

# CUS PaviaNEWS

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

Anno 17, Numero 32 – 10 Ottobre 2018

## ATLETICA LEGGERA

### DECIMO POSTO PER LE ALLIEVE NELLA FINALE NAZIONALE "B"

Livorno. Una trasferta impegnativa ma piacevole ha portato le allieve a confrontarsi con altre 11 formazioni provenienti dal centro nord Italia e, nonostante il periodo agonisticamente poco rilevante, qualche risultato tecnico è stato di buon livello. E' mancato quel pizzico di fortuna che avrebbe consentito di rosicchiare i punti necessari alla riconferma dell'ottavo posto di entrata nella finale ma, rispetto ad un anno fa, la formazione ha compiuto decisamente un passo in avanti.



Le due giornate di gare (sabato pomeriggio e domenica mattina) sono state accompagnate da un cielo terso e da un vento a tratti fastidioso.

L'inizio della prima giornata di gare è stato il peggiore che si potesse immaginare, con tre nulli nel martello di Aicha Maman che hanno innescato un vero e proprio Risiko nella formazione per coprire le gare necessarie alla classifica finale. Dopo attimi concitati, nei quali in contemporanea

#### *Cronache e Commenti*

<i>Atletica leggera</i>	1-3
<i>Rugby</i>	4-6
<i>Canoa</i>	7
<i>Panathlon</i>	7-8
<i>Fai</i>	9

<i>Appuntamenti</i>	10
---------------------	----

**UBI** < > **Banca**

Cecilia Muscarella ha conquistato il bronzo nei 100hs con un buon 15"33 e, poco dopo, Anna Cassi ha conquistato l'argento nei 100 in 12"88 alle spalle dell'azzurrina Eleonora Foudraz, la stessa Muscarella, specialista delle prove multiple, ha dato prova di grande spirito di squadra offrendosi per disputare una gara massacrante come i 2000 siepi.

Questa sua grande prova di cuore ha contribuito a rinvigorire la squadra che compatta ha sostenuto per tutti i cinque giri Cecilia, capace di arrivare al traguardo in settima posizione. Letizia Bottani, una delle più indomite combattenti della formazione, dopo aver ripreso gli allenamenti a settembre fermata da un'inflammazione ad un ginocchio, ha corso i 400 in 1'08"72, a 2" dal suo personale (10<sup>^</sup>) e Martina Onetti, generosa nella prima parte di gara, ha sfiorato di circa 1" il personale nei 1500 correndo in 5'38"96 finendo 8<sup>^</sup>. Aicha Maman si è rifatta nel peso, dove ha stabilito il suo personale di ben 70cm con un lancio di 7,20 ottenuto al primo turno, piazzandosi 8<sup>^</sup>.

Protagonista del salto in alto Gloria Polotto, che con 1,64 alla seconda prova ha conquistato l'argento. Elisa Stea, prestata al salto triplo, è atterrata a 8,95 (personale 9,23) classificandosi 10<sup>^</sup> ed in chiusura di giornata la 4x100 composta da Irene Parisotto, Gloria Polotto, Elisa Stea e Anna Cassi ha chiuso 6<sup>^</sup> in 53"36. Una finale a squadre prevede che le formazioni conquistino i punteggi in base ai piazzamenti delle atlete nelle singole discipline e la prima giornata ci ha viste al 9<sup>o</sup> posto provvisorio. La mattinata di domenica è partita in modo più rilassato, con un buon 24,46 di Sofia Lotti (6<sup>^</sup>) che ha stabilito il personale nel lancio del disco e il 32,73 di Marta Pandale nel giavellotto (4<sup>^</sup>). Sui 400hs esordio impegnativo per Irene Parisotto che è giunta al traguardo in 1'25"15, 9<sup>^</sup>. Purtroppo Gloria Polotto ha dovuto sostituire Cecilia Muscarella sulla pedana nel salto in lungo, per coprire un numero adeguato di gare in conseguenza dei tre nulli della martellista nella giornata di sabato, dal momento che la compagna, dopo aver corso due gare individuali (100hs e 2000 siepi), avrebbe potuto fare come terza gara solo una staffetta. Senza aver provato precedentemente la rincorsa ha ottenuto un miglior salto di 4,03 per un 10<sup>o</sup> posto finale. Sui 200 è scesa di nuovo in pista Elisa Stea che è finita 7<sup>^</sup> in 27"33, mentre nel mezzofondo sono state chiamate agli straordinari anche Letizia Bottani negli 800, dove si è piazzata 9<sup>^</sup> in 2'40"66 e Martina Onetti, 7<sup>^</sup> nei 3000 con 11'54"62. L'ultima fatica di giornata è stata la 4x400 con Parisotto-Muscarella-Bottani-Cassi che si è classificata 10<sup>^</sup> in 4'31"05. I punteggi così ottenuti hanno visto il Cus Pavia classificarsi al 10<sup>o</sup> posto.

