati in base ai settori di competenza);
- interpretazione del brano musicale;
- utilizzo originale di un attrezzo o di un oggetto;
- XII TROFEO INTERNATIONALGYM.

Tutte le Società ed i partecipanti riceveranno un ricordo della manifestazione.

La Giuria si riserva, a suo insindacabile giudizio di consegnare dei premi speciali.

Composizione della Giuria

La giuria sarà composta da tecnici nazionali nelle varie discipline presenti



Un gruppo validissimo di signore della Soc. Minerva di Napoli



Sport 2000 di Viterbo