

CROSSFIT - PESISTICA Il CrossFit Black Fox Volpiano si mette in luce nel Roma Throwdown

Gorgerino sul podio tricolore

In casa CrossFit BlackFox Volpiano è nata una stella. Quella del sedicenne Leonardo Gorgerino, che continua a dimostrare di possedere la stoffa del campione riuscendo a competere ad alti livelli contro atleti più grandi e più esperti. Lo dimostra il terzo posto ai Campionati Italiani Juniores di pesistica conquistato domenica 12 maggio presso il Centro Sportivo Olimpico dell'Esercito di Roma. Un risultato brillante per il talento Under 17 della palestra volpianese, unico atleta maschile del Piemonte ad essersi guadagnato la qualificazione alla finale. Nella categoria 81 kg Gorgerino ha chiuso alle spalle del campione abruzzese Roel Narcisi e di Gabriel Gueli, totalizzando un risultato di 256 kg sollevati sommando le fasi di strappo (116 kg) e slancio (140 kg). Gorgerino torna dunque a casa con al collo una prestigiosa medaglia di bronzo, ma anche con la consapevolezza che, a differenza dei suoi compagni di podio, entrambi all'ultima apparizione in Juniores, la sua carriera è solo agli inizi e nel corso degli anni il metallo della medaglia è destinato ad

essere ancora più pregiato. CrossFit BlackFox in trasferta nella Capitale anche per la tappa del Roma Throwdown, conclusa con ottimi risultati dagli atleti della palestra volpianese che hanno raggiunto la qualificazione ad una delle competizioni di maggior livello a livello nazionale. In categoria Élite uomini ottimi risultati per Domenico Agresta (ventisettesimo classificato su 80 partecipanti, ndr), Alessandro Baj (quarantaseiesimo) e Fabio Di Benedetto (piazzatosi al sessantesimo posto): questi ultimi due all'esordio assoluto nella categoria principe. Sharon Calvi chiude in quattordicesima posizione la gara nelle categoria Élite donne, mentre Matteo Dagnese si classifica cinquantaquattresimo su 80 partecipanti in categoria Scaled.

Prossimo appuntamento con il crossfit il weekend del 15 e 16 giugno per l'attesissimo Torino Challenge che si disputerà al Parco Ruffini; tantissimi gli atleti della BlackFox coinvolti, compreso Roberto Scarantino, atleta della categoria Adaptive CrossFit.

Gabriele Rossetti



KARATE

Centro Karate Valli di Lanzo al top

Trionfo per gli atleti del Centro Karate Valli di Lanzo di Gormagnano alla prima edizione del trofeo interregionale Città di Borgosesia, egregiamente organizzato dalla C.S.E.N. Karate Piemonte, gara che ha richiamato atleti da Piemonte, Liguria e Lombardia. Cinque le medaglie d'oro, conquistate rispettivamente da Beatrice Regaldo, Pietro e Leonardo Montariolo, Martina Perucca e Giulia Sartoris Giulia. Tre invece le medaglie d'argento, cinte al collo da Syria e Simone Scalise e Serena Fiore che fanno sì che tutti gli atleti del sodalizio presenti alla competizione abbiano raggiunto un egregio risultato. Grande soddisfazione innanzitutto per i ragazzi che hanno dimostrato che l'impegno e la passione portano sempre a centrare l'obiettivo. Soddisfazione anche per i genitori che accompagnano i propri ragazzi in questa avventura sportiva chiamata karate e grandissima gratificazione per gli istruttori Cristina Bundino e Gianmario Sartoris che vedono riconosciute con questi splendidi risultati sui campi di gara le loro competenze e capacità sia tecniche che didattiche.



KARATE

Burello e Basso cingono in vita la prestigiosa Cintura Nera

A Marina di Massa, dal 31 maggio al 2 giugno, si è svolto il "Summer Camp A.I.E.K.", stage di arti marziali aperto a tutti i praticanti di questi amati sport. Atleti provenienti da tutta Europa hanno invaso il Palazzetto dello Sport esibendosi nelle varie discipline proposte. Anche il Maestro Alessandro Caizzo, responsabile del gruppo Karate del Move S.S.D. Crescentino, ha partecipato all'evento con un discreto gruppo di allievi. Da segnalare che, nel pomeriggio di sabato 1 giugno si sono svolti gli esami per il passaggio a Cintura Nera I Dan e Dan successivi. Pronte ad affrontare l'esame da I Dan anche due atlete del Maestro Caizzo, Giada Burello e Cinzia Basso, che si sono messe in mostra nelle tecniche di Kihon, Kata e Kumite ad alto livello meritando la promozione e l'ambita Cintura Nera. Ultimo appuntamento della stagione del gruppo karate, domenica 23 giugno a Crescentino, lo stage e gli esami di passaggio di grado delle cinture colorate.



TENNIS Grandi prestazioni al torneo organizzato sui campi del Chivasso Sporting Club

Il Tennis Club Tescaro applaude Grieco e Coraglia

Tennis Club Tescaro Chivasso sugli scudi nel torneo di 4a categoria disputatosi sui campi del Chivasso Sporting Club. Nel singolare maschile, grande vittoria di Michele Grieco, che trionfa senza perdere un set durante tutta la competizione. Michele è retrocesso quest'anno in 4° categoria, ma dimostra che a questi livelli è sicuramente uno dei più forti in circolazione.