### **CORRIPAVIA HALF MARATHON: GAMBUZZA PRIMA UNDER 23**



Si è conclusa positivamente la seconda esperienza della vita di Martina Gambuzza (nella foto) nella mezza maratona, con un personale demolito di oltre 7 minuti grazie al tempo di 1h34'30" sul tracciato per nulla facile della stracittadina pavese.

Dopo aver seguito il ritmo di 4'30"km per i primi 10km, Martina ha accelerato segnando una media di 4'26" per la restante frazione di 11 km e 97 metri, concludendo così in buona spinta.

L'essenziale era portare a termine un'esperienza piacevole che in un futuro non molto lontano potrà ripetersi. Nella gara di 10km osservata speciale era la piccola Laura Morandotti, che ha tenuto il passo della mamma per circa 6km per poi aumentare insieme ad un'amica fino al traguardo di viale 11 febbraio, concludendo la prova senza mandare fuori giri il suo giovane e prezioso motore.

## BUONE PRESTAZIONI DEI NOSTRI GIOVANI

Il livello di queste competizioni è sempre decisamente elevato, dato che la Lombardia è forse la regione con il movimento numericamente e qualitativamente più rilevante in Italia, già a partire dalle categorie giovanili. Ragazzi e Ragazze rappresentano la più giovane categoria agonistica tra quelle federali. Sette giovani gialloblu sono stati protagonisti del trofeo delle province a Casalmaggiore, convocati dal Comitato Provinciale Fidal per rappresentare Pavia nella sfida con le altre delegazioni dei comitati provinciali lombardi.



Samuele Allegretti, a digiuno di allenamenti dopo l'estate, ha comunque corso ad un centesimo dal personale nei 60 metri vincendo la sua batteria in 8"35 per un 9° posto complessivo. Alice Lazzaro, accreditata della miglior misura nel getto del peso da 2kg, ha lanciato 11,20 conquistando il 3° posto, che non l'ha lasciata soddisfatta: avrà modo riprendendo gli allenamenti di migliorare la tecnica, poiché dal punto di vista delle capacità condizionali è dotata di ottime qualità.

In generale i settori salti e lanci sono stati i più penalizzati dalla pausa estiva, dal momento che la tecnica, se non esercitata costantemente, non consente di esprimersi al meglio. Ne consegue che Francesca Commerci, impegnata nel salto in alto, ha raggiunto la quota di 1,28 classificandosi 10<sup>^</sup>, a 7cm dal personale, mentre Sofia Tralli nel Vortex ha lanciato 34,30, oltre 4 metri in meno del suo personal best.

Stessi problemi per Vittoria Spagoni nel salto in lungo, concluso con 3,99 in 14<sup>^</sup> piazza. Giorgia Grassi nei 60m ad ostacoli con barriere da 60cm, ha corso in 10"68, piazzandosi 11<sup>^</sup>, mentre Laura Morandotti (nella foto) in una gara molto affollata, ha condotto una prova tatticamente ineccepibile, conquistando il bronzo con il suo nuovo record.

