

# CUS Pavia NEWS

Bollettino settimanale di informazione sportiva a cura del C.U.S. Pavia - [www.cuspavia.it](http://www.cuspavia.it)

Anno 12, Numero 19

14 Maggio 2013

## Canottaggio: 51<sup>a</sup> Regata Pavia - Pisa 1° Giugno 2013



Tra meno di 3 settimane il via alla 51<sup>a</sup> regata storica Pavia-Pisa. Una delle gare di Canottaggio più antiche d'Europa, la prima edizione è stata disputata nel 1929 istituita dal governo fascista per commemorare gli studenti pavese e pisani che hanno partecipato alla battaglia risorgimentale di Curtatone e Montanara del 29 maggio del 1848.

Quest'anno sarà Pavia a ospitare l'armo Pisano. La sfida è prevista per sabato 1° giugno alle ore 17.

Si svolgerà, come tradizione, su due manche di circa 1000m, nel tratto di fiume antistante la città, che va dall'idroscalo fino al barcone dei Vogatori Pavese. Verrà nuovamente disputato il trofeo Alma Ticinensis Universitas, sfida a cui parteciperanno gli atenei dell'Università degli Studi di Milano e l'Università dei Laghi-Varese. Nel 2011, nella commemorazione dei 650 anni di storia della nostra Università, avevano partecipato alla regata anche gli equipaggi di Oxford e Cambridge. I cussini sono già in fibrillazione da tempo e fervono i preparativi che sono ormai alle rifiniture finali. Da una rosa di 14-15 atleti l'allenatore Toio Scrocchi deciderà chi si batterà contro i

pi-

per difendere i colori del nostro Ateneo. "Dobbiamo riportare a casa il Trofeo", commenta Scrocchi "in occasione dei CNU di questa settimana a Sabaudia testerò due formazioni dell'8+ e mi farò un'idea sui titolari. I Campionati italiani Pesi Leggeri del 25-26 maggio saranno la prova definitiva".

Tre settimane intense attendono i ragazzi e il loro allenatore, tutti vogliono salire sull'ammiraglia pavese e dire la loro per riportare il Trofeo sotto la custodia del Cus Pavia.

a cura di Francesca Postiglione

### Sommario

- canottaggio pg.1-2
- scherma pg.3
- atletica leggera pg.4-6
- canoa pg.6
- pallavolo pg.7
- rugby pg.8-10
- running school pg.11
- golf pg.12
- 5x1000 pg.12
- il punto della settimana pg.13

sani

**UBI**  **Banca Popolare  
Commercio & Industria**

## Canottaggio: 51^ Pavia - Pisa

*Come si può passare da una limpida vittoria ad una tragica sconfitta* di Angelo Porcaro

Solo chi l'ha vissuta può capire l'atmosfera della Pavia-Pisa. Quell'atmosfera che ti prende, inconscia, all'avvicinarsi dell'evento; quel clima carico di tensione che avvolge te e i tuoi canottieri, il capannone intero; quella elettrizzante attesa che prende i soci lontani e mai visti e addirittura gli amici dei "Vogatori Pavesi" quando cominci a preparare il "campo".

Passa sotto al ponte la barca e al ritmico richiamo del timoniere si voltano i passanti del Borgo Basso, si affacciano sorridenti dai balconi fioriti attempate signore e qualcuno, più giovane, ferma curioso la bici per vedere i gialloblu pavesi sfilare veloci sulle acque amiche. *Vinceremo?* E' la continua pressante domanda che dai più ti viene rivolta. E tu semplicemente rispondi, comprimendo quel nodo che ti stringe la gola, "vinceremo". Quante volte s'è ripetuto questo schema, quante volte hai sorriso ai complimenti dei vecchi canottieri al passaggio dell'armo vincitore, quante volte hai sorriso all'immane fotografo della "Provincia" che ti voleva immortalare nell'attimo vincente.



Eppure tu non ricordi, se non con immagini ormai sbiadite dal tempo, quegli istanti fugaci e passeggeri, mentre sempre più vivido nella memoria si fa quell'attimo tremendo della sconfitta o quel momento tremendo della "beffa". Nessuno può capire, se non chi l'ha vissuto, quanto bruciante sia il momento in cui ti accorgi che da una vittoria esaltante sei passato allo sberleffo più mortificante.

Hotel Palace, ristorante Bardelli, ore 23.00. Finite le cerimonie di premiazione per la bella, stupenda vittoria di Pavia su Pisa, è l'ora della consegna del Trofeo. Quel gravoso blocco di bronzo che il Presidente Bertè volle a sostituire la famosa "Coppa d'oro del Duce" di mussoliniana memoria. Prendi il Trofeo, cerca il Trofeo, il Trofeo non c'è...è sparito!

E di colpo ti sovviene del sardonico sorriso che qualche minuto prima aleggiava sulle labbra del mitico Palla, l'allenatore "nemico", il contendente più ostinato. "Ci hanno fottuto" spontanea vomita dal profondo l'imprecazione.

E dalla gioia, dai complimenti, passi alla depressione e maledici il fato e la Pisa-Pavia. L'indomani, sui giornali, non campeggia l'esaltante vittoria dei pavesi ma, immane e sarcastica, impietosa, si staglia in tutte le edicole "La coppa rapita".

