

SPORT

C'è un tris desenzanese nella nebbia del Cimento

Dopo la terza tappa invernale la Fraglia locale domina nei Dolphin81: in testa c'è Capovento

Vela

DESENZANO. La lunga stagione velica sui nostri laghi riparte con la terza tappa del 32° Cimento Invernale-26° Santarelli Days organizzato dalla Fraglia Vela Desenzano in collaborazione con il Velaclub Desenzano e il Nauticclub Moniga sotto l'egida della Federevela.

Poca visibilità. Le sessanta imbarcazioni in acqua si sono sfidate in una giornata caratterizzata da fitta nebbia, condita da freddo pungente e le due prove portate a termine con circa cinque nodi di vento ha gratificato comunque più di duecento appassionati regatanti.

La classe Dolphin81 schierava sulla linea di partenza la flotta più numerosa, dove troviamo in testa dopo otto prove Capovento con Mattia Pollettini, tallonato da Insolente

con Giovanni Perani e in terza posizione Back in Black con Pietro Parisi. Tutti equipaggi della Fraglia Desenzano e titolo ancora aperto visto gli esigui distacchi.

Sette le prove totali negli Asso99 e al primo posto troviamo LeonAsso di Andrea Farina del Circolo Nautico Brenzone, a seguire Kiss my Asso di Davide Leardini sempre di Brenzone, mentre in terza posizione Gradasso, l'armo del Liceo Sportivo Sacra Famiglia di Brenzone, timonato da

Tommaso Gallina con a bordo coach Davide Ferrari a coordinare i giovani atleti. Nei Meteor sempre in testa Cocoon con Margherita Mesini della Frac-

glia Desenzano, poi Synergos con Marco Franchi da Jesolo e Spring Time con Stefania Mazzoni per i colori della Cannottieri Garda Salò.

Surprendimi timonata da Federico Camponogara del Circolo Il Paterazzo guida



Nella nebbia. La terza tappa del 32° Cimento Invernale

provvisoriamente negli Orc, classe in cui assistiamo alla rimonta del campione di casa Bruno Fezzardi al timone di Lalissa. Speedy di Bruno Bottacini dello Yacht Club Torri passa quindi in terza posizione. Anche per Meteor e Orc sono sette le prove totali portate a termine. La speciale classifica riservata alle Scuole vela nella classe Dolphin81

vede L'Amante al nono posto e Per Lisa all'undicesimo mentre negli Asso99 l'imbarcazione Assorosso è quarta e Badass quinta.

Chiusura. Tutti in acqua per l'ultima sfida domenica 28 gennaio, quando verranno proclamati i campioni di questo bel Cimento Invernale 2023/2024. // GLP

Sinner a tutta a Melbourne Favola Cobolli

Tennis

L'altoatesino elimina in scioltezza De Jong e vola al terzo turno degli Australian Open



Solido. Jannik Sinner a Melbourne

MELBOURNE. Jannik Sinner di prepotenza, Flavio Cobolli sull'onda di una favola. Entrambi promossi al terzo turno dell'Australian Open, mentre sono usciti di scena Matteo Arnaldi e Lorenzo Musetti. E se il ko del primo - travolto 6-3, 6-0, 6-3 dal numero 10 del mondo Alex De Minaur - era preventivamente, ha lasciato molti rimpianti quello di Musetti, battuto in 5 set dal 19enne francese Luca Van Assche (numero 79) dopo essere stato avanti 3-2 nel quarto, ma incapace da lì in poi di mettere a segno un solo game.

Ne ha concessi appena 6 Sinner all'avversario di turno, l'olandese Jesper de Jong, sbaragliato con un triplo 6-2 in meno di due ore. Nella Rod Laver Arena coperta per la pioggia caduta su Melbourne, non ha concesso break ed ha messo a segno 26 colpi vincenti a fronte di 19 errori non forzati. Sabato il numero 4 del mondo affronterà l'argentino Sebastian Baez (numero 29), che ha battuto in quattro set (7-5, 2-6, 6-2, 6-4 dopo 3h14') il colombiano Daniel Galan. «Se volete giocare tutto il torneo con il tetto chiuso, per me va benissimo

mo», ha scherzato Sinner per poi concedersi una battuta sulla corporatura: «Faccio tanta palestra, anche se non si vede. Mi piacerebbe avere un fisico tutto muscoli, alla Baywatch, ma sono abbastanza felice del mio. Fin dal riscaldamento mi sentivo bene. Il rovescio ha funzionato davvero bene, anche sul servizio sono stato solido».

Così come c'è tanta sostanza nella vittoria di Cobolli sul russo Pavel Kotov (7-5, 6-3, 5-7, 6-2). Nato a Firenze, ma romanista, ha lottato, sofferto ed alla fine ha festeggiato l'accesso al terzo turno con una dedica al neo allenatore giallorosso Daniele De Rossi. Ora sfiderà l'idolo di casa De Minaur, giustiziere di Arnaldi. Iniziato dalle qualificazioni, il torneo australiano del 21enne sta assumendo i contorni di una favola: «Sono contentissimo anche se non lo esprimo», ha detto Flavio Cobolli, virtualmente già al 75° posto del ranking. //

ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA / UISP

Finalmente al via la stagione per tutte le specialità



Il programma è molto fitto. Atlete ed atleti pronti ad esibirsi e competere

Ginnastica

È partito il conto alla rovescia per l'inizio del circuito 2024 di gare Uisp del settore ginnastiche Lombardia, al quale partecipano, ogni anno, numerose realtà bresciane. Sono più di 300, infatti, gli atleti e le atlete bresciane, dagli 8 anni in su, che ogni anno prendono parte alle competizioni Uisp di Ginnastica Artistica, Acrobatica, Ginnastica Ritmica ed Acrogym (o Acrobatica con Combi-

nazioni). Sedici gare, divise sulle diverse discipline, alcune regionali, altre interregionali per un percorso che condurrà, nel mese di giugno, ai tanto attesi Campionati Nazionali dove le società bresciane avranno modo di misurarsi con atleti ed atlete provenienti da tutto il territorio nazionale. Sarà l'Acrobatica a dare il via a questa stagione di gare con l'appuntamento interregionale del 4 febbraio in Liguria, per poi ritrovarsi, il 16 e 17 marzo in terra bresciana, con la seconda prova interregionale, ospitata dal-

l'Asd Europa '93 di Carpenedolo. Con la Ginnastica Artistica, il primo appuntamento è fissato per il 18 febbraio, a Biella (Piemonte), con la gara interregionale di categorie alte. Per le categorie basse (Mini 3 e Mini 4), il primo impegno sarà nel weekend del 24/25 febbraio a Buccinasco, mentre per le Categorie Mini 1 e Mini 2, sarà in provincia di Brescia, nel weekend del 9-10 marzo, e più precisamente a Remedello presso l'Asd Liberty. Sempre in casa Liberty, ma a Milzano, la seconda prova per le Mini 3 e Mini 4, il 13 e 14 Aprile; si torna poi a Buccinasco, il weekend dopo, per la seconda prova delle Mini 1 e Mini 2. A chiudere l'intero palinsesto di gare sarà la gara interregionale, organizzata dalla Lombardia, per le categorie alte che si svolgerà il 12 maggio, nell'iconica palestra di Arcore. Il settore Acrogym inizierà il suo percorso con la gara del 16 e 17 marzo: le atlete saranno ospitate a Valeggio sul Mincio dall'Asd Acro Verona. La seconda prova si disputerà il weekend del 13/14 aprile nella palestra della Gea Lentate a Lentate sul Seveso (provincia di Monza). Restano ancora da definire le location per le gare di Ginnastica Ritmica che dovrebbero iniziare a metà febbraio. Con tutta probabilità la tappa bresciana sarà il 25 aprile, proprio a Brescia, ospiti dell'Asd Ritmica Futura. //

Un corso per prendersi meglio cura di sé

Bioenergetica

Viviamo, oggi, in un mondo frenetico, sempre di corsa, divisi tra lavoro, famiglia, scuola, vita sociale ed il tempo per se stessi è sempre pochissimo... Quando c'è! Ma prendersi cura del proprio benessere fisico, ma anche psicologico è fondamentale.

Ridurre lo stress, acquisire

stili di vita sani, imparare a controllare la respirazione e fare movimento sono le chiavi per una qualità della vita migliore e per, a lungo termine, ottenere una vita più sana e felice.

Uisp è un ente di promozione sportiva che si occupa di sport agonistico, ma anche di benessere ed in realtà tiene molto a questo aspetto.

Per questo motivo, il comitato bresciano, all'interno del proprio palinsesto di corsi di-

retti ai soci ha aggiunto da diverso tempo un corso di ginnastica bioenergetica con l'insegnante Eleonora Fraccaro. Il corso, che si svolge nella sede Uisp di Brescia, invia Berardo Maggi 9, ha proprio lo scopo di aiutare gli utenti a migliorare la propria qualità di vita attraverso leggeri esercizi motori abbinati a meditazione, esercizi respiratori e rilassamento. Un corso che insegna come prendersi cura di sé, non solo nella ora e mezza di corso, ma anche a casa, nella propria routine quotidiana. Per maggiori informazioni vi invitiamo a consultare il sito www.uisp.it/brescia. //

Il «Memorial Posa» agli ottavi di finale

Calcio

Siamo giunti agli ottavi di finale della Coppa Uisp Nazionale Brescia Fase 2, meglio conosciuta, nel bresciano, come Memorial Giuseppe Posa. In questo torneo, che viaggia in parallelo al campionato, si sfidano le squadre over 35 di calcio a 11, categoria A, B e C. Questa coppa è parte integrante del

programma del settore attività calcio bresciano, assieme al campionato Open e alla Coppa Nazionale Uisp.

Le gare, che dovranno essere disputate entro il 1° marzo saranno ad eliminazione diretta, con ricorso ai calci di rigore in caso di parità al termine dei tempi regolamentari.

Per quanto riguarda gli abbinamenti, vedremo la sfida tra Amatori Botticino (attualmente in testa alla classifica di

cat.B) e Indomita Villanuova stabile a metà classifica della categoria A, e tra Poncarale (cat.B) e Coccaglio (cat.A).

Nel secondo gruppo: Sport PPz (squadra di cat.C) contro Alfan 2 Amicizia e Sport (attualmente quarta in categoria A) e Mondo Pulito Mazzano (in testa al campionato A) contro Amici Volta/Cebs.

Nel terzo gruppo ci sono Gam Acli Sarezzo, che sfiderà IPuma e BSPORTing che se la vedrà con Tecnocasa Lonato. Nel quarto ed ultimo gruppo vedremo F&L Sport Club contro Equipe 85 (squadra di cat.C) e l'ospitaletto incontrerà il Roncadelle. //