> grafica pubblicitaria
> siti internet
> editoria
> fotografia industriale
36075 Alte Ceccato (VI)
tel 0444 491163
info@grupposedici.com
www.grupposedici.com
16
GRUPPO S.EDI.C.I. SRL

Sport Montecchio
Anno 14 - n. 12 Dicembre 2020
E-mail: mmvi@libero.it

SAF

Direttore Responsabile: Rosanna Frizzo - Redazione, Grafica e Pubblicità: Gruppo Sedici - Montecchio Maggiore - tel. 0444491163 - mmvi@libero.it - Foto: Sandro Scalabrin - Stampa: Gr Grafiche - Reg. Tribunale di Vicenza n. 1159 del 26/11/07

Scarica il PDF

www.facebook.com/sportmontecchio

LE FOTO DEL MESE

I campi da calcio desolatamente vuoti in attesa di una ripresa che si fa sempre più lontana...

Diego Armando Maradona

Maradona. Un genio, non un esempio. Un genio del calcio, uno dei top di sempre. Forse, per certi versi, il top dei top. Maradona. Capace di palleggiare come un giocoliere, di superare atleti meglio strutturati fisicamente, di saltare più in alto di un portierone —lui che piccolino era— di fare gol da posizioni impossibili, di gabbare calcisticamente anche il difensore più smaliziato, di vincere da solo una partita, di trascinare i compagni di squadra anche meno dotati a vittorie mondiali.
Maradona.
Diego. Un ragazzo venuto su nel fango delle periferie povere. Anzi, poverissime. Generoso con gli altri, un ragazzo di cuore immenso, capace di ridere e di piangere. Vero, genuino, con la voglia di stare con i più deboli, i meno fortunati. In grado di dare loro un motivo per sorridere, esultare, dimenticare le tristezze di una vita poco fortunata. Capace di farsi amare dal popolo, anzi, dai popoli, Diego.
Armando. Un uomo fragile, insicuro, preda di finti amici opportunisti e perdivita. Persone che lo hanno introdotto ed accompagnato nei meandri della droga, delle avventure di sesso meno edificanti, di una vita dissoluta, di uno stile condannabile, di percorsi che gli hanno tolto prima anni di calcio e poi – adesso – anni di vita.
Armando.
Addio Diego Armando Maradona. Forse il meglio. Sicuramente l'unico "Pibe de oro".

Ernesto Galli

Ciao Ernestone. Ernesto Galli, il portiere del Real Vicenza, l'uomo che parava senza guanti, capace di parare anche qualche rigore. Bravo lui che ha parato quelli che hanno fatto la storia del Real Vicenza. Di quella squadra che cominciava con il suo nome per arrivare a Rossi, Faloppa, Filippi.
Chi ha avuto la fortuna di vedere allo stadio quella squadra non si dimentica di nessuno di quei giocatori. E non si dimentica di Ernestone. Riservato e schivo anche quando andava sotto la curva a salutare i tifosi Ultras, dopo una vittoria.
Il Covid lo ha portato via, in modo silenzioso come la sua vita professionale, da solo come un portiere è – sempre – nella sua partita. Lo ha portato via, ai suoi famigliari, ai suoi amici, ai suoi tifosi.
Ciao Ernesto Galli.

Maurizio Scalabrin

Sciare o non sciare a Natale?