Appendice al libro "La Pavia Pisa" 80 anni di sfide ed emozioni

### Scherma: Beretta primo a Seregno, i giovani impegnati a Riccione

Settimane intense per gli spadisti cussini, impegnati negli ultimi appuntamenti ufficiali della stagione agonistica. Settimana scorsa a Riccione si sono svolti i Campionati Italiani del Gran Premio Giovanissimi, gara riservata agli atleti Under 14. Dieci schermidori sono saliti in pedana a rappresentare il CUS: Jacopo Bazzano, Riccardo Mega, Luca Serafini e Marcello Silvano per quanto riguarda la categoria Allievi di spada; Francesco Leone categoria Ragazzi spada; Silvia Greco e Teresa Paravella nella categoria Ragazze spada; Sara De Martis categoria Giovanissime spada; Andrea Castellani e Luca Sala Gallini per la categoria maschietti spada. Tutti i giovani cussini si sono ben comportati negli assalti di girone, alcuni erano alla loro prima gara di livello nazionale, facendosi superare poi nell'eliminazione diretta da avversari più esperti. Sabato e Domenica a Lucca si è svolta la Coppa Italia nazionale, gara valida per assegnare gli ultimi 16 posti per partecipare ai Campionati Italiani Assoluti; nella spada maschile i portacolori cussini erano: Carlo Fenzi, Giovanni Cagnotto, Filippo Massone, Emilio Pili e Simone Pinna. La gara ha visto la massiccia partecipazione di oltre 400 spadisti. Il migliore dei gialloblù è stato Carlo Fenzi, che dopo aver vinto cinque assalti e perso uno solo nel girone eliminatorio, ha concluso il suo percorso perdendo alla priorità contro Alessandro Lo Castro della Methodos Catania per entrare nei primi trentadue; Carlo ha comunque acquisito il diritto a partecipare alla prima prova nazionale del prossimo anno senza dover fare la selezione regionale. Poca fortuna invece per gli altri atleti gialloblù che hanno tutti superato il girone iniziale, ma si sono arresi alla seconda diretta complice degli abbinamenti abbastanza tosti.



Matteo Beretta



Sità Rapetti

Nella gara di spada femminile l'unica cussina in gara Sità Rapetti, quindicenne alla sua prima esperienza di gara nazionale assoluta, è stata eliminata nel girone iniziale; la troppa agitazione non le ha permesso di tirare al meglio delle sue potenzialità.

Sempre Domenica a Seregno Matteo Beretta ha vinto la terza edizione del Trofeo Città di Seregno, dominando la gara sin dal primo girone fino alla eliminazione diretta finale.

Ora i cussini della categoria assoluti saranno impegnati in due settimane di allenamenti intensivi decisi dal Direttore Tecnico gialloblù, Maestro Franco La Feltra, in vista dei Campionati Italiani Assoluti dove la sezione sarà presente nella gara di spada maschile individuale, con Matteo Beretta, e nelle prove a Squadre della Serie A dove sia la squadra maschile che quella femminile dovranno riconfermarsi nella massima serie nazionale anche per il prossimo anno.

a cura di Alvise Porta

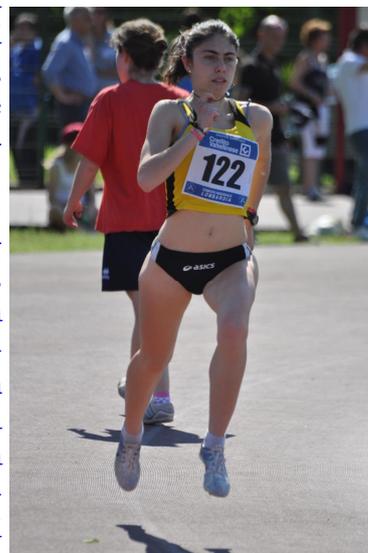
## **Aletica leggera: Finali Provinciali Scolastiche e C.d.S. Assoluti**

Altra settimana intensa di gare quella appena trascorsa, dove i nostri giovani atleti si sono distinti sia nelle competizioni studentesche che in quelle federali. Nella finale provinciale dei Campionati studenteschi per le scuole di 2° grado, Maria Cristina Roscalla ha vinto in solitaria il titolo sui 1000m in 3'09" e spiccioli e difenderà, come individualista, i colori del liceo Foscolo alla fase regionale. Seconda la compagna di allenamento Tecla Costante in 3'27". Vittoria anche per Silvia Decol, nel lancio del disco, con 24,96m: sarà in gara anche lei nella fase regionale con la maglia del Cardano, vincitore tra l'altro, come squadra femminile.



*Tecla Costante*

Nella finale di 1° grado invece, Giorgia Palmarini, lunghista cussina in forza alla scuola media di S. Genesio, ha vinto con 4,09m la sua gara su una pedana resa molto scivolosa dalla pioggia e tenterà di migliorare il suo primato di 4,27m nella fase regionale, alla quale è iscritta come individualista.



