

CUS Pavia NEWS

Bollettino settimanale di informazione sportiva a cura del C.U.S. Pavia ó www.cuspavia.it

12 luglio 2011
anno 10, numero 27

Appuntamenti dei prossimi giorni

CANOA

Domenica 17 Luglio
Mantova ore 9.00: Campionato
Regionale mt. 500 e gara Canoagiovani

Notizie dell'ultima settimana

CANOTTAGGIO **Oro per Santi e Regalbuto**

Brillano i canottieri pavesi impegnati con la nazionale nella terza prova di Coppa del mondo sulle acque del Rotsee, a Lucerna. Corrado Regalbuto e Gianluca Santi del Cus Pavia sull'otto pesi leggeri vincono la medaglia d'oro, piazzamenti invece per le ragazze del College. Bella la gara dell'ammiraglia azzurra, già in testa ai 500 metri, la Germania segue seconda e dietro la Danimarca.



Gianluca Santi - Corrado Regalbuto

Ai mille l'otto azzurro aumenta il vantaggio. In chiusura i colpi per l'Italia e la Danimarca salgono, quest'ultima riduce il distacco ma l'Italia si aggiudica l'oro in 5'48"81. "Erano dieci anni che non c'era un atleta del Cus Pavia sull'otto alla gara di Lucerna - spiega il tecnico Vittorio Scrocchi - stavolta ne avevamo addirittura due e si sono comportati benissimo. Sulla gara? L'Italia ha dominato". Per quanto riguarda le ragazze del college, nono sia il quattro di coppia femminile su cui vogava Gaia Palma che il doppio femminile su cui c'era Laura Schiavone e undicesimo il due senza femminile con Claudia Wurzel. Se le donne puntano alle Olimpiadi di Londra, difficile la presenza di Corrado Regalbuto o di Gianluca

Santi. "I motivi sono due - continua Scrocchi - le barche migliori a Lucerna sono state quelle dei pesi leggeri, quindi a meno di clamorose sorprese gli equipaggi per Londra sono stati fatti. In prospettiva, invece, si pone la candidatura di Corrado Regalbuto, che ha solo ventitre anni ed è vice campione mondiale Under 23 in carica col quattro senza. Ora Corrado è stato convocato nella nazionale maggiore e quando nel 2013 si comincerà a pensare alla prossima Olimpiade lui ci sarà. Più difficile per Gianluca Santi, arrivato alla nazionale a 28 anni". Corrado Regalbuto sorride: "E' stata una esperienza bellissima. Ho fatto tutta la trafila nelle varie nazionali ed essere arrivato al primo anno senior subito nella squadra assoluta è stato importante ma anche uno sprone per lavorare di più. Se aggiungiamo che abbiamo vinto la medaglia d'oro su Danimarca e Germania che lo scorso anno ha vinto il mondiale, ecco spiegata la mia felicità". Corrado è rientrato subito, frequenta il terzo anno alla facoltà di medicina dell'Università di Pavia e fra esami e tirocinio in ospedale le sue giornate sono piene. "Sono stato convocato al raduno della nazionale che inizia lunedì 1 agosto a Verceia, Sondrio - aggiunge - in questi giorni devo studiare di più. Il ritiro si chiuderà alla prima settimana di settembre, quando ci trasferiremo a Bled, in Slovenia per il campionato del mondo. Il mio sogno? Direi confermarci sull'otto e vincere il mondiale e poi le Olimpiadi, non quelle di Londra, ma per quelle successive un pensiero lo faccio". Intanto domani è in programma l'Open Day al College Remiero Universitario di Pavia. Il programma prevede alle 9:30 l'arrivo a Pavia dove i partecipanti

UBI  **Banca Popolare
Commercio & Industria**

troveranno un pulmino del Cus. Alle 10 visita all'Università, alle sedi EDiSU ed agli impianti Cus. Alle 13 pranzo alla mensa universitaria del Cravino, quindi visita al capannone del Cus Pavia e al collegio Cardano.

