

RUGBY ♦ L'Amatori Genova ha scelto Gavi, con cinquanta ragazzi tra i dodici e i sedici anni, ma c'è anche chi ha preferito l'alta montagna

La Liguria scalda i motori nei campus

Tante società hanno approfittato della pausa estiva per far crescere i loro giovani e lo staff

Ormai quasi tutte le società del rugby ligure si sono adeguate ai tempi, e annualmente organizzano corsi di aggiornamento per i propri atleti, soprattutto per le categorie giovanili che rappresentano il futuro degli stessi movimenti. Anche in Liguria questo "modus operandi" sta facendo sempre più proselitismo e prendendo piede, contribuendo alla diffusione della palla ovale. Gli stage giovanili sono occasione per preparare i ragazzi all'inizio dell'attività agonistica della nuova stagione, e quest'anno c'è chi ha optato per la prestigiosa sede di Cervinia come il Genova Rugby, ma anche chi ha scelto località più facilmente raggiungibili da Genova.

A GAVI L'Amatori Rugby Genova, e le Società gemellate, per esempio, hanno organizzato il consueto e insostituibile campus a Pratolungo di Gavi Ligure. Cinquanta ragazzi compresi tra i dodici ed i sedici anni hanno usufruito della Casa Incontro don Luigi Cambiaso, svolgendo proficua attività nel vicino campo sportivo Luigi Carbone. Durante la prima settimana di settembre però non si è praticato solo rugby, ma i giovani atleti, oltre a rinsaldare la già esistente amicizia, hanno potuto impegnarsi nell'arrampicata su percorsi tracciati da specialisti, e poi giocare a volley, tennis, trekking. Alla tenuta equestre della Savvy Horse di Antonio Bono di Tegli/Ronco Scrivia, si è sviluppata il classico "battesimo della sella", mentre nelle cucine della Casa Famiglia l'inesauribile "Mamme Catering" ha lavorato sodo per soddisfare la folta

"truppa" di minirugbisti per quanto riguarda i momenti di svago. Davvero da applausi. Dunque, la collaborazione delle mamme del rugby ha nomi e cognomi: Giovanna Sericano, Sabrina Abbruzzese, Laura Merlo, Daniela Iovane, Elisabetta Deidda, Lara Barbieri, Francesca Muroli, Roberta Caniparoli, Chiara Natale.

Lo staff: Massimo Rattazzi (presidente), Paolo Barabino (Vice). Serie C - Ivano Repetti (all), Gianni Pastovicchio (dirigente). Under 18: Carlo Rivaro (all), Marco Marcellino e Giovanna Sericano (dir.). Under 16: Federico Rebora e Enzo Pannacci (all), Matteo Abbruzzese (dir.). Under 14: Marco Mastracci (all), Giulio Iozzino, Massimo Rebora, Alessandro Sacchini, Mauro Barbieri (dir.). Under 12: Felice Bisio e Sergio Di Bella (all), Roberto Rizzo (dir.). Under 19: Massimiliano Pettinari (all), Paolo Bocca e Silvano Uccoli (dir.).

CAP & C. Genova: Tullio Cevasco (presidente), Massimo Rattazzi (resp. sez. rugby), Raffaele Tornello (all U/10), Tazio Marcellino (all U/8), Daniele Borneto (all U/6).

Amatori Rugby Busalla: Paolo Costa (presidente), Gianni Pastovicchio (coord. tecnico), Giulio Iozzino (all U/16-14), Davide Novero e Silviu Sorica (all U/12-10).

Polisp. Alta Valbisagno: Paolo Maragliano (coordinatore), Piero Ottone (all U/16-14), Tazio Marcellino e Davide Borneto (all U/12-10).

Ist. Comprensivo Rivarolo: Massimo Rattazzi (coordinatore), Raffaele Tornello (all).

ROBERTO RONCALLO



Il rugby giovanile si sta diffondendo a macchia d'olio anche in Liguria: per questo diverse società hanno approfittato della pausa per organizzare campus e stage

CURIOSITÀ

Province

IN "RITIRO" CON GLI SCOUT

Le Province dell'Ovest hanno organizzato il campus estivo all'interno del campo scout "Il Rostiolo" dell'Agesci a Vara Inferiore. Il club biancorosso oltre a portare avanti con grande profitto i due raduni di Bedonia ed uno stage in terra transalpina, ha concluso la preparazione in questo splendido ed enorme campo base scout, ricco di attrattive naturali. Oltre all'apprendimento tecnico del rugby, ed alla preparazione atletica, mirata per le varie categorie tra gli Under 6 e U/18, più di sessanta giovani hanno trascorso un'indimenticabile settimana che ha rinsaldato l'amicizia fra tutti i partecipanti. Lo staff: Massimo Poggio (presidente), Paolo Barchi (vice), Flavio Turazzi (tesoriere), Alberto Mozzi e Roberto Registro (Team manager). Under 18: Paolo Ricchebono e Paolo Martucelli (all), Roberto Morabito (t/m). Under 16: Paolo Scarpa e Massimiliano Pesce (all), Stefano Carrea (t/m). Under 14: Edano Cottafava e Carlo Fossati (all), Ivano Baiardini (t/m). Under 12: A. Rossi e Paolo Barile (all), Alessandra Turco (t/m). Under 10: Manuel Piano e Adele Godani (all), Tomaso Ernst (t/m).