*Marcello Scarabelli*

## RUGBY

### SERIE A FEMMINILE RUGBY XV

#### VERONA RUGBY - CHICKEN CUS PAVIA 0-77

##### Formazione Chicken CUS Pavia

Bruschi, Andreoni, Ramadan (45' Aloisio), Pinetti, Bovio (Cap.), Gobbi (40' Franchi), Simbula (40' Villa), Pillotti, Favata (50' Belramin), Russo (50' Nascimben), Fatemi (40' Bartoli), Balsamo, Sandrucci, Bertocchi (60' Rapalli), Biatel (40' Fami).

Allenatori : Villa, Grieco. Direttore Tecnico: Santamaria

Prima giornata col botto per le Rocce del Chicken CUS Pavia, che tornano trionfanti dalla trasferta contro il Verona Rugby. E' ormai il loro quarto anno di militanza nella serie A, sempre guidate dalla capitana Agnese Bovio che con questo match raggiunge 50 presenze in campionato.

Sin dal primo fischio dell'arbitro si assiste a una forte determinazione delle Rocce, che avanzano martellanti e dominano sia sulle fasi statiche che nel gioco al largo. La prima a sbloccare il tabellino è **Fatemi**, ma le mete arrivano una dietro l'altra, e grazie a **Biatel, Gobbi e Russo** al primo water break il bonus attacco è già portato a casa. Il secondo tempo prosegue con un ritmo incalzante: la mischia dà sicurezza nel possesso, consentendo ai mediani di muovere la palla rapidamente e



dando modo ai tre quarti di portarsi più volte dietro i pali: le marcature di **Balsamo, Sandrucci, Bertocchi** e ancora **Russo**, insieme alle trasformazioni di **Favata**, portano a un attivo di 54 punti al quarantesimo.

Al secondo tempo si assiste a un generale calo di prestazione della squadra ospite, che concede diverse occasioni alla compagine veronese la quale, dopo aver giocato il primo tempo in difesa, riesce a portarsi più volte nei 22 avversari, senza però riuscire a finalizzare. Tutte le gioca-

trici che entrano dalla panchina rinvigoriscono la formazione, con **Fami** che di ritorno da mesi di riposo forzato porta il suo contributo con una doppietta. **Pillotti** e di nuovo **Bertocchi**, vanno a rincarare la dose, fino al risultato finale di 0-77, andando ad alzare ancora un po' l'asticella dei punti segnati. Nonostante ci siano ancora tanti elementi su cui lavorare, come evidenziato da alcune occasioni sprecate, è più che evidente un netto miglioramento in fase offensiva, senza comunque trascurare che la difesa è rimasta impenetrabile fino alla fine.

Per la prima volta in campo con le Rocce **Novella Russo** che, dopo due anni di stop, esordisce con un'ottima prestazione da apertura che le vale il **Woman of The Match**. Dal suo punto di vista "la partita è andata molto bene, il risultato parla chiaro. E' stata abbastanza tesa, essendo la prima di campionato. Tornare a Pavia è stato emozionante, mi sono trovata bene con le mie compagne e abbiamo imposto il nostro gioco fin da subito". Menzione d'onore alla squadra di casa, che ha sempre tenuto la testa alta, e, seppur con pochissimi cambi a disposizione, ha garantito la mischia contest per tutti gli 80 minuti.

*Angelica Simbula  
Foto di Samuel Rutili*

## UNDER 18 - GIRONE REGIONALE

### JUNIOR BRESCIA - TICINENSIS 22-14 (mete 4-2)

Non felice l'esordio dei nostri ragazzi in campionato. I giovani bresciani, con diversi volti nuovi rispetto all'amichevole pre-campionato, ci fanno subito capire quale sarà il livello di questo girone regionale. Partono molto bene i nostri - guidati quest'oggi dalla coppia Benazzi-Prini -, che contengono la sfuriata iniziale con una difesa attenta e pressante che porta spesso al recupero del pallone. La touche funziona molto bene, così come la mischia, e abbiamo quindi buone occasioni per impostare degli attacchi. È la premiata ditta Brandani & Repossi - fondata nel "lontano" 2008 - che conclude l'azione della prima marcatura: palla che si muove veloce, il Branda viene ben servito in corsa, accelera attirando su di sé la difesa avversaria e al momento del placcaggio riesce, con un reverse pass, a consegnare a Checco, che deve solo correre indisturbato a depositare in mezzo ai pali. 0-7 dopo la trasformazione di Cazzamali. La pressione dei padroni di casa mette a dura