ATLETICA LEGGERA

Afa e caldo non fermano il Cus ai CDS: Olivari Show

Quello appena trascorso è stato un weekend ricco di gare che ha messo a dura prova i cussini e le cussine impegnati nella seconda fase dei campionati di società, valevole per la classifica finale e la conseguente assegnazione delle finali da disputare a settembre. Ma vediamo nel dettaglio come sono andati: **Saronno CDS Maschili prima giornata**

Lancio del Disco: inizia la giornata con uno dei nostri giganti buoni ovvero il buon Filippo Canosi. Filippo lancia il suo attrezzo che atterra alla misura di 31.94. Risultato un pò sotto le attese per lui che sa fare molto meglio e sicuramente si rifarà in futuro.

Salto con l'asta: in gara si presenta l'eclettico Marco Tagliafico che dimostra la sua versatilità nelle diverse specialità della regina degli sport e si cimenta in questa gara ottenendo la misura di 2.70m e portando punti alla squadra.



Marco Tagliafico

100 metri: i primi a scendere in pista sono i nostri sprinter guidati da uno dei più giovani della spedizione, Alberto Munerato, che con un vento contrario di -1.2 corre in 11.22 e centra il minimo per i prossimi

campionati italiani allievi che si disputeranno ad ottobre. Nella stessa gara corrono anche Dominik Lietavec (11.76), Manuel Guerzi (11.78), Luca Operato (11.89), Marco Polidori (11.92), Matteo Orgiu (12.80) e Marco Gualco (12.79). La presenza di questi ragazzi è la dimostrazione di un vivaio vogherese in piena crescita.

400 metri: non potendo i nostri specialisti essere al meglio in questa stagione, a prendersi l'impegno per la maggior parte sono stati i mezzofondisti con Paolo Olivari che scalda i motori per gli 800 metri del giorno dopo e ferma il cronometro a 50.99 (curiosità: la distribuzione di Paolo è stata 25+25, che dire da ottocentista!!) e Andrea Giolitto (ancora alle prese con problemi di salute) che realizza un 52.11.

Segnale chiarissimo che qualcosa non va. La speranza è quella di rivederlo in forma al più presto e correndo agli ottimi livelli dell'anno scorso.



Paolo Olivari

Nella stessa gara l'unico vero velocista, il giovane Andrea Censurini (già in possesso anche lui del minimo richiesto per i prossimi italiani di categoria su questa distanza), ferma il cronometro a 52.41. Sono della Partita anche Simone Semeraro che corre in un senz'altro per lui migliorabile 56.37 e un Andrea Spina alle prime armi su questa distanza che corre in 5.37.

1500 metri: un solo cussino in gara. Un coraggioso Roberto Tancredi, che nonostante la mancanza di km nelle gambe (fondamentali per questa specialità) per via di una maturità molto impegnativa, coglie la sfida e

porta punti preziosi alla squadra fermando il cronometro a 4:30.34

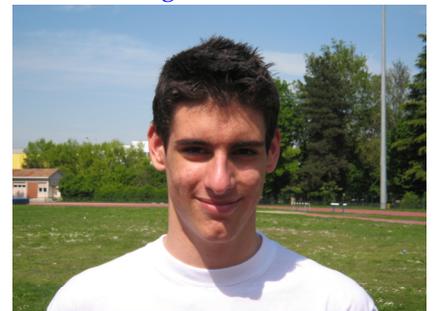
4x100: due staffette veloci al via: La prima composta da Lietavec-Olivari Piero-Tagliafico-Polidori mentre la seconda è composta da Gualco-Censurini-Operato-Munerato.

Entrambe tagliano il traguardo e il cronometro fa segnare rispettivamente 44.82 e 45.30 portando punti significativi alla classifica finale. Tutti ai box in vista della seconda giornata.

Saronno CDS seconda giornata

Salto in alto: un Altro "Maturando", il simpaticissimo Simone Viganò che nonostante lo stress quasi patologico che può provocare una sessione di maturità è presente per la squadra e salta senza problemi fino alla misura di 1.80 per poi cedere alla misura di 1.85. Non preoccuparti "Viga" ora si tratta di creare continuità e vedrai che il miglioramento è matematico.

Salto in lungo: quando si parla di questa specialità, si parla di un nome solo, Simone Volpi. Questo ragazzo classe 93 già da allievo ci ha già fatto sognare con misure oltre i 7 metri. Talento indiscusso è già stato in nazionale giovanile ed è sempre ai vertici di categoria.



