

tempoSport



**CINQUANTA ANNI FA LO SBARCO
SULLA LUNA, TITO STAGNO RICORDA
LA STORICA DIRETTA TV**

sommario

NUMERO 3-4 mese di MARZO e APRILE 2019



NUMERO 3 - 4
MESE MARZO - APRILE 2019

RIVISTA DELLO CSAIn
Centri Sportivi Aziendali e Industriali

DIRETTORE
Luigi Fortuna

DIRETTORE RESPONSABILE
Giacomo Crosa

VICE DIRETTORE
Sandro Aquari

COORD. REDAZIONALE
Paolo Germano

PROGETTO GRAFICO
Different Creativity
www.differentcreativity.com

SEDE E SEGRETERIA
Viale dell'Astronomia, 30
00144 Roma
Tel. 06.54221580 / 06.5918900
06.54220602
Fax 06.5903242 / 06.5903484
redazionetemposport@csain.it
Sito web: www.csain.it

STAMPA:
Varigrafica Alto Lazio - Roma

Iscrizione Tribunale di Roma N° 70/2018

Numero chiuso in redazione
il 26 Febbraio 2019

PAG. 2 E ADESSO?
di LUIGI FORTUNA

PAG. 3 CHE SPETTACOLO!
di GIACOMO CROSA

PAG. 4 L'UOMO CHE CI ACCOMPAGNÒ SULLA LUNA
di AUGUSTO FRASCA

PAG. 8 SPORT, L'ALBERO DELLA CUCCAGNA
di LUCIANO BARRA

PAG. 12 100 DOMANDE A FILIPPO TORTU
di VANNI LORIGA

PAG. 16 I GIORNI DELLA NEVE SUGLI SCI CSAIN
di PAOLO GERMANO

PAG. 19 DA CATANIA CON PASSIONE

PAG. 20 ERO SOPRAVVISSUTO, ORA SONO RINATO
di MASSIMO PILUDU

PAG. 22 IL NOSTRO RE DEL MARE
di BRUNO IRACE

PAG. 24 IL VALORE DELLO SPORT...
di BIAGIO SACCOCCIO

PAG. 25 ITALO E IONELA, L'AMORE A DUE RUOTE
di FRANCA FERRAMI

PAG. 26 TRASFORMARE LO STRESS...
di ANDREA FERELLA

PAG. 28 STREET RACKET PER TUTTI CON CSAIN
di MARCO VERCESI

PAG. 30 IL CALCIO BALILLA HA TROVATO CASA

PAG. 32 MEZZO SECOLO DI VALANGA
di PIER CARLO IACOPINI

PAG. 34 RENÉ E LA RIVINCITA...
A CURA AREA COMUNICAZIONE CIP

PAG. 38 UN SALTO OLTRE I PREGIUDIZI
di CHIARA VIDOTTO

PAG. 42 QUANDO LA TECNOLOGIA SFIDA L'ARTE

PAG. 44 DIETA DETOX? CI PENSI LA NATURA
di GIANCARLA MONTICELLI

PAG. 46 I CONSIGLI DELL'ESPERTO
di SALVO SPINELLA





IL PRESIDENTE

E ADESSO?

di LUIGI FORTUNA

Sarei ipocrita se anch'io non trattassi l'argomento sport di questi mesi. Un argomento forte e prorompente, esondante in quanto non più nei solchi antichi. Non sono meravigliato ma vigile e guardingo sulle riforme che modificano uno stato di suo a volte mai chiaro (il CONI negli ultimi tre anni ci ha sottoposti a continui test-stress) e proprio ora che come CSAIn ci eravamo adeguati e ben strutturati sul vecchio immaginando uno scorrere più tranquillo delle nostre ferventi attività, ci troviamo a tribolare nel cercare di capire come, dove, quando e con chi dialogare e operare.

Nella recente esposizione governativa alla Scuola Centrale dello Sport, nella cui Aula Magna si poteva percepire il suo passato di cultura e scienza, si è avuto il primo contatto vero con quello che dovrebbe essere il futuro nei confronti del quale credo non si debba avere soggezione.