prova la nostra difesa, e dopo una serie di fasi a ridosso dei nostri 5 metri riescono a trovare la meta: 5-7. Riprendiamo con il nostro gioco e dopo poco, da un'azione nei loro 22, Amadei azzarda un calcio passaggio in area di meta; il difensore, pressato da Repossi, non riesce ad afferrare l'ovale, ed è Rovaris il più lesto a tuffarsi sul pallone e a schiacciare. 5-14 dopo la trasformazione del Cazza, preciso dalla piazzola, ma oggi non altrettanto efficace nei calci di spostamento e in touche.

Un cartellino giallo ai danni dei padroni di casa ci permette di concludere il tempo con un uomo in più, ma pur con la superiorità numerica subiamo la meta del 10-14 con cui si va al riposo. Alla ripresa del gioco la determinazione dei giovani Leoni comincia a scalfire la nostra efficacia difensiva, riescono sempre più spesso ad avanzare palla in mano e siamo sempre in affanno. Se a tutto questo aggiungiamo un eccessivo nervosismo - che porta spesso a vibranti proteste - di alcuni uomini chiave, ecco che non può che arrivare la meta del 15-14. Subiamo il colpo.

Il possesso ed il territorio sono quasi sempre dei padroni di casa. Il giallo a Cazzamali e, prima della fine della sua penalità, il rosso ad Amadei per proteste, non aiutano certo la causa.

Ci proviamo, più con gambe e cuore che con la testa, ma arriva la quarta meta dei bresciani, questa volta trasformata, che ci toglie anche il punto di bonus difensivo. Nel complesso risultato giusto, abbiamo fatto vedere buone cose, soprattutto nel primo tempo, ma siamo calati, anche fisicamente, nella ripresa. Anche l'aspetto mentale, a questi livelli, è molto importante, e non possiamo permetterci di giocare un terzo di partita in inferiorità numerica con avversari di questa levatura.

Domenica abbiamo un'occasione di riscatto, in casa a Rozzano, con Parabiago, reduce da una sonante vittoria contro Rho.

*Luca Brandani*

**UNDER 18 - GIRONE TERRITORIALE****TICINENSIS - SEREGNO 17-21 (mete 3-3)**

Peccato! Sarebbe bastato poco per uscire vittoriosi da questa prima giornata del campionato territoriale. Avversari più cinici hanno sfruttato al meglio i nostri tanti errori, sia di trattamento della palla che di placcaggio. La tensione è palpabile e comprensibile: per tanti ragazzi si tratta dell'esordio in categoria con compagni nuovi, conosciuti da poco più di un mese. Sono gli ospiti i primi a marcare, ma riusciamo ad accorciare sul 5-7 grazie alla meta di Romanini.

Allungano nuovamente i brianzoli, e il 5-14 rimarrà sino alla fine del tempo. Nella ripresa le cose migliorano un po', complice anche l'indisciplina degli ospiti che porta più volte l'arbitro ad estrarre il cartellino giallo. Ci rifacciamo sotto con Del Bo, a seguito di una penetrazione di Benazzo: 12-14, dopo la trasformazione di Tirani. Riallungano nuovamente i gialloblu di Seregno, ma anche sul 12-21 i Ticinesi - oggi diretti dal duo D'Eugenio-Caramella - non mollano e con Tirani otteniamo la terza meta, che ci regala il 17-21 che vale almeno il punto di bonus difensivo.

Non una gran partita dal punto di vista tecnico, ma giocata comunque con impegno dai nostri.

Il lavoro da fare è tanto, e non potrebbe essere altrimenti, ma anche i margini di crescita sono molto ampi. Domenica prossima ci aspetta la non facile trasferta a Delebio - sconfitto di poco a Milano dal Cus - dove, siamo certi, si vedranno già dei miglioramenti.