R.F. Questo è il dilemma? Si spera di no!
Il buon senso dovrebbe accompagnare queste scelte sia dalla parte degli appassionati che da parte degli operatori turistici.
Per decidere si faccia riferimento all'esperienza. Le settimane bianche nel febbraio scorso hanno causato un picco dei contagi che poi ha pesato in modo drammatico sulla Lombardia e in particolare sulle province di Bergamo e Brescia. Le immagini di assembramenti agli impianti, nei rifugi in quota non erano fake picture.
Ora si parla di regole, di distanziamento obbligatorio, di controlli serrati, di contingentare gli sciatori perché non si può far morire il turismo montano. E anche questo è un dato da considerare perché di quel turismo vivono molte famiglie.
Il dilemma è grande: tutti hanno ragione, ma di fronte ai dati dell'epidemia e dei tanti morti è necessario essere realisti.
L'estate ha insegnato che gli italiani da turisti non sono molto affidabili. Anche quest'estate c'erano le regole, ma quanti le hanno rispettate? Gli operatori avevano investito denaro e denaro per attrezzarsi, e tutto è andato in fumo perché non si è resistito al rito dell'apericena, dello spritz in spiaggia o della discoteca.
Un altro dato: immagini recenti dicono che ancora non si è abituati al distanziamento e i governatori delle regioni hanno dovuto intervenire contro i ritrovi in piazza o nei centri commerciali.
Un altro dato non meno importante è che la crisi economica sta attanagliando le nostre famiglie. Molti lavoratori sono ancora in cassa integrazione e certo non potranno trascorrere le vacanze in montagna. Messi insieme tutti questi elementi, si usi un po' di saggezza.
Se non si potrà andare in montagna a Natale, si potranno fare le settimane bianche a febbraio, quando forse la curva dei contagi si sarà abbassata. In fondo la stagione estiva è iniziata a fine giugno e tutto sommato alberghi e villaggi turistici si sono in parte salvati. Un po' di pazienza per ripartire e soprattutto si cerchi di essere un po' più solidali con chi è in difficoltà.

