

CICLISMO Salto, Cocomazzi, Revello e Marrazzo completano il primo Everesting in Canavese: ben 9.050 metri di dislivello in circa 14 ore

Impresa storica in sella per quattro amici

Primo Everesting in Canavese, con l'impresa centrata l'ultimo sabato di settembre con 15 salite e 14 discese sul tragitto da Colletterto Castelnuovo a Santa Elisabetta. Protagonisti quattro appassionati di bici a 360°, un gruppo di amici uniti ancor più in una sfida contro sé stessi che nel nostro territorio non era ancora stata registrata: Joel Salto, Filippo Cocomazzi, Gabriele Revello e Moreno Marrazzo. Di società sportive diverse (Ultra Team, Satalatur, Rivarolo Ciclismo e Rodman Azimut) la storia, che li aggiunge nella lista della Hall of Fame del sito ufficiale con un totale di 4.155 protagonisti in tutto il mondo, inizia tempo addietro da una sorta di "Settecolli" da Cuornè alle Valli di Lanzo e ritorno per un dislivello di 5.000 metri: "Ci conoscevamo già da tempo - esordisce Gabriele -, ma gli ultimi tempi è stata l'occasione di approfondire l'amicizia puntando un obiettivo comune non facilmente raggiungibile: essere i primi di un Everesting nella nostra zona, con gli 8.848 metri di dislivello da raggiungere con tanto di Gps a bordo delle nostre bici da strada, che in realtà poi abbiamo abbondantemente superato con 9.050 metri di dislivello, in circa 14 ore. Tutto nato per esser riusciti, io e Filippo, a fare quei 5.000 di qualche tempo prima dove, fermandoci per un panino, ho lanciato l'idea e ci siamo trovati d'accordo. Con



entusiasmo si sono uniti anche Joel e Moreno, allenandoci per un po', provando anche qualche salita per vedere il percorso, recentemente asfaltato per la tappa del Giro d'Italia". Supportati da Simone Magnino, che ha creduto in questi ragazzi: "Con entusiasmo li ho sponsorizzati - sottolinea il titolare del Cycle Café di Cuornè -, la loro iniziativa mi ha convinto, ho creduto in loro, accettando subito. Questo successo spero che serva in futuro per altre iniziative simili, altre imprese, magari coinvolgendo più ciclisti". La decisione era presa, sul finire del mese d'agosto: tanto impegno, un occhio all'alimentazione, il primo contatto ufficiale col presidente dell'Everesting Italy Fabrizio Dolce per informazioni e la richiesta del tentativo: "Ci siamo allenati con dislivelli gra-

duali - prosegue Joel -: Colle del Lys, Nivolet, Cialma, Lago del Teleccio. Non avevo mai fatto giri così lunghi, ma l'entusiasmo era tanto. È stata dura, con la partenza alle 4.40 del 28 settembre ed il traguardo, chi prima chi dopo, verso le 23: stremati, condividendo l'impresa, increduli. Ce l'avevamo fatta!". Pause solo per mangiare qualcosa, per dissetarsi, superando qualche momento di crisi. Con un'andatura costante, senza forzature: 40' con una media di 10 chilometri orari nelle salite, discese sul velluto con picco di 68 chilometri all'ora: "Per me è stata una questione mentale - confida Moreno -, e l'atmosfera creata fra noi e l'impresa mi ha dato una carica incredibile, una voglia di bici e di altre imprese che è tornata prorompente, pur essendo il veterano del gruppo.

Mi son davvero divertito tanto, in un percorso ideale". Questa disciplina è nata pochi anni fa dall'idea di un gruppo di ciclisti australiani noto come The Hells 500, che ancor oggi si proclamano creatori e custodi dell'Everesting: sono loro a dettare le regole e a decidere se uno specifico tentativo può essere approvato oppure no dopo aver accuratamente analizzato il file Gps. E a raccogliere la sfida ed a programmarla è stata la mente del gruppo canavese: "Ci ho pensato su molto - conclude Filippo -, ed alla fine la scelta è caduta su Santa Elisabetta da percorrere più volte: non un percorso stremante, come può essere Oropa, ma più costante. In passato c'è chi ci ha messo anche più di 24 ore, ma la nostra scelta è anche dettata da un altro motivo: dare nuovamente lustro e visibilità al nostro Canavese, che ha visto passare il Giro d'Italia, con un'altra impresa sportiva da ricordare. Ed in questa impresa dobbiamo ringraziare anche tutti gli amici delle nostre società che ci hanno sostenuto tutto il giorno, qualcuno ha fatto qualche salita con noi spronandoci. In tanti erano al nostro fianco. Ringraziamo tutti loro, oltre agli sponsor e alla NKD Costruzioni che ci ha fornito le magliette per l'occasione speciale". Stravolti e felici, tutti e quattro: nell'incredulità che l'impresa è stata centrata ed entrata nella storia di questa disciplina.