*Maria Cristina Roscalla*



*Teresita Nogbou*

Chiuso il capitolo scolastico, il weekend ha visto andare in scena la rassegna sempre molto partecipata della fase regionale dei Campionati di Società assoluti, alla quale il Cus partecipava con la sola squadra femminile, composta quasi interamente da ragazze di belle speranze, appartenenti ancora alle categorie giovanili. In apertura della prima giornata di gare, sabato 11 maggio, è scesa in pedana Alessia Pasqualini, studentessa di Biologia, che dopo 2 nulli e tanti brividi per paura del terzo (che avrebbe portato uno "0" nella casella punti per il Cus), è atterrata ad 8,88m nel salto triplo. Subito dopo è stata la volta di Teresita Nogbou, che visibilmente tesa, ha steccato il passaggio di alcuni ostacoli, appesantendo così il crono della sua performance nei 100hs, corsi in 18"45. Entrambe con la giusta dose di adrenalina pre gara invece, Martina Roveda e Federica Peroni, hanno corso i 100m portando rispettivamente i propri record personali a 14"86 e 14"53. Bravissima anche un'altra delle nostre giovanissime leve, provenienti dal nucleo operativo di Abbiategrasso, (come la Peroni) allenato dal Prof Barlottini

e da Alessandra Vai: Maria Gaiera, cat. Allieve, toglie 2" al proprio record personale scendendo ad 1'02"83 nei 400m. Sempre nei 400 Sofia Capella, mezzofondista, ha corso una bella prova al rientro da un infortunio, in 1'08". Buone notizie dalla pedana del martello, dove la forma di Maria Chiara Rizzi, forte atleta proveniente da Cremona ed ora in forze alla nostra squadra, migliora continuamente anche se non ancora ai livelli del proprio personale: il suo attrezzo da 4kg è stato scagliato a 49,93m (medaglia di bronzo); la stessa Rizzi poi, ha concluso il getto del peso con 9,19m, sfiorando il suo record personale di 1cm.

Nella stessa gara bel progresso di Marta Cuzzone, allieva, che ha lanciato 34,12m e si ritaglia un posto tra le migliori tre in regione. Rimanendo in tema di gare in pedana, nel salto in alto la giovane Giulia Spreafico sale ad 1,45 nel salto in alto, con l'auspicio che questa buona performance



*Marta Cuzzone*

la faccia decidere definitivamente di dedicarsi all'atletica in pianta stabile. Arianna Pozzi, studentessa di Scienze Motorie e karateka, ha saltato invece un buon 1,40 ed ha dimostrato di valere quote ben superiori, con qualche miglioria tecnica. Maria Cristina Roscalla, nei 1500m ha corso una gara molto dispendiosa, fatta di continue variazioni di ritmo, che nonostante ciò l'ha portata a sfiorare il suo record personale di 4'44"05, concludendo in 4'45"11, che a ragion veduta vale ampiamente un miglioramento, ottenibile con uno svolgimento meno nervoso della prova. Sempre Roscalla poi, nella giornata di domenica è stata impegnata negli 800m, corsi tatticamente in modo

corretto ma su ritmi a lei non ancora consoni per questa parte di stagione: comunque pregevole il cronometro di 2'22"87 a fronte di un record personale di poco superiore ai 2'20". Prova sfortunata per Tecla Costante, vittima di una caduta e del conseguente ritiro nella massacrante gara dei 3000 siepi. In chiusura di prima giornata, 54"52 per la staffetta 4x100, composta da Martina Roveda - Federica Peroni - Alessia Pasqualini - Teresita Nogbou, con cambi volutamente "in sicurezza" per poter garantirsi l'arrivo senza incidenti, importante nell'ottica di una manifestazione come quella dei Societari, che permette il miglioramento dei punteggi mediante gare successive alla fase regionale, per le squadre che ottengono un minimo di 18 prestazioni su 14 gare (è possibile schierare più di un'atleta per gara). La giornata di domenica 12 maggio è stata aperta ancora una volta dai concorsi (gare che si svolgono in pedana e non sulle corsie vere e proprie dell'anello di atletica). Nel lancio del disco Silvia Decol (24,33m) e Valentina Berton (35,49m) si sono ben comportate e nel salto in lungo, ben tre atlete hanno preso parte alla gara: teresita Nogbou, atterrata a 4,60m, Alessia Pasqualini (4,48m) ed Elisa Vallè (4,34m); quest'ultima altra positiva "new entry" da Abbiatograsso. Le due abbiatensi Maria Gaiera e Federica Peroni hanno corso poi i 200m, sul filo del proprio record personale: 28"22 per la prima e 29"24 per la seconda. Vicinissima ai 30m nel giavellotto Valentina Berton (29,59m) e miglioramento sostanzioso di quasi 3" per Marina Parlapiano nei 400hs, corsi in 1'21"94 e passibili di ulteriori progressi lavorando sulla tecnica di passaggio dell'ostacolo, momento fondamentale di una competizione così tecnica. Nei 5000m che hanno visto il record italiano allieve sgretolato dalla piccola ma tenace Nicole Reina (del Cus Milano, allenata da Giorgio Rondelli), Cecilia Zanlungo ha concluso la fatica, condita dal proprio record personale, in 21'46"48. In chiusura della due giorni di gare, è arrivata la staffetta 4x400 con l'altra abbiatense Manuela Baratto, Maria Cristina Roscalla, Sofia Capella e Maria Gaiera. Tranne la Baratto le altre atlete erano tutte reduci da almeno una gara individuale, ciò nonostante, hanno comunque sfornato una prova molto positiva terminando in 4'23"43.