Simone Volpi

Purtroppo i problemi fisici patiti in questa stagione hanno fermato la rincorsa del nostro Simone alla maglia azzurra quest'anno ed in questa gara ha fatto solo un normalissimo 6.45.

400hs: inizia la seconda giornata in pista con Yann Leynaud, che tenta di "scacciare" il brutto ricordo della prima fase (ricordiamo una severa caduta al settimo ostacolo). Ci riesce,

finendo la sua gara in 1.00.13, tempo appesantito anche dal periodo non tutto rose e fiori del nostro atleta. Non ci sono dubbi che possa migliorare notevolmente questo crono e auguriamo al nostro Yann di trovare la tranquillità necessaria per riprendere e tornare sui suoi livelli.

800 metri: forse il risultato più importante di questo weekend, con Paolo "Paolitos" Olivari che è deciso a migliorare la sua prestazione sottotono della prima fase. Inserito nella serie più forte, non si lascia intimorire e piano piano si fa largo fra i più quotati guadagnando posizioni metro su metro e resistendo ai ritmi elevatissimi della gara (il cronometro segna un 51.99 al passaggio dei 400 col nostro cussino in scia). Risultato? Un superbo 1.51.48 che abbatte senza pietà il suo precedente PB di ben 3 secondi netti e lo colloca al 15° posto assoluto della specialità. Risultato notevole che fa sfumare definitivamente le incertezze su questo ragazzo.

Chi non è morto è già più forte. Sempre in questa gara sono impegnati anche l'entusiasta Niccolò Rovati (che paga l'eccessiva foga di passare in testa uscendo in curva e correre per diversi metri in terza corsia) fermando il cronometro a 2.06.71 e Alessandro Cucchi il ragazzo più giovane atleticamente della spedizione che paga l'inesperienza della distanza (molto difficile da interpretare tatticamente).

200 metri: gli impegni universitari e il lavoro purtroppo non hanno permesso ai nostri alfieri Piero Olivari (alle prese con una intensa sessione di esami estiva ma sempre presente quando la squadra ha bisogno), Manuel Guerci (da poco Dottore in ingegneria) e Gabriele Vai (che lavora a Formentera-Spagna e risponde senza pensarci due volte alle chiamate d'armi cussine) di essere al top per questa gara. Segnano rispettivamente 23.58, 24.41

e 23.54. Tempi non all'altezza della loro fama.

4X400: gara conclusiva di questi campionati con i nostri cussini oramai stremati per via dello sforzo fisico fatto nelle gare precedenti.

Il quartetto si presenta con Olivari Piero-Giolitto-Vai-Olivari Paolo tutti atleti che almeno hanno una gara alle spalle ma che pur di rappresentare la maglia sociale sono disposti a lottare contro acido lattico. Il quartetto chiude in un discreto 3.31.28 mettendo la parola fine a questo tour de force. Non ci resta che fare i complimenti ai nostri atleti per l'attaccamento dimostrato alla maglia e di aspettare le classifiche definitive di società. Appuntamento al prossimo numero del "Cus Pavia News" per un'analisi approfondita delle nostre cussine impegnate a Cinisello Balsamo.

CANOA

Big Jump sul Ticino: il fiume è il protagonista

Più di 200 sono stati i partecipanti al grande tuffo, momento clou del Big Jump sul Ticino che ha avuto luogo sulla spiaggia del Lido di Pavia. Questa manifestazione, che vede alle 15 in punto impegnati contemporaneamente migliaia di cittadini in 20 diverse nazioni europee, ha per scopo quello di riavvicinare le popolazioni ai propri fiumi e ai propri laghi, tornando a vivere questi ambienti con la piena consapevolezza della loro importanza. Tale azione vuole anche dare risalto alla Direttiva Europea Quadro sull'Acqua (direttiva 2000\60\CE del 23\10\2000) sulla riqualificazione ecologica dei fiumi e degli ambienti umidi, perché l'obiettivo della loro piena balneabilità entro il 2015 non resti solo sulla carta, ma diventi fine comune. Il Coordinamento Salviamo il Ticino, costituito qualche anno orsono da diverse Associazioni che operano su tutta l'asta del fiume,