ATLETICA ♦ Addio a Valter Superina, che l'ha preparata da quando aveva 13 anni, Silvia si è trasferita a Roma per farsi allenare dall'esperto Gino Brichese

Salis cambia allenatore

«Male gli ultimi due anni»

Ci sarà un po' di magone nei cuori di Silvia Salis e Valter Superina dopo tante stagioni belle, esaltanti, nelle quali gioivano insieme due figure, quella da top model della lancia e quella da maturo insegnante di educazione fisica (e ex martellista) di Valter. Lo strapotere fisico di Silvia e il sapere di Superina (egli stesso martellista); un binomio vincente, con partecipazioni a due olimpiadi, a un mondiale, titoli italiani a go

e la prestigiosa vittoria ai Giochi del Mediterraneo di Pescara. Non sarà più così: ieri infatti Silvia ha deciso di cambiare allenatore: «Dire che io sia tranquillo e felice sarebbe un'ipocrisia - dice Superina - però le auguro tanti successi e una nuova carriera. Si è trasferita a Roma per farsi allenare da Gino Brichese, tecnico federale già conosciuto nei collegiali». Qualche campanello di allarme c'era già stato: «Non era per niente contenta del-



Silvia Salis e Valter Superina, il loro connubio si è sciolto ieri

le tre gare alle quali aveva preso parte ad inizio stagione. E dire che sembrava in una forma tale da fare il nuovo record italiano... Secondo me c'erano i tempi e i margini per recuperare l'eventuale terreno perduto, invece lei ha deciso così». Silvia, 28 anni ieri, ha scelto il giorno del compleanno per un comunicato ufficiale: «La stima per Valter ci sarà sempre. Mi ha preso come si prende per mano una bambina (avevo 13 anni) e mi ha insegnato a lanciare. Non è una scelta contro di lui, perché per me è stato come un padre». Ma se c'era questo legame così forte, perché il desiderio di cambiare? «Vengo da due anni nei quali non sono riuscita a esprimermi come

avrei voluto. Ripeto, dietro a questa decisione non esiste nessun risentimento nei confronti del grande lavoro che ha fatto Valter, al quale sono riconoscente». Gli addii lasciano un mix di sensazioni e anche di vuoto, forse. «Non voglio entrare nei dettagli - dice Valter - ma si potevano fare alcuni cambiamenti nel programma di allenamento e le cose sarebbero andate meglio. D'altronde non sono un allenatore a 360°, insegno educazione fisica e poi alleno. Andavo ai campionati europei a mie spese, tanto per dare un'idea. Comunque auguri Silvia». Forse era destino. Forse doveva andare così. La vita e l'atletica vanno avanti.

DANILO MAZZONE

"SPECIALE CARUGGINCURSA" ♦ Un fine mese decisamente scoppiettante per gli appassionati

Un sabato molto speciale prima della corsa "vera"

Caruggincursa è una kermesse che in programma sabato 28 e domenica 29 con un programma molto ricco, capace di accontentare tutti con iniziative nuove, innovative, in grado di attrarre e stimolare la partecipazione con un minimo comune denominatore di grande fascino come il centro storico e le sue vie.

Sabato sono in programma la kids run, la special run e la caruggintacchi. Tre manifestazioni in rapida successione, una dietro l'altra, con finalità diverse.

Alle 16 parte la Kids run, corsa di 1,3 chilometri riservata ai più giovani. Si tratta di un circuito pianeggiante che si sviluppa attorno ai Magazzini del cotone e rappresenta un mezzo valido per avvicinarsi all'atletica. L'anno scorso a correre sono stati oltre duecento ragazzini e ragazzine, davvero scatenati, capaci di scatenare l'entusiasmo dei presenti. Alle 17 c'è lo special sprint, corsa veloce per i diversamente abi-

li, manifestazione fatta apposta per favorire un discorso di integrazione sociale e di aggregazione.

Alle 19 in prossimità della palestra del mandracchio parte la "Caruggintacchi", sprint di sessanta metri dalla particolarità tutta speciale: infatti le concorrenti gaggeranno proprio calzando quei tipi di scarpe simboli della femminilità. La corsa di velocità vuole richiamare l'attenzione sul ruolo della donna nella società, non solo nello sport, e sui diritti dell'altra metà del cielo.

Una gara che ha riscosso un successo forse anche inaspettato, imprevisto, e che probabilmente quest'anno avrà alla via anche esponenti di primo piano dell'atletica ligure.



COME ARRIVARE PREPARATI

DIECI GIORNI AL VIA

Si entra davvero nel vivo della preparazione. Questa è la settimana cruciale. Dopo l'introduzione alla corsa fatta nei giorni precedenti, si curano di più i ritmi gara.

Primo giorno: Due volte quindici minuti di corsa continua intervallati da cinque minuti di camminata. Si consiglia un percorso pianeggiante.

Secondo giorno: venti minuti di corsa continua. Al termine, dieci allunghi da cento metri con cento metri di camminata. Gli allunghi non devono essere degli scatti, ma tratti di corsa durante i quali aumentare gradatamente la velocità.

Terzo giorno: Due volte quindici minuti di corsa continua intervallati da cinque minuti di camminata. Si può aggiungere un giorno a base di venti minuti di corsa continua.

Consigli per la corsa: arriva l'autunno. In caso di pioggia occorre coprirsi di più il torace e gli arti superiori. Non guasta un cappellino. Se proprio diluvia o piove molto, si può ripiegare (potendo) sul tapis roulant in palestra rispettando lo stesso schema