*Giulia Spreafico*



*Maria Gaiera*

La soddisfazione dei tecnici della sezione atletica Pierluigi Zuffi, Felice Costante, Bruno Santini, Tiziano Gemelli, Marcello Scarabelli e Diego Barlottini è stata evidente, nel vedere un gruppo di ragazze affiatate e dalle grandi prospettive vista la giovanissima età media del gruppo. Le prestazioni conseguite, saranno migliorabili gareggiando nelle manifestazioni di livello regionale o nazionale in programma fino a luglio e c'è la ragionevole speranza che tentare la qualificazione ad una finale (fallita per un soffio l'anno scorso) non sia una chimera irraggiungibile. Il prossimo fine settimana sarà dedicato alla seconda fase regionale dei societari Allievi, dove la squadra ha già ottenuto buone prestazioni 15 giorni or sono, e dai CNU in quel di Cassino (FR) dove l'atletica schiera una squadra molto agguerrita composta da 7 donne e 5 uomini, con:

- 1) Rizzi Maria Chiara - martello e peso
- 2) Viganò Simone - salto in alto
- 3) Joao Manuel Victorine - giavellotto
- 4) Elkounia Soufiane - 3000 siepi e 1500m
- 5) Bottini Laura - 1500m e 5000m
- 6) Seppi Andrea - 1500m e 5000m
- 7) Cecilia Raffaldi - 100 - 200 e 4x100
- 8) Alice Brera - 100 - 200 e 4x100
- 9) Nicoletta Bagossi - 400 e 4x100
- 10) Carolina Finocchiaro - 400 e 4x100
- 11) Moris Gabriele - 200 e 400m

*a cura di Marcello Scarabelli*

## **Canoa: 1<sup>a</sup> prova interregionale canoa giovani**

Mergozzo: tradizionale appuntamento con la prova interregionale canoa giovani sulle acque del lago di Mergozzo, dove i giovani pagaiatori delle categorie Allievi e Cadetti delle società del centro-nord si sono sfidati sulle classiche distanze dei 2000 e 200mt. Dopo un anno in cui la presenza cussina era stata numericamente ridotta, quest'anno la squadra si è presentata in forze con 18 atleti di cui ben 16 esordienti assoluti alle competizioni. Questo è il frutto dell'ottimo lavoro svolto dai nostri tecnici che nonostante una stagione primaverile con meteo avverso e condizioni del fiume tutt'altro che ottimali sono riusciti a mettere in condizione i ragazzi di poter competere nel



*Federico Vignati*

miglior modo possibile nonostante la scarsa esperienza e la poca pratica in barca. Molto soddisfatto si è dichiarato il nostro d.t. Daniele Bronzini per l'impegno profuso dai ragazzi nelle competizioni, in quanto si sono tutti impegnati al massimo delle loro possibilità nessuno escluso. Per quanto riguarda la parte prettamente agonistica da segnalare i risultati dei due "veterani" della squadra, Federico Vignati e Niccolò Pepe entrambi della categoria Cadetti B. Il primo ha conquistato la vittoria nella prova sui 200mt mentre sui 2000mt ha concluso al 3° posto, mentre Pepe dopo il 6° posto nella prova lunga ha conquistato il 3° posto nella staffetta 4X200 metri assieme ai compagni Gozzo Andrea, Puttilli Marco, Melzi Marco Josè. Questi risultati, uniti ai vari altri piazzamenti ottenuti dagli altri componenti la squadra hanno permesso al Cus di piazzarsi al 9° posto su 44 società partecipanti.

*a cura di Stefano Sacchi*

## **Pallavolo: Campionati Provinciali**

### **FINALI DI UNDER 12 MISTO**

Si sono disputate **sabato 12 maggio** le finali del Campionato Provinciale Under 12 Misto ospitate da Volley Sale.

Cus Pavia - Gruppo di Falco 2-1 (25-16,25-20,12-25)  
Florens - Gruppo di FalcoA 3-0 (25-120,25-11, 25-13)  
Cus Pavia - Florens 0-3 (19-25,19-25,12-25)

1<sup>^</sup> classificata Florens, **2<sup>^</sup> classificata Cus Pavia** e 3<sup>^</sup> classificata Gruppo di Falco.

### **FINALI UNDER 13 FEMMINILE**

Si sono disputate **sabato 12 maggio** le finali del Campionato Provinciale Under 13 Femminile ospitate da Volley Gambolò.

Linea Service -Cus Pavia 2-0 (25-13,25-18)  
Car e Car - Cus Pavia 2-0 (25-15,25-18)  
Linea Service - Car e Car 2-0 (26-24, 25-8)

Campione provinciale Under 13 Femminile Linea Service, accedono alla fase regionale tutte le tre finaliste che si svolgerà a Mantova domenica 19 maggio contro le rappresentative di Mantova e Brescia.

### **PLAY OFF DI 2<sup>^</sup> DIVISIONE FEMMINILE**

Si sono disputate **sabato 12 maggio** le gare di ritorno dei Play off di 2<sup>^</sup> Divisione Femminile per la promozione in Prima Divisione.

Cus Pavia B - Agriturismo La Stanga 0-3 (21/25; 23/25; 18/25)  
Adolescere A - Team Volley 2-3 (25/16; 7/25; 22/25; 25/13; 14/16)

Considerati i risultati delle gare di andata sono promosse in 1<sup>^</sup> divisione Femminile: Agriturismo La Stanga e Adolescere.

### **FINALE DI 1<sup>^</sup> DIVISIONE MASCHILE**

Cus Pavia B - V. 2001 Garlasco B 1-3 (17-25,13-25,25-20,14-25)  
Volley 2001 Garlasco è promossa in serie D Maschile.