Da segnalare la bellissima prestazione di un altro Grieco, di cui sentiremo sicuramente parlare, e anche tanto, in futuro. Il piccolo Gabriele, 12 anni d'età, già classificato 4.1, tesserato per la Tirumapfort e che si allena con Ettore Capello sui campi del circolo Romolo Tescaro di via Coppina, approda alle semifinali di un torneo open in termini di età, cedendo soltanto al terzo set. Una finale tutta in famiglia sarebbe stata la massima aspirazione di papà Michele e mamma Manuela, ma siamo certi che questo avverrà molto presto. Nel singolare femminile del torneo organizzato dal Chivasso Sporting Club, bellissimo risultato di Federica Coraglia, che al primo torneo della sua vita riesce a raggiungere addirittura la finale, dove deve cedere a Lorenza Ambu, un'avversaria giovanissima, ma superiore in esperienza di tornei e gioco. Prima però



la portacolori del Tennis Club Tescaro, partendo da lontanissimo vista la sua attuale classifica di 4.nc (ma alla fine di questo torneo può già vantare la classifica di 4.2) supera via via tutte le avversarie, al primo turno con una maratona di più di 4 ore e ripetendosi, in termini di lotte senza esclusioni di colpi, nei quarti, quando supera per 7/6 al terzo la quotata 4.2 del Tennis Club Verolengo Daniela Ragni. Dopo un anno di sofferenza per l'operazione al crociato del ginocchio, sicuramente il modo migliore per iniziare la stagione per Federica.



PIANETA UISP Trasferta in Polonia per il Direttore Rinaldi, la Project Manager Di Feo e gli istruttori di Attività Fisica Adattata Crosetti e Sottile E' tempo di nuovi meeting internazionali per il Comitato Ciriè Settimo Chivasso

Le ultime due settimane di maggio si sono rivelate particolarmente effervescente per quanto riguarda i progetti europei che coinvolgono il Comitato Territoriale UISP Ciriè Settimo Chivasso. Nonostante alcune difficoltà tecniche, come la cancellazione del volo che li avrebbe portati a Bucarest a causa di uno sciopero nazionale, il Direttore del Comitato Territoriale Roberto Rinaldi e la Project Manager Francesca Di Feo non si sono scoraggiati e, attraverso Skype, sono riusciti comunque a prendere parte al meeting di follow-up riguardante il progetto europeo RE[ENTER] nella giornata di mercoledì 22 maggio. Durante l'incontro via etere sono stati affrontati argomenti prettamente tecnici riguardanti il progetto, che ricordiamo si rivolge ai volontari che operano all'interno delle strutture carcerarie al fine di favorire l'integrazione attraverso la pratica sportiva, offrendo a tutti e 8 i partner coinvolti interessanti momenti di riflessione e argomenti di confronto. Per il Comitato, il meeting è anche stata



l'occasione per iniziare a illustrare i punti chiave del Modulo di Formazione che verrà presentato a Tampere, in Finlandia, dal 18 al 22 novembre. E che oltre alla presenza di Rinaldi e Di Feo vedrà la partecipazione del volontario del Servizio Civile Matteo Altare, laureato in Psicologia con specializzazione in Criminologia. Quello di Tampere sarà l'ultimo meeting di

formazione a livello transnazionale, al quale seguiranno appuntamenti di formazione locale per la restituzione delle competenze acquisite. Meeting di coordinamento anche per PACE, svoltosi presso la città polacca di Gdynia alla presenza di Rinaldi, Di Feo e agli istruttori di Attività Fisica Adattata Lisa Crosetti e Davide Sottile, dal momento che questo progetto

è quello di risvegliare l'interesse per lo sport e l'attività fisica nella fascia d'età 50-75 anni, alla quale purtroppo si dedica spesso poca attenzione. Si rende infatti fondamentale lavorare su questi soggetti per garantire loro una terza età più sana, dal momento che se da una parte è aumentata l'aspettativa di vita nei soggetti over 50, allo stesso modo è aumentato il rischio di malattie croniche non comunicabili - quali diabete, obesità, cancro, malattie cardiovascolari, malattie bronco polmonari croniche e neurodegenerative - e di patologie cardiovascolari e muscolo-scheletriche. "Anche questo meeting, che si è svolto il 28 e il 29 maggio, è stato interessante e produttivo e durante l'incontro i vari partner hanno presentato le differenti attività che stanno proponendo sui propri territori" ha spiegato Rinaldi. Ognuno dei partner coinvolti in PACE infatti, ha deciso di promuovere attività diversificate: per quanto riguarda il Comitato Ciriè Settimo Chivasso la proposta è quella di corsi di AFA e di Nordic Walking, l'AJ-

SPT Suceava offre invece attività di ginnastica dolce, la Courage Foundation corsi di danze tradizionali e di attività metodo Norbekov - molto praticato in Russia, che unisce ginnastica rilassante e componenti olistiche che derivano dal Sufismo - mentre il Gdynia Sport Center propone ginnastica e danza mirate alla fascia d'età in esame. "E inoltre stata definita la struttura del manuale che verrà prodotto una volta concluso PACE, nonché la composizione degli output video che serviranno a illustrare meglio il progetto durante la fase di disseminazione" ha sottolineato Di Feo. Durante il meeting sono purtroppo anche emerse alcune criticità, come la difficoltà, soprattutto in alcuni paesi rispetto ad altri, di coinvolgere gli anziani nonostante la gratuità delle attività. Il prossimo meeting si svolgerà nel mese di ottobre, per la precisione dal 18 al 20, presso Elche, sede dell'Università Miguel Hernández che si occupa dell'elaborazione dei test iniziali e finali somministrati ai soggetti coinvolti.