RUGBY

San Mauro: buona la prima



Buona la prima per la Seniores del Rugby San Mauro che all'esordio in campionato strappa la vittoria (17-19) su un terreno difficile come quello di Rivoli, al termine di un match duro, sporco e oltremodo nervoso. I cinghiali di Thomsen partono forte seguendo le direttive date nel pre partita dal coach: percussione palla alla mano ed avanzamento senza perdere il possesso. Il Rivoli subisce e si trova a dover gestire il San Mauro al limite della propria area di meta. Sugli sviluppi di una maul impostata da touche, i gialloblu trovano la prima marcatura della stagione con una meta di Marcello Deandrea, trasformata dallo specialista Rosso. Rivoli non si scoraggia e pareggia i conti rendendosi poi pericoloso in più occasioni nei successivi venti minuti di gara senza però colpire se non con un calcio di punizione. San Mauro fatica ad uscire dalla propria metà campo e, nonostante le buone idee, subisce la manovra locale riuscendo per lo meno ad opporsi con una buona difesa e chiudendo tutti i varchi agli avversari. Al 35' Rosso sfrutta bene una punizione e riesce a riequilibrare il parziale chiudendo il primo tempo sul 10-10. La ripresa comincia nuovamente con il San Mauro alla carica; dopo tre minuti un fallo del Rivoli regala una buona occasione a Rosso per riportarsi in vantaggio con un calcio. I padroni di casa reagiscono subito e sfruttano bene una touche a proprio favore per impostare una maul e tornare di nuovo avanti nel punteggio. Il gioco si fa via via sempre più nervoso e spezzettato. Il solito Rosso accorcia le distanze ancora da fermo portando i cinghiali a -1 e poco dopo, sempre su punizione, piazza l'allungo vincente per il definitivo 17-19.

Gabriele Rossetti

LIGHT BOXE

La Boxe Chivasso si conferma tra le migliori in Piemonte



Domenica 20 si è svolta a Chivasso la seconda tappa della Coppa Italia di light boxe. Per i colori biancorossi, sul ring Miriam Serio tra le Junior 55 kg, sconfitta da un'avversaria di peso maggiore dopo tre belle riprese. Vince e convince Lorenzo Protto negli Junior 55 kg, mentre nei Senior 65 kg Stefano Spigariol è protagonista di un verdetto di parità che gli sta stretto per quanto visto sul quadrato. Infine, Daniele Coscarelli nei Senior 75 kg disputa un ottimo match vincendo tutti e tre i round.

TENNIS Sport e solidarietà al circolo chivassese in ricordo del compianto Franco Panivello

Al Tennis Club Tescaro la 1ª Pani Cup

Il Tennis Club Tescaro di Chivasso, in collaborazione con la Fondazione per la ricerca sui tumori dell'apparato muscoloscheletrico e rari Onlus e il Subalpino Senior Tour, organizza domenica 24 novembre la 1ª Pani Cup, a inviti, presso la sede del circolo, in via Coppina a Chivasso. Si tratta di un evento nato dalla volontà di ricordare Franco Panivello, grande tennista e uomo di sport, prematuramente scomparso questa primavera, e per raccogliere fondi a favore della Onlus sopraccitata. La manifestazione è stata regolarmente approvata dalla FIT, che ha imposto tassa di iscrizione del Torneo e quota FIT di partecipazione per ogni tesserato, come se si trattasse di un torneo normale. Il regolamento prevede che la manifestazione vedrà opposte due squadre di 9 giocatori ciascuna. Le due squadre si chiameranno Torox-Pani e JuvexPani e saranno composte da giocatori Over 50 tesserati FIT di comprovato tifo calcistico granata o bianconero. Le squadre verranno formate attraverso invito nominale da parte dei rispettivi selezionatori delle due squadre, identificati in Fabrizio Broggin (in foto) per il Toro e Tino Chieppa e Roby D'Oria



I SELEZIONATORI Tino Chieppa e Fabrizio Broggin

per la Juve. Si giocheranno 6 incontri, 3 di singolare e 3 di doppio: ogni incontro verrà disputato da giocatori diversi al meglio di 2 set su 3 ai 4 games, con tie-break sul punteggio di 3 giochi pari. In caso di parità di set, si disputerà il long tie-break decisivo. Gli incontri verranno suddivisi in 3 blocchi di 2 match in contemporanea, ognuno composto da un singolare ed un doppio. I punti conquistati per ogni incontro vinto saranno crescenti per ogni blocco: ore 15 primo blocco - 1 punto per ogni incontro vinto; ore 16.30 secondo blocco - 2 punti per ogni incontro vinto; ore 18 terzo