La fase di comprensione, metabolizzazione e adattamento dovrà essere veloce. Inevitabilmente. Il bastone del pellegrino, mai in soffitta, ci sarà da compagno. CSAIn ha un patrimonio di dirigenti responsabili e mai dormienti, che hanno un atteggiamento professionale in ogni loro comportamento. Questo è di per sé una garanzia.

La nostra genesi, la nostra cultura viene dalle Azien-

de e dalla loro naturale propensione ad interpretare ed accettare i rischi connessi alle continue mutazioni ed esigenze dei mercati. Capire ed agire.

Di sicuro continueremo ad occuparci di Promozione Sportiva, di Promozione Sociale, di Turismo Sportivo e Sociale, di Sport Paralimpico, di Servizi allo Sport, di Formazione Sportiva e Sociale, di Welfare aziendale e di Tempo Libero.

CSAIn seguirà a fare la sua parte sui tavoli e contesti vocati e istituzionali, individuerà gli obiettivi, farà sue le innovazioni e i trend, cercherà di trovarsi pronto a possibili algoritmi di cui ancora non si conoscono le variabili. Per noi i cambiamenti che hanno punti fermi, regole chiare e universali, non rappresenteranno mai un salto nel buio. Alla fine saremo presenti e ogni giorno romanticamente riusciremo anche a stupirci del bello e del buono che riusciremo a fare.

Abbiamo un passato di cui andare orgogliosi, viviamo un presente di cui ci sentiamo protagonisti. Lontani da ogni presunzione.

La nostra storia dura da sessantacinque anni e, in questo 2019, sarà nostro piacere celebrare tutto questo scorrere del tempo insieme a tutte le Istituzioni sportive del nostro Paese.

A quanti ci stanno vicini il più riconoscente saluto. ●

Il nostro Ente, grazie a un ex-campione di squash, ha lanciato un progetto per diffondere anche in Italia il gioco di movimento nato in Svizzera e che si può praticare ovunque senza strutture. Aiuta a sentirsi in forma, a qualsiasi età, e a rilassarsi, magari nei momenti di pausa, nelle scuole ma anche nelle aziende

STREET RACKET

PER TUTTI CON CSAIN



Lo Street Racket (letteralmente "racchetta da strada") è nato in Svizzera da pochi anni, ma si sta diffondendo in molti paesi del mondo.

Un'attività di movimento nata alla fantasia di un ex giocatore svizzero di squash, quel Marcel Straub che forse non diventerà famoso quanto il professor James Naismith, l'insegnante canadese che alla fine del 19° secolo inventò la pallacanestro, ma quanto meno sarà ricordato come l'uomo che ha fermamente creduto che si potesse proporre un divertente gioco di movimento da praticare ovunque, per tenersi in forma e condividere momenti di relax ed attività

fisica in qualsiasi momento, in qualsiasi luogo e per chiunque, senza bisogno di strutture.

Dalla sua esperienza come responsabile del dipartimento scolastico nel cantone di Zurigo, Marcel ha dunque sviluppato una filosofia e un concetto completamente nuovo di attività fisica e benessere che potesse rispondere alle esigenze e alle problematiche dei nostri tempi.

In Italia lo Street Racket è approdato grazie a Davide Bianchetti (uno dei migliori giocatori italiani di squash) che in collaborazione con Asd Sportshow, affiliata allo CSAIn, ha acquisito la licenza per l'Italia per i prossimi tre anni, sicuro delle potenzialità del progetto e avendone vista la rapida diffusione un po' ovunque si è posto come obiettivo quello diffondere la filosofia dello Street Racket nel nostro Paese mediante la creazione di "punti Street Racket" sparsi sul territorio. I corsi di formazione per gli istruttori verranno tenuti in principio da coloro che hanno partecipato al corso di apprendimento in Svizzera per poi passare direttamente alla formazione di personale qualificato in Italia. Ogni "punto Street Racket" dovrà avere un istruttore con diploma certificato CSAIn.