Giovanili Calcio Montecchio: Allievi Regionali Elite

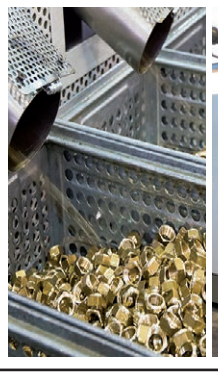
Nordic walking a Montecchio Maggiore

Il personaggio del mese: Lele Fongaro

RICORDI

R.F. Anni fa, tempi che oggi ci sembrano lontanissimi, arrivava la domenica, attenzione, solo la domenica pomeriggio e, immediatamente dopo il pranzo della festa, iniziava per gli appassionati di calcio il rito della radiolina, o meglio dei transistor, i primi apparecchi a pile che si potevano portare ovunque, soprattutto fuori di casa perché non sempre mogli, sorelle, mamme e nonne erano contente di "sentire il calcio".
Chi preferiva passeggiare, chi cercava una panchina nel parco, chi si incontrava con qualche amico, chi raggiungeva i campi di gioco delle categorie minori, chi saliva sugli spalti degli stadi più blasonati, comunque tutti rigorosamente con il transistor all'orecchio per seguire la trasmissione radio cult dello sport italiano, "Tutto il calcio minuto per minuto".
Ogni domenica collegamenti da quasi tutti gli stadi per seguire la diretta radio di 5-6 minuti dei match di cartello, ma con aggiornamenti continui da tutti i campi, cosicché era sempre motivo di grande ansia l'intervento dallo studio: "Scusa Ameri, intervengo dallo stadio Menti di Vicenza perché il Lanerossi è passato in vantaggio, gol di … "
E così per tutte le azioni più importanti.
Si ascoltavano i resoconti dei radiocronisti, le descrizioni minuziose delle azioni colte nel momento dello svolgimento. Nessuna immagine, solo le parole, solo la capacità del commentatore di dare l'idea.
Il vocabolario di ciascun ascoltatore si arricchiva di un lessico molto specialistico, per lo più anglosassone, ma il traversone era una chiara immagine della palla che attraversava un tratto ampio del campo e andava a planare sul piede dell'attaccante pronto a dribblare lo stopper, entrare i area e…
Ascoltare la partita è molto diverso dal vederla in TV.
I commentatori ci sono anche nella diretta televisiva, ma la situazione è differente, è completamente diversa la concentrazione.
Il telespettatore, rapito dalla sequenza di immagini, non sempre si fissa sulle parole, nonostante i commentatori ci siano e siano molto competenti.
Insomma la partite alla radio era un bell'esercizio mentale!
Finita la partita si correva a casa per '90° minuto' e quindi il secondo tempo della partita più interessante della domenica.
Poi arrivarono le radio libere e allora si poteva seguire la partita della propria squadra in diretta con collegamenti non sempre facili, per lo più gracchianti, ma si poteva accompagnare la propria squadra sempre.
Un ulteriore passo in avanti con la pay-tv per arrivare all'oggi: il calcio è nelle mani delle TV a pagamento, la sua sopravvivenza è legata alla politica dei diritti televisivi. Oggi, mentre ovunque aumentano le restrizioni per fare e seguire lo sport a causa del Covid, l'unica possibilità di seguire eventi sportivi dipende dall'avere o non avere un abbonamento ad una Pay-tv.
Prima del virus, che minaccia la nostra quotidianità, si poteva andare allo stadio o al bar dove trasferire l'esperienza degli spalti. Ma oggi non si può! Restano le piattaforme on line, anch'esse a pagamento.
Non è quindi un caso che in questo periodo siano aumentati i casi di pirateria sul web: esperti hacker creano piattaforme che rubano le trasmissione di programmi a pagamento.
E proprio ad inizio novembre si è svolta, da parte della Guardia di Finanza, una vasta operazione anti pirateria che ha in parte coinvolto anche il nostro territorio.
Durante la partita Cagliari-Sampdoria sulle tv, sugli schermi dei computer o degli smartphone comparve un cartello della GdF che indicava la fruizione di un servizio streaming illegale . Non solo, l'annuncio si concludeva con un terribile avvertimento che deve aver messo in apprensione molti utenti di queste piattaforme pirata: "I dati di accesso costituiscono materiale probatorio a disposizione dell'autorità giudiziaria."
Come dire, "colti sul fatto" e giustamente perché sappiamo tutti che c'è un mondo sommerso, il deep web, dove avvengono molte azioni illegali e che non riguardano solo il mondo delle dirette sportive streaming a pagamento. Anche il mondo del cinema, della musica, dell'arte in generale ne paga le conseguenze.
Per quanto riguarda lo sport, da quando le Pay-Tv hanno preso il sopravvento tutto lo sport è cambiato. Le Tv si comprano il diritto di trasmettere gli eventi e con quel denaro finanziano le società sportive. Così cambiano tutte le abitudini dell'appassionato di sport. Match e partite a tutte le ore, si arriva addirittura al paradosso che la domenica conti in cartello un paio di partite e non di grande richiamo.
In questa situazione vien da pensare che erano molto più fortunati gli sportivi di qualche decennio fa: almeno loro avevano i transistor e potevano seguire la propria squadra del cuore gratis e ogni domenica!
E poi, vista la situazione condizionata dalla epidemia Covid, non sarebbe male che qualche partita o qualche evento fosse trasmesso in chiaro, proprio per dare a chi non si può permettere un abbonamento, di vedersi un pezzetto di partita e non ricorrere alle offerte pirata.
E perché lo sport sia veramente per tutti!

AMS
SAF GROUP
A.M.S. S.p.A.
Via Casalin, 3/A - 36044 Val Liona (VI) Tel. 0444/889839 - Fax 0444/889495
www.ams-spa.it e-mail: info@ams-spa.it
PARTICOLARI TORNITI IN ACCIAIO INOX, OTTONE, ECOBRAS E RAME