blocco - 3 punti per la vittoria del singolare, 3,5 punti per la vittoria del doppio. Si aggiudicherà la Pani Cup la squadra che avrà totalizzato il punteggio maggiore. Una formula innovativa, garanzia di grande interesse e divertimento fino all'ultimo punto dell'ultimo match. Alle ore 14 di domenica 24 novembre i due capitani dovranno presentare la formazione dichiarando i singolaristi e la composizione dei doppi. Una volta presentate le formazioni, si procederà al sorteggio integrale degli accoppiamenti e della successione degli incontri. Al termine di questi, verrà effettuata la premiazione da parte di Barbara, moglie di Franco Panivello, e quindi si concluderà la giornata con un apericena a buffet. La quota di iscrizione sarà di 35 euro per ogni partecipante, di cui 8 euro di quota FIT, come inizialmente evidenziato. Al netto di questa quota, l'intera iscrizione sarà destinata in beneficenza. Sarà inoltre presente all'interno del circolo un punto di raccolta di eventuali ulteriori offerte da parte dei partecipanti alla giornata. Il costo dell'apericena, per cui sarà gradita prenotazione entro venerdì 22 novembre, sarà di 15 euro.

PIANETA UISP Il Comitato Territoriale Ciriè Settimo Chivasso promuove corsi di AFA e di Nordic Walking per persone di età compresa tra i 50 e i 75 anni

Rinaldi e Di Feo in Spagna per il terzo meeting del progetto internazionale PACE

Promuovere l'attività fisica, soprattutto risvegliando l'interesse verso lo sport nella fascia d'età compresa tra i 50 e i 75 anni, alla quale si dà spesso poca importanza. È questo l'obiettivo principale del progetto PACE, che vede il Comitato Territoriale UISP Ciriè Settimo Chivasso in veste di capofila insieme alle organizzazioni no-profit AJSPT Suceava della Romania, Courage Foudation della Bulgaria e Gdynia Sport Center della Polonia, in collaborazione con l'Università Spagnola Miguel Hernandez. Secondo i dati dell'Eurobarometro, infatti, la Bulgaria ha ben il 68% di persone inattive, seguita dall'Italia con il 63%, dalla Romania con il 62%, dalla Polonia con il 56% e dalla Spagna con il 46%, unico tra gli Stati coinvolti ad assestarsi al di sotto del 50%. Dai dati emersi

risulta particolarmente importante operare nella fascia d'età precedentemente citata, al fine di garantire a questi soggetti una terza età più sana, perché 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. Dall'11 al 14 ottobre i diversi partner coinvolti si sono ritrovati nella città di Elche, sede dell'università che si occupa dell'analisi dei dati, al fine di mostrare quanto fatto finora, confrontarsi su eventuali criticità e discutere sulle modalità più adatte per la realizzazione del Ma-



nuale di Buone Pratiche che sarà anche correlato da un supporto video. Presenti in rappresentanza del Comitato UISP Ciriè Settimo Chivasso, il Direttore Roberto Rinaldi e la Project Manager in Ambito Internazionale Francesca Di

Feo. "Questo terzo meeting è stato decisamente proficuo perché ci ha permesso di fare il punto della situazione per prepararci al meglio alla fase di implementazione. Tutti i partner si sono infatti dimostrati ben allineati sulle task

da portare a termine, PACE è sicuramente sulla giusta via per diventare una buona pratica. La condivisione del lavoro svolto sinora ci ha dato nuove idee, soprattutto nella presentazione del materiale audio-visivo" ha commentato con soddisfazione Di Feo. Soddisfazione condivisa anche da Rinaldi, soprattutto dal momento che inizialmente il Direttore del Comitato aveva timore - dimostratosi poi infondato - di alcuni ritardi nello svolgimento delle attività da parte di alcuni partner. "Come già sapevamo, questo è un progetto che vuole dimostrare la bontà degli effetti dell'attività fisica sui soggetti over 50, ma anche la sua importante valenza sociale. PACE si propone di sperimentare sul campo attività fisiche di vario genere, misurandone l'efficacia attraverso

la somministrazione di test iniziali e finali che verranno appositamente analizzati ed elaborati dall'Università di Elche. Ognuno dei partner ha infatti deciso di promuovere attività diversificate: per quanto riguarda il nostro Comitato offriamo corsi di AFA e di Nordic Walking, l'AJSPT Suceava promuove attività di ginnastica dolce, la Courage Foudation corsi di danze tradizionali e di attività metodo Norbekov, mentre il Gdynia Sport Center propone ginnastica e corsi di zumba mirati alla fascia d'età in esame". Il meeting finale di PACE si svolgerà il prossimo anno, a maggio, nella città bulgara di Plovdiv dal 14 al 17: in questa occasione si svolgerà la verifica delle attività svolte e la consegna del materiale utile per la realizzazione del Manuale.