*Luca Brandani*

## SULLA CRESTA DELL'ONDA –LA CANOA PAVESE SI RACCONTA

Mercoledì 17 ottobre alle ore 21.00 presso la Sala di Santa Maria Gaultieri



Certamente anche i meno attenti avranno notato che in certe serate il Ticino è diventato terra di scorribande per un nutrito numero di canoisti: c'è chi si allena (più o meno intensamente) c'è chi va alla Casa Gialla (spiaggia di Cantarana per i non addetti ai lavori), c'è chi si avventura sino al Canarazzo nelle ambascie di battere il record del Sommelier (poi arriva il Teo e li mette in riga tutti) e c'è chi non va oltre al Lido con dei buoni compagni di merende.

Bene, questa eterogenea orda di pagaianti si racconterà grazie ad alcuni contributi audiovisivi dove emergerà l'essenza delle diverse anime della canoa cussina. Ma non aspettatevi nulla di scontato e restate sino al gran finale, quando sullo schermo apparirà un cortometraggio che ci porterà ben oltre le Colonne d'Ercole. Gran cerimoniere della serata Maurizio Dipietro, primo Ciffonauta ed inossidabile fulcro del gruppo.

Per info: <https://www.facebook.com/cuspaviacanoa/>

## PANATHLON FRIENDLY GAMES

E che festa sia! La prima edizione dei Panathlon Friendly Games è stata un successo!

Per la prima volta Panathlon e CUS Pavia a braccetto in un'iniziativa di sport rivolta ai ragazzi delle scuole medie, e alle loro famiglie, con l'obiettivo di incoraggiare un'assidua pratica sportiva e contribuire uno sano ed equilibrato sviluppo psicofisico e sociale. Tutto era nato da una mail di Angelo Porcaro il giorno dopo essere diventata socia del Panathlon. L'ho presa quasi come una sfida...un tentativo si poteva fare. Con la fiducia del Consiglio Direttivo del Panathlon, io e Alessandro Carvani Minetti, ex canottiere e ora paratleta in preparazione per Tokyo 2020, ci buttiamo a capofitto nell'iniziativa e in poco tempo ci troviamo dal Presidente Dacarro a chiedere la collaborazione con il CUS Pavia. Il quale accetta subito e mette in palio anche una coppa per la scuola. La

professa Pelfini della Scuola Media Leonardo, sempre propositiva a iniziative che coinvolgano vari sport, si dice subito disponibile a collaborare.

Luogo di svolgimento della manifestazione il Capannone. Primo evento con le scuole che si svolge alla sede nautica del CUS Pavia. Le sezioni coinvolte nell'evento sono state Rugby, Pallavolo e Canottaggio. Il rugby, con Tommaso Marconi e Ricardo Attye, ha proposto una valutazione dei ragazzi sulle Skill Challenge di calci, mete e passaggi. Raffa Del Bo, per la pallavolo ha fatto delle mini partite. Entrambi questi sport erano posizionati nel campo da calcio davanti al Capannone.



Il canottaggio 100m al remoergometro, sul piazzale, con Elisa Mapelli, Marianna Filippi Pioppi e Arianna Bini. E infine gli alunni si sono fronteggiati su 60m di corsa, sulla ciclabile sotto i saggi consigli di Claudio Baschiera, Alessandro Carvani e dei due ospiti della mattinata Ferrarin e Vaccina. 70 sono stati i ragazzi che si sono presentati sabato mattina, in orario extrascolastico, con i loro genitori, molti dei quali sono rimasti per tutto lo svolgimento della mattinata. Fare questo evento di sabato ha avuto una doppia valenza. Innanzitutto il 29 settembre era il penultimo giorno della settimana dello sport. E poi volevamo lanciare il messaggio che lo sport non toglie tempo all'attività scolastica, ma anzi, è un valore aggiunto e si può fare indipendentemente dagli obblighi che ci vengono imposti, della scuola e dal lavoro quando si è più grandi.