Si è svolta sabato 12 maggio a Mortara, ospitata da Mortara Virtus, la Finale di 1<sup>^</sup> divisione Maschile. Davanti ad un buon seguito di tifosi venuti da Pavia a sostenere la squadra cussina si è conclusa la stagione pallavolistica della 1<sup>^</sup> divisione maschile che a Mortara si sono imbattuti contro la forte squadra di Garlasco B allenata da coach Mauro Fontana. La partita non è iniziata benissimo nei primi due set, poi la squadra pavese si è ripresa nel 3<sup>o</sup> set vincendo 25-20 (forse complice anche la stanchezza degli avversari) ma nel 4<sup>o</sup> set la musica non è cambiata e la squadra di Garlasco si è aggiudicata la posta in palio. Un ringraziamento particolare va a tutta la squadra, al primo allenatore Cavagna Maria Chiara e ai dirigenti che ci hanno sostenuto come ogni anno per questa lunga stagione.

*a cura di Federico Brunetti*



## Rugby: cronache 11-12 maggio

### SERIE C ELITE: BORGO PONCARALE - CUS PAVIA RUGBY 23-20

CUS PAVIA: Papalia, D'Eugenio, Roberto, Disetti, Di Dio, Sorrenti, Giglio, Facchino, Onuigbo, Cullaciati, Livieri, Tavaroli, Zambianchi, Orioli, Fietta. All. Prini. A disposizione Barbieri, L.Papalia, Piccioni, Balconi, Donatiello, Cobelli, Appiani.

Marcatori: 5' cp Disetti (PV), 12' meta Furlani (BP), 20' meta Grazioli tr. Bosetti (BP) 32' cp Bosetti (BP), 38' meta Orioli tr Disetti (PV), 54' cp Bosetti (BP), 61' cp Disetti (PV) 69' meta Papalia tr Disetti (PV), 78' meta Zadra tr Bosetti (BP).

Pavia a Borgo Poncarale per l'ultima giornata di campionato (Pavia ha ancora una gara da recuperare ndA), vincere per centrare l'aggancio a Varese impegnato sull'ostico campo di Ospitaletto e continuare a sperare di restare in categoria. Pavia parte abbastanza forte e si impianta nella metà campo avversaria e trova subito i pali con Disetti che smuove il cartellone segnapunti in favore degli ospiti; ma Borgo ci tiene a ben figurare davanti al proprio caldo pubblico di casa e si ripropone in avanti grazie alle cariche del primo centro e ad una mischia arretrante che va in meta grazie alla spinta; Pavia non esce dall'empasse difensiva e si fa ritrovare sguarnita e poco attenta in difesa ancora una volta e Borgo allunga nuovamente. I ragazzi di Pavia, nonostante le assenze importanti, sono sempre più decisi a rientrare in partita e per farlo si ripropongono in avanti trainati dal loro capitano Zambianchi e dal rientrante e ritrovato Sorrenti all'apertura. Sul finire di tempo un preciso calcio di punizione di Disetti porta Pavia a battere una touche a favore a 5 metri dalla meta di Borgo. Pavia costruisce un buon drive da touche al quale susseguono svariati pick and go consecutivi che portano in meta l'esperto Orioli. La seconda frazione riprende il tutto da dove si era interrotto, ovvero con una bella battaglia in mezzo al campo e con tanti, tanti calci di punizione da una parte e dall'altra con l'equilibrio che può essere rotto solo da un episodio: Pavia avrebbe in mano l'occasione grazie ad un bel buco preso da Onuigbo, bravo sia a correre nello spazio ed a trovare il puntuale sostegno di Papalia altrettanto bravo a passare a Livieri che si fa prendere dagli avversari prima di poter trovare il sostegno e tutto finisce in un nulla di fatto. Qualche minuto più tardi Borgo in avanti a cercare di chiudere il match con

| CLASSIFICA SERIE C ELITE   | punti     |
|----------------------------|-----------|
| MARCO.POLO.ASD.CUS.BRESCIA | 99        |
| ASD.RUGBY.LUMEZZANE        | 99        |
| BOTTICINO.RUGBY.UNION.ASD  | 92        |
| ASD.RUGBY.BERGAMO 1950     | 65        |
| RUGBY.MANTOVA.SRL.SSD      | 58        |
| OSPITALETTO.CPR            | 51        |
| IRIDE.COLOGNO.RUGBY.ASD    | 49        |
| ASD.RUGBY.VALLE.CAMONICA   | 39        |
| ASD.RUGBY.VARESE           | 30        |
| <b>C.U.S. PAVIA ASD</b>    | <b>25</b> |
| GRANDE.BRIANZA.RUGBY.ASD   | 13        |
| RUGBY.BORGO.PONCARALE      | 13        |

una segnatura al largo ma Papalia si infiltra nelle linee avversarie come una spia comunista in America durante la guerra fredda e, per lederli dall'interno, intercetta il passaggio e si tuffa in campo aperto per una corsa di ottanta metri che lo porta a segnare la sua seconda meta stagionale. Pavia avrebbe anche la chance di chiudere la partita con un calcio di punizione sul più 4, i gialloblu scelgono la via della touche per cercare la meta ma purtroppo senza fortuna. Borgo spinge in avanti e negli ultimi minuti si pone ad assediare l'area di meta pavese, i gialloblu oppongono una strenua difesa ma, dopo l'ennesimo attacco consecutivo, i padroni di casa trovano la meta della vittoria allo scadere che condanna parzialmente Pavia. Il futuro pavese non è ancora del tutto scritto anche se una vittoria avrebbe di certo giovato, ora occorre fare i cinque punti del bonus a Monza e poi attendere che tutta la classifica finisca di muoversi, a fine mese sarà tutto più chiaro e verrà il tempo di fare il bilancio della stagione.