ha organizzato due appuntamenti, uno a Abbiategrasso e un secondo a Pavia. L'appuntamento pavese, curato dal CUS Pavia, dal Club Vogatori Pavesi e dall'Associazione Pagaia Rossa si è sviluppato su un ricco programma: nella mattinata un nugolo di canoisti, molti alla loro prima esperienza sulla lunga distanza, si sono ritrovati al Ponte di Barche di Bereguardo per cimentarsi: nella discesa più classica delle classiche la Bereguardo-Pavia, una quarantina d'altri hanno navigato per la prima volta il fiume rientrando al Lido dalla passeggiata lungo il sentiero del Parco E1 sino a Cantarana con i raft messi a disposizione, infine un centinaio di atleti si sono confrontati nella Gara Regionale Aperta di Discesa Sprint bandita dalla Federazione Italiana Canoa Kayak, a cui è seguita la 3^a prova del Trofeo I.V.O., manifestazione promozionale per tesserati CUS patrocinata dal Comitato Sport per Tutti della stessa FICK. Fra i raft da segnalare la presenza di un equipaggio composto dal neo costituito gruppo Forza Rosa C.I.F.R.A. e un secondo dai pazienti psichiatrici assistiti dal Centro Diurno di Stradella dell'Azienda Ospedaliera di Pavia.



"il grande tuffo"

Prima del grande tuffo raduno di tutti i partecipanti sul prato antistante al Lido, dove il Presidente della Provincia Daniele Bosone, l'Assessore al Commercio del Comune, Sandro Bruni e il Sindaco di Travacò Siccomario, Ermanno Bonazzi, hanno rimarcato

l'importanza del Fiume per la nostra città. L'importanza dell'aspetto sociale dello sport è stato anche messo in evidenza nel corso della premiazione dove accanto agli atleti della gara regionale, hanno trovato giusto risalto anche tutte le altre attività, aspetto sociale per altro messo in risalto anche nell'intervento della Dott.ssa Luisa Aroasio, a capo del Centro Diurno.



Daniele Bosone - Presidente della Provincia

Dalle 15,30 in poi prova per tutti del barcè e del kayak dove si è cimentato anche il sen. Bosone e, a detta del tecnico che lo ha seguito, con ottimi risultati. Il Big Jump sul Ticino 2011 è stato patrocinato dalla Provincia di Pavia, dai Comuni di Abbiategrosso, Pavia e Travacò Siccomario (che ha anche allestito un interessante stand), dai Parchi Lombardo e Piemontese del Ticino e dalla Federazione Italiana Canoa Kayak.

5 ori per il CUS Pavia

Cinque vittorie per i canoisti gialloblu nello Sprint Regionale: oro per Michela Cambieri nel C1 junior,



Niccolò Vitale

per Martina Ciani nel K1 senior, per Niccolò Vitale nel K1 Cadetti, per

Jimmy Daher e Marco Ardemagni nel C2 senior e per Franco Bellani nel K1 master D. Argento per Alessandro Millia nel K1 junior, bronzo per Marco Sacchi nel K1 Ragazzi. Piazzamenti per Davide



sul podio da destra Bottieri - Vitale Bottieri e Gabriele Viscardi (3° e 5° fra i cadetti), per Alessandro Conca e Federico Tavazzani (5° e 6° fra i senior). Nel Trofeo I.V.O. la prova



premiazione prova femminile femminile va a Martina Ciani su Emma Marinone e Orietta Bertoletti, quella maschile a Carlo Della Mariana che batte Carmine Gnogni e Roberto Peschiera.

L'ANGOLO DELLA VOGA

Comitato Italiano Forza Rosa Association

Il Comitato Italiano Forza Rosa Association (C.I.F.R.A.) nasce 3 anni fa per riunire in un unico movimento tutti i gruppi, le squadre e le associazioni di donne operate di tumore al seno che praticano gli sport della pagaia. Nel 1996 in Canada a Vancouver un medico, il Dr. Don McKenzie, volle avviare un progetto per confutare la teoria secondo la quale

le donne che avevano subito l'asportazione dei linfonodi ascellari in seguito al cancro al seno non potevano più fare sforzi con la parte superiore del busto. L'asportazione dei linfonodi ascellari può far incorrere in una malattia molto invalidante, il linfedema. Per dimostrare la sua teoria il Dott. McKenzie allenò 24 donne alla pratica del dragon boat, sport molto diffuso in Canada.