Street Racket si inserisce perfettamente nell'ambito sociale grazie alla sua semplicità che lo rende accessibile a tutti. In Svizzera ha ottenuto grande successo nelle scuole ed è



Lo street racket si può giocare in due, in quattro o addirittura in otto



Basta un po' di gesso per disegnare il campo e cominciare a giocare. A destra, l'attrezzatura necessaria



ormai un progetto ed un'attività fissa nei programmi scolastici. In Svizzera, come in Germania e Svezia ci sono sempre più campi "fissi" disegnati in maniera permanente soprattutto nei parchi pubblici o nei vari punti di incontro per bambini.

Uno dei principali punti di forza dello Street Racket è che non ha bisogno di strutture e impianti, è un'attività divertente e immediata e si pratica a costi zero! Bastano pochi metri e un kit da gioco con due racchette e una pallina.

Il campo di gioco consiste in tre quadrati di metri 2x2 ciascuno (ma si può giocare praticamente con qualsiasi misura adattandola all'area disponibile) disposti in fila uno dopo l'altro. La palla non può rimbalzare nel quadrato centrale (una specie di rete del tennis) ma deve rimbalzare all'in-

terno degli altri quadrati. Si può colpire la palla solo da sotto (non si può schiacciare) e non al volo (dopo un rimbalzo).

Basta del nastro o un gesso per delimitare i quadrati e in 5' hai il tuo campo pronto: in cortile, al parco, in garage, in casa, in ufficio, nei centri sportivi, nelle scuole in palestra o aree non utilizzabili diversamente o spazi comuni.

Il gioco è immediato, facile e divertente. Si può giocare in 2/4/8 giocatori, dai più piccoli ai grandi, e dopo pochi minuti di istruzione si gioca da soli con una serie di esercizi progressivi nella difficoltà e nel divertimento; con due o tre campi si possono coinvolgere intere classi e favorire la loro mobilità con grande divertimento.

Importante il coinvolgimento di Street Racket in diverse istituzioni che si affi-

dano a noi per "sponsorizzare" ed incoraggiare l'attività fisica come prevenzione di malattie per una società più sana e sostenibile. Street Racket è già entrato a far parte delle attività nelle scuole e di diverse associazioni/fondazioni benefiche o di aiuto sociale, come ad esempio quelle in aiuto degli immigrati, favorendo la formazione di campi all'interno dei centri di accoglienza profughi, ma anche per detenuti con attività all'interno degli istituti penitenziari.

Anche nelle aziende è stato richiesto lo Street Racket; l'attività offre la possibilità di garantirsi una pausa lavorativa ma nello stesso tempo dinamica e divertente, inserendosi perfettamente nel mondo del welfare aziendale.

Per tutte le informazioni si può visitare il sito www.streetracket.it

BIANCHETTI, DALLO SQUASH CON PASSIONE

Davide Bianchetti (nella foto) è il personaggio che in collaborazione con lo CSAIn si sta impegnando per diffondere lo Street Racket in Italia. Nasce e cresce a Brescia, uno dei centri pionieri dello Squash in Italia. Incomincia ad impugnare la racchetta all'età di 6 anni, mostrando subito notevoli capacità tecniche, fisiche ed agonistiche.

Inizialmente istruito ed allenato dal padre Amedeo, ottiene fin da subito pregevoli risultati nell'ambito del circuito juniores, anche in ambito inter nazionale.

Riesce anche a laurearsi campione italiano juniores e assoluto nello stesso anno. Affacciandosi alla carriera da professionista tra il '96 ed il '97, si conferma il più forte giocatore italiano ma presto trova spazio anche in campo internazionale riuscendo nel 2003, in Pakistan, a raggiungere i quarti dei Campionati mondiali dopo aver battuto addirittura il n. 1 del mondo.

Davide ha conquistato 12 tornei PSA (Professional Squash Association) con una classifica costantemente tra i primi 30 al mondo. Inoltre è stato per oltre 10 anni l'unico giocatore italiano ammesso ai campionati mondiali ed ai tornei più prestigiosi al mondo. Ritiratosi nel 2011 ha iniziato la sua esperienza come allenatore in Germania, Svizzera e Liechtenstein. In Italia lavora e collabora da anni con Marco Vercesi nel mondo CSAIn per la promozione dello squash.