**Femminile** a cura di Divà Beltramin

L'ultimo concentramento della stagione 2012/2013 si conclude in modo ottimale per le Fenici del CUS Pavia; sono tre le partite disputate oggi: contro il Cremona, il Brescia e il Gerundi.

Nonostante la bellissima giornata soleggiata, che sembra essere garanzia di un campo senza fango, le prime due partite si sono giocate in un piccolo quadrato paludoso che poco aveva in comune con un campo da rugby regolamentare. Le ragazze del CUS non si sono comunque fatte scoraggiare dalle condizioni e dalle dimensioni del campo e le prime due partite del girone vengono vinte. La prima partita contro il Cremona non parte per il verso giusto, le cussine sono superiori tecnicamente ma giocano con il freno a mano tirato, nonostante questo il risultato è di 2-0, con le mete di Novella Russo e Martina Bartoli.

Nella seconda partita le fenici continuano ad essere sottotono, tanto che il Brescia si porta agilmente in vantaggio a pochi minuti del primo tempo. A questo punto le Fenici reagiscono alla grande e prendono saldamente le redini della partita, il secondo tempo si gioca tutto nella metà campo avversaria e la meta di Novella Russo riporta le ragazze alla parità. Nonostante le ragazze dimostrino voglia di vincere il tempo scorre inesorabile. La mischia Bresciana è superiore e i palloni escono a fatica, la tensione è alta, ma ecco all'ultimo secondo Novella Russo apre un pallone difficilissimo, Luisa Montesion riceve e apre a largo e con la difesa avversaria schierata Natasha Vataman riceve la palla e fende le avversarie trovando un buco nelle loro fila, andando a schiacciare la palla nell'ultima azione della partita, consegnando il risultato alle Fenici.



La terza partita si gioca contro il Gerundi, la voglia di divertirsi è tanta ma quella di vincere ancora di più. Il Gerundi coglie di sorpresa le cussine segnando in pochi minuti una meta, ma la squadra ci mette ben poco a riprendersi e Novella Russo sigla il pareggio meno di sessanta secondi dopo la meta subita, grazie ad una bella palla recuperata di Elena Aloisio e Giorgia Trapani. Nel secondo tempo un rimescolamento dei ruoli nelle file pavese dà aria alle ragazze, Arianna Prunotto, entrata in mischia dopo più di un anno di stop, permette alla squadra di conservare il possesso nelle ruck, e le palle escono facili dalle mani di Divà Beltramin per Luisa Montesion, il gioco nei tre quarti è ottimo e Martina Bartoli e Novella Russo consolidano il vantaggio delle Fenici. La partita si conclude sul 5-1. Le Fenici quindi portano a casa il concentramento, con grande soddisfazione di coach Donatiello (affettuosamente in differita) e Tronconi. Premiata migliore in campo Natasha Vataman per la sua meta fenomenale nella seconda partita.

**Under 16 vince 45 a 0 a Cesano**

E' un Under 16 con la panchina corta ma con un cuore grande così quella che gioca a Cesano domenica. I ragazzi di Luca Magai soffrono per i primi 15 minuti e poi vanno in meta con Pippo Nicolato che però prende un cartellino giallo e lascia i compagni con l'uomo in meno per 10 minuti. La forza dei Cussini è stata quella di riadattarsi immediatamente all'inferiorità numerica andando di nuovo in meta con Cetto al 23° minuto. Nel secondo tempo i gialloblù hanno mantenuto la concentrazione segnando due volte con Yari Gobbo. Bellissima prestazione di tutta la squadra e nota di merito per il pacchetto di mischia sempre presente sui punti d'incontro a recuperare palloni.

**Under 14** a cura di Luca Brandani

Cus Pavia - Rho 14-31

Cus Pavia - Seregno 47-12

Doppio impegno casalingo per i ragazzi di Corridori-Avanzo che devono riscattare la deludente prova della scorsa settimana. Si parte bene contro Rho - meta dopo pochi minuti di Veras - ma con il passare del tempo la maggiore organizzazione degli ospiti prende il sopravvento anche se i nostri cercano di tener botta chiudendo il primo tempo sul 14 a 19. Senza storia il secondo tempo, anche se bisogna dare atto ai nostri di non aver mai smesso di provarci. La vera impresa per i nostri allenatori è riuscire ad inserire i tanti nuovi giocatori (oltre a 6 Falchi, ci sono anche tre ragazzi della scuola media di Cava Manara) all'interno di schemi di gioco ormai collaudati.

E l'impresa sembra riuscire nella seconda partita: complice un Seregno abbondantemente al di sotto delle aspettative, i cussini riescono ad esprimere un gioco a tratti spettacolare pur con tanti giocatori schierati in ruoli non abituali. Miglior esempio la meta del 36 a 7: doppio cambio del fronte d'attacco, pallone giocato da tutti e 13 i giocatori e corsa con tocco in mezzo ai pali di An-



drea Brandani a finalizzare un'azione da applausi. Da segnalare nuovamente la sicurezza nei calci di Michele "Wilko" Speranza, e le percussioni di Alex Agnani e Prince Bianco ("appiedato" nella prima partita per un intoppo burocratico). Ora dobbiamo prepararci alla trasferta di Settimo, per dimostrare ai Leoni che possiamo giocarcela anche sul loro campo.