Gli studi condotti dimostrarono che pur allenando in modo importante la parte superiore del corpo e le braccia non si era manifestato alcun problema di linfedema e che soprattutto lo stare in squadra aveva avuto dei benefici psicologici notevoli sulle donne accomunate dallo stesso percorso di malattia. L'equipaggio di 24 donne iniziò a partecipare a eventi e festival di dragon boat a testimoniare i benefici fisici e psicologici di questo sport e nacque il movimento Abreast in a boat che si diffuse rapidamente in Canada, poi in Australia e ancora negli Stati Uniti per arrivare nel 2002 in Italia.

Oggi le squadre di breast cancers survivors che praticano questo sport sono 180 in tutto il mondo. Ogni 4 anni la commissione internazionale (www.ibcpc.com) organizza un festival internazionale di dragon boat dedicato esclusivamente alle donne operate pagaiatrici. E' attivo un protocollo di intesa fra il C.I.F.R.A. e la Federazione Italiana Canoa Kayak e testimonial del Comitato sono gli olimpionici Sandra Truccolo e Daniele Scarpa. Il gruppo pavese, per il Big Jump alla sua prima uscita, è coordinato da Emma Marinone.

TIRO CON L'ARCO **Nespoli medaglia di bronzo**

L'arciere vogherese del Cus Pavia Mauro Nespoli conquista la medaglia di bronzo nella gara a squadre con la nazionale italiana ai campionati mondiali di tiro con l'arco che si sono conclusi ieri nella centralissima piazza Castello a Torino.



"E' stato emozionante battersi di fronte a tribune gremite nel centro di Torino - spiega Nespoli - salire sul terzo gradino del podio e ricevere tanti applausi è stata una sensazione unica".

Dal punto di vista tecnico, invece, la finale per il terzo posto è stata al di sotto delle qualificazioni, poiché gli azzurri Mauro Nespoli, Michele Frangilli e Marco Galiazzo hanno vinto 212 - 210.

"Ci siamo ritrovati in pedana scarichi - ammette l'arciere vogherese - vero che per una medaglia di bronzo ai mondiali non dovrebbe accadere, ma quel che più contava a Torino era centrare la qualificazione alle Olimpiadi del prossimo anno e qualificando la squadra abbiamo qualificato anche tre arcieri e quindi in finale ci siamo sentiti addosso la stanchezza di questi giorni. Questo vale per noi ma anche per i messicani, che non per nulla sono letteralmente crollati sull'ultima freccia, dove hanno raccolto soltanto un misero 5 e noi con un otto li abbiamo sorpassati e abbiamo vinto di due punti.

Il punteggio basso dimostra che non ne avevamo più". Il titolo di campione del mondo negli uomini lo ha vinto la Corea del Sud e fra le donne è stata l'Italia a vincere. Non è andata bene alla squadra mista, dove Nespoli ha preso il posto di un Frangilli ancora debilitato a fianco di Natalia Valeva, ma sono usciti subito

al primo turno con la Polonia. *"Io il mio dovere l'ho fatto - afferma Mauro - Natalia invece era distratta dal pensiero della finalissima e ha tirato maluccio. Ora voglio staccare la spina qualche giorno e riposarmi a casa, perché ci sono ancora due appuntamenti importantissimi con la maglia della nazionale ad agosto, l'ultima prova di Coppa del Mondo negli Stati Uniti e le Universiadi in Cina".*



IL CLUB VOGATORI PAVESI

organizza la

"SCUOLA DI VOGA"

alla pavese su barca

che si terrà lungo la riva destra del fiume, a valle del Ponte Coperto presso la sede del Club Vogatori Pavesi in via Milazzo angolo via Trinchera.

Il corso sarà tenuto da istruttori di provata esperienza remiera.

E' possibile concordare con gli insegnanti giorni e orari personalizzati.

Costo del corso anno 2011: € 50,00

Sconto del 20% per gli iscritti al CUS Pavia

ISCRIZIONI

Si ricevono presso il Club Vogatori

Per informazioni anche:

www.vogatoripavesi.it

E-mail: info@vogatoripavesi.it

tel 339.5907126

CUS Pavia NEWS

Bollettino settimanale di informazione sportiva a cura del C.U.S. Pavia diffuso via Internet

Direttore responsabile: Fabio Liberali

Vietata la riproduzione anche parziale se non autorizzata