Presenti all'evento, Michele Ferrarin, medaglia d'argento a Rio de Janeiro nel Para Triathlon e Tommaso Vaccina, pavese, maratoneta e campione italiano delle corse in salita. Hanno fatto un bellissimo discorso insieme ad Alessandro Carvani Minetti, su quanto lo sport ci mette in condizione di superare i momenti più difficili, le sconfitte che aiutano a diventare più forti e su quanto è importante praticare sport a scapito dei giochi elettronici e cellulari. Lo sport è socializzazione, è svago, è superamento di se stessi. Sono stati premiati i ragazzi e le ragazze prime classificate nei vari sport, sono stati premiati quelli di prima media che hanno primeggiato anche sui ragazzi più grandi e quelli che nonostante la prestazione non sia stata ottima si sono impegnati nel portare a termine al meglio la prova. Infine, il campione Maurizio Losi ha premiato la Scuola Media Leonardo, nello specifico la Professoressa Pelfini, per aver partecipato a questa nuova iniziativa che speriamo si possa ripetere il prossimo anno, con più scuole e più sport. Una mattinata di sport, che ha lasciato a tutti sicuramente un bel ricordo.

*Francesca Postiglione*



## Giornate FAI d'Autunno

scopri centinaia di luoghi con visite a tema



# DA UNA SPONDA ALL'ALTRA, ATTRAVERSO IL PONTE, GUARDANDO I BARCE'

**Domenica 14 ottobre 2018**

dalle 10.00 alle 17.30 (ultimo ingresso)

ritrovo presso il Club Vogatori Pavesi - via Milazzo

IN COLLABORAZIONE CON



CON IL PATROCINIO DI



MINISTERO  
PER I BENI E  
LE ATTIVITÀ  
CULTURALI



SOGGETTO DI RILEVANZA REGIONALE  
CON IL PATROCINIO DI



Regione  
Lombardia

SPONSOR



**APPUNTAMENTI DAL 10 AL 16 OTTOBRE****CANOTTAGGIO****13/10/2018**

a SALÒ (BS) - dalle ore 14:00  
GARA REGIONALE LAGO DI GARDA

**PALLAVOLO****11/10/2018**

a CERTOSA DI PAVIA (PV) - dalle ore 21:00  
FEMMINILE SERIE C  
VOLLEY CERTOSA - C.U.S. PAVIA

**13/10/2018**

a PAVIA PALACUS - dalle ore 18:00  
MASCHILE 1^ DIVISIONE UNDER  
C.U.S. PAVIA - CUSTEGGIO

a BRONI (PV) - dalle ore 18:00  
FEMMINILE 2^ DIVISIONE  
GYMNASIUM PALLAVOLO BRONI - C.U.S. PAVIA

a CARIMATE (CO) - dalle ore 20:30  
FEMMINILE SERIE C  
G.S. CARIMATE - C.U.S. PAVIA

a PAVIA PALACUS - dalle ore 21:00  
MASCHILE SERIE D  
C.U.S. PAVIA - G.S. WILLIAM VARESE

**14/10/2018**

a CASTEGGIO (PV) - dalle ore 17:00  
FEMMINILE 1^ DIVISIONE  
PALLAVOLO CASTEGGIO - C.U.S. PAVIA

a PAVIA PALACUS - dalle ore 18:30  
MASCHILE 1^ DIVISIONE  
C.U.S. PAVIA - PALLAVOLO ADOLESCERE VOGHERA

**RUGBY****14/10/2018**

a ROZZANO (MI) - dalle ore 11:30  
MASCHILE UNDER 18 A  
CAMPIONATO CUS PAVIA - PARABIAGO

a PAVIA CAMPO RUGBY - dalle ore 12:30  
FEMMINILE SERIE A  
CAMPIONATO CUS PAVIA - COLORNO

a PAVIA CAMPO RUGBY - dalle ore 15:30  
MASCHILE SERIE C  
CAMPIONATO CUS PAVIA - CUS TORINO

**CUS PaviaNEWS**

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

*Vietata la riproduzione anche parziale se non autorizzata.*

*Direttore responsabile: Fabio Liberali*