**Under 12**

La Banda Frogget si comporta bene al torneo amichevole di Rozzano. Superati agevolmente i padroni di casa del Chicken Rozzano e il Metanopoli. Buona disciplina tattica e gioco alla mano veloce ed efficace. Oltre ai soliti Chiaramondia, Brambilla e Aloisi si aggiunge Alessandro Mazza che da equilibrio alla squadra con grandi placcaggi in difesa e sempre ben schierato in attacco. Arrivederci a domenica a Parabiago!

**Prossimi impegni****Sabato 18 maggio**

Ore 10:00-18:00 in Piazza Vittoria Promozione rugby PaviaBambinFestival

Ore 17:30 Under 14 a Settimo Milanese con Lyons Settimo e Cesano Boscone

**Domenica 19 maggio**

Ore 10:00 Under 12 a Parabiago

Ore 15:30 Seniores a Monza con il Grande Brianza

**Domenica 16 maggio**

Ore 11:00 al Cravino Open Day Rugby, tutti convocati!

Venite a trovarci su [www.facebook.com/cuspaviarugby](http://www.facebook.com/cuspaviarugby)

**RUNNING SCHOOL NEWS** a cura di Giuseppe Pintavalle**Al mio bambino quale sport?** di Nadia Caime, studentessa Medicina, e G. Pintavalle

Ginevra, 1992 : la commissione dei paesi membri dell'UNESCO elabora la "Carta dei diritti del bambino nello sport". La Carta stabilisce il diritto dei bambini a: praticare sport; divertirsi e giocare; vivere in un ambiente salutare; essere trattati con dignità; essere allenati ed educati da persone competenti; ricevere un allenamento adatto alla loro età, ritmo e capacità individuale; gareggiare con ragazzi dello stesso livello in una idonea competizione; praticare lo sport in condizioni di sicurezza; usufruire di un adeguato periodo di riposo; avere la possibilità di diventare un campione oppure di non esserlo.

Secondo i dati Istat e dell'Osservatorio *Okkio alla Salute* (del Ministero della Salute-Istituto Superiore di Sanità), solo un bambino delle elementari su dieci fa attività fisica in modalità e quantità adeguate; uno su cinque fa sport, ma non più di una volta a settimana; quattro su dieci invece dedicano a Tv o videogiochi tre ore o più ogni giorno.

Uno sport congruo con l'età del bambino deve fare parte delle sue attività abituali, possibilmente già dall'età prescolare (Pediatrica Essenziale, Trattato di clinica e terapia, Burgio 2012). Il valore del movimento e dell'attività sportiva investe tanti aspetti, sia fisici che psicosociali, e questo in modo ancora più importante e determinante nel bambino che cresce, che non nell'adulto.

Ma come scegliere lo sport per il proprio bambino?

Il bambino "non è un piccolo adulto". Familiarizzare con questo concetto ci aiuta a relazionarci in modo corretto al mondo del bambino che è diverso dal nostro. Tenuto conto dell'anatomia e fisiologia del bambino e delle diverse competenze ed esigenze che lo stesso ha nelle varie fasi dello sviluppo, alcuni sport sono più indicati rispetto ad altri in rapporto all'età (vedi Tabella). Queste indicazioni non prescindono dalla valutazione del singolo; a questo proposito, vale consultare il pediatra e, qualora abbia già iniziato un'attività sportiva, l'allenatore competente. Tuttavia, resta fondamentale il fatto che ad orientarci nella scelta sia il bambino. Il bambino che pratica sport deve essere libero di scegliere ciò che ha piacere di fare o comunque di provare; sembra scontato ma non è sempre così. Può essere utile, prima di proporgli un'attività sportiva, portarlo a vedere da vicino come e dove si svolge quello sport e conoscere di persona il suo istruttore ed i suoi compagni (Dott. Raffaele D'Errico, specialista in pediatria). Anche l'istruttore è una figura importante, sia sul piano tecnico che relazionale. "Il piccolo atleta non ha bisogno di un semplice insegnante, che impartisca delle nozioni tecniche ma di un 'baby-sitter tecnico' che sappia entrare in empatia con lui, sappia ascoltarlo e riesca a farsi ascoltare." Giuseppe Gangemi, istruttore F.I.N. (Federazione Italiana Nuoto).

Passo dunque la parola a Giuseppe Pintavalle, tecnico cussino che con competenza e passione si dedica all'allenamento dei più piccoli. Secondo la mia esperienza come tecnico del Settore Giovanile del Cus Atletica mi sento quasi di sfatare un mito. Sembrerà fuori dalle righe ma ritengo importante non "tabellare" lo sport per il bambino solamente per fasce di età, o almeno non farlo in modo restrittivo. Sono sulla bocca di tante mamme le classiche domande: perché a 5 anni deve nuotare? Perché invece fin da piccoli il tennis meglio di no perché asimmetrico?! Meglio spiegarsi meglio. Lo sport per il bambino deve essere certamente tarato alla sua età ma deve anche e soprattutto essere in grado di fargli sperimentare il più possibile e nei modi più fantasiosi quello che può fare con il suo corpo in modo da dare possibilità di accrescimento al suo bagaglio motorio. Un po' di sano agonismo fin da subito non guasta se questo è fatto in modo da stimolare positivamente la sua autostima e il rapporto con gli altri. Infine alla base di tutto (come anticipato da Nadia) si deve creare un profondo rapporto empatico fra tecnico e i piccoli Atletini. Solo così le aspettative del bambino e le proposte del tecnico potranno sintonizzarsi e proseguire nel modo migliore.





CUS PAVIA in collaborazione con  
CUS GENOVA GOLF ACADEMY  
e  
SERRAVALLE GOLF CLUB



CLUB DEI GIOVANI & UNIVERSITARI

## Metti il Golf nel tuo Curriculum!

Corso di approccio al GOLF

- Corso base per neofiti e di perfezionamento di 12 sedute collettive settimanali da 2 ore cadauna (in campo e campo pratica a Serravalle) al Sabato Pomeriggio a partire da maggio 2013.
- Analisi Video dello Swing.
- 4 Lezioni di regole ed etichetta (infrasettimanali) ed esame finale delle regole.
- Possibilità di recuperare le lezioni perse ed interruzione del corso ad agosto.
- Ingresso gratuito presso il campo pratica di Serravalle per tutto il periodo del corso.
- Attrezzature (bastoni) incluse.
- Caccia all'Handicap finale.

I Maestri Federali De Rosa Renato, Gaggero Nicolò e Iurilli Antonio, vi seguiranno passo passo fino all'acquisizione dell'Handicap (a richiesta anche con lezioni singole a prezzi speciali).



**Tariffa studente universitario**

**€ 160 ( pagabili in 4 rate da 40 € )**

- Successivamente al termine del corso è prevista una tariffa annuale FULL GOLF (senza limiti) presso il campo di Serravalle al prezzo speciale di € 150 + tessera federale (per chi ci ha preso gusto).
- Per informazioni scrivere a [golfacademy.association@gmail.com](mailto:golfacademy.association@gmail.com) - Per iscrizioni rivolgersi al Serravalle Golf Club al numero di telefono 014362065 chiedendo di Walter (segretario del circolo).

### 5 PER MILLE

Anche quest'anno la legge dà possibilità a ciascun contribuente di destinare il 5 per mille dell'imposta sul reddito a favore di enti del volontariato e di organizzazioni no-profit. Il CUS Pavia è accreditato dall'Amministrazione Finanziaria fra le associazioni che possono beneficiare di questa opportunità. Se desiderate sostenere le attività sportive della nostra associazione non dovete far altro che sottoscrivere nella dichiarazione dei redditi il primo riquadro in alto a sinistra della sezione SCELTA PER LA DESTINAZIONE DEL CINQUE PER MILLE dell'irpef, indicando il numero di codice fiscale del CUS Pavia 80003840180. Tale scelta non comporta alcun onere a vostro carico e coesiste con la scelta di destinazione dell'otto per mille.

**INSERISCI IL CODICE FISCALE DEL C.U.S. PAVIA: 80003840180**

### Il punto sulla settimana

Nel fine settimana si apriranno i **Campionati Nazionali Universitari 2013** con le gare di **Canoa** e **Canottaggio** che si svolgeranno sabato e domenica, secondo il collaudato schema, a Sabaudia. Come sempre la partecipazione del CUS Pavia si farà sentire non solo dal punto di vista sportivo, le squadre saranno presenti al completo, ma anche da quello organizzativo per l'impegno attivo dei dirigenti delle ns. sezioni.

Terminata la stagione della Pallavolo, questa settimana sul versante degli appuntamenti federali sarà impegnato solo il **Rugby** con i concentramenti **Under 14** e **Under 12** in programma rispettivamente sabato a Settimo Milanese e domenica a Parabiago. Domenica sarà in campo anche la **Serie C Elite** che a Monza giocherà contro il Grande Brianza.

Per il **Trofeo dei Collegi** stasera al PalaCUS le finali del **Torneo di Pallavolo Femminile**: prima partita fra il **Cardano** e il **Nuovo** che saranno in campo per il terzo posto, a seguire il **Marianum** e il **Ghislieri** si giocheranno il primato. Lunedì le prime partite del **Torneo di Pallavolo Maschile**, competizione che vedrà le ultime battute nella seconda metà di giugno. Ultime battute anche per il **Torneo di Calcio a 11 maschile**, stasera e giovedì al Campo Mascherpa si giocheranno i quarti di finale con il **Don Bosco - Borromeo**, **Spallanzani - Golgi**, **Cardano - Cairoli** e **Fraccaro - Volta**.



### AVVISO RIUNIONE PALLAVOLO

I Sigg.ri genitori e gli atleti, sono invitati **giovedì 16 maggio alle ore 19.00 presso la sala riunioni** (sopra la Segreteria) alla riunione per **la Vacanza Sportiva JAM CAMP** (che si svolgerà Località Capitolo, nelle immediate vicinanze di Monopoli dall' 8 al 14 luglio).

## CORSI ESTIVI

**PER I NATI DAL 1999 AL 2009**  
**iscrizioni da lunedì 13 maggio**

**Tutte le informazioni**  
**sui corsi estivi**  
**sul nostro sito internet**  
**[www.cuspavia.it](http://www.cuspavia.it)**

### 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.