CARE, BELLE, VECCHIE, TRADIZIONALI, FESTE DELLE SOCIETA' SPORTIVE

R.F. Cari lettori di SportMONTECCHIO, vorremmo che augurarvi un Buon Natale fosse qualcosa di più di una buona tradizione.
Siamo nel pieno di una bufera che ci auguriamo passi in fretta, ma ormai abbiamo imparato che un piccolo spiraglio di speranza è appunto un piccolo segno di cambiamento molto lento. Ci vorrà ancora tempo, per poter uscire dalla pandemia e avverrà solo se tutti ci impegneremo per farlo: rispettare le regole - distanziamento, mascherine, igiene- , avere pazienza, capire che rinunciare a qualcosa oggi permetterà di ripartire in sicurezza.
Arriverà il vaccino e questo ci permetterà di riprendere i nostri ritmi di vita e quindi anche fare sport, andare in palestra, in piscina, andare in montagna per sciare e soprattutto potremmo tornare a tifare per le nostre squadre e far allenare i nostri ragazzi.
Ma oggi c'è ancora bisogno di attenzione, di fiducia nelle istituzioni, nei medici, negli scienziati e soprattutto dobbiamo aver pazienza.
Sarà un Natale diverso, più sobrio come ipotizzano i più, ma sarà pur sempre Natale ed è giusto celebrarlo e finalmente sarà il vero Natale, quello non solo delle luci e dei regali, ma dell'amore, della famiglia, della serenità e della speranza.
Non ci saranno le feste tradizionali delle società sportive, ma c'è SportMontecchio che in questo numero vi permetterà di rivivere quelle del passato perché siano di buon auspicio per il futuro.

GIOVANILI CALCIO MONTECCHIO: ALLIEVI REGIONALI ELITE 2004

Il mister Coppola: un gruppo molto buono che deve ancora crescere. Peccato per lo stop...

Federico Coppola

S.S. Con il mister Federico Coppola parliamo di questa stagione pazza...
"Si è iniziato subito con un colpo di scena. Il campionato che avrebbe dovuto iniziare a fine settembre è stato improvvisamente anticipato di due settimane. Uno 'scherzetto' della Federazione che ci ha un po' scombussolato tutta la programmazione, sia degli allenamenti che delle amichevoli. Inoltre i ragazzi che alleno incominciano ad avere dei fisici 'importanti', quasi da adulti e non si può improvvisare mettendoli in campo come per i Pulcini...
E poi era il primo anno che li allenavo, dovevo conoscerli ancora e anche dal punto di vista tattico c'è stato poco tempo per lavorare prima dell'inizio del campionato. Comunque, non voglio lamentarmi. Noi facciamo sempre quello che la federazione decide."
Raccontaci com'è stata la preparazione. Di sicuro diversa da tutte le precedenti...
"I ragazzi venivano da mesi di inattività. Gli era stato dato un programma di allenamento individuale, ma capisco la difficoltà di portarlo avanti con attenzione e regolarità.
All'inizio è stata sicuramente dura. E comunque, data la situazione, abbiamo rivisto la scaletta degli allenamenti partendo in una maniera più 'soft', perché gli infortuni potevano essere per tutti dietro l'angolo."
Nel biennio precedente hai seguito i 2003...
"Sì, sono stati due anni pieni di soddisfazioni, sia per la crescita dei ragazzi che per i risultati. Inoltre alcuni di loro, seppure in età da Juniores, sono balzati direttamente in Prima squadra. Un orgoglio per me e un in bocca al lupo per loro che si faranno certamente valere: Alberto Meggiolaro, Matteo Boscaro."
Se potessi scegliere di allenare una Prima squadra, lo faresti?
"Al momento devo proprio dire di no. Trovo che allenare gli Allievi sia un'esperienza davvero appagante. Credo che questa età dei 16-17 anni sia la più importante per 'inquadrare' un calciatore. E' questo il momento in cui dal punto di vista tecnico, ma soprattutto tattico plasmi il giocatore. Inoltre questa è l'età in cui si diventa 'grandi', una responsabilità non da poco per degli allenatori che vogliano essere anche degli educatori. E qui mi riallaccio alla filosofia che accomuna tutte le giovanili del Montecchio: si cerca di creare dei calciatori ma soprattutto di fare crescere al meglio dei ragazzi che diventeranno uomini. L'ambiente sano che si respira qui nel Montecchio è per noi allenatori un grande valore e una garanzia."
Che gruppo hai 'sotto le mani'?
"Un bel gruppo, di qualità. Anche se abbiamo fuori tre ragazzi di valore a cui facciamo gli auguri, Pinton, Zanella e Savegnago.
Una rosa di 22 ragazzi, un numero ampio che ci permette di avere almeno due ragazzi per ogni ruolo perché è con la competizione che si cresce."
Secondo te quale sarà il futuro della stagione?
"Tra le voci che circolano c'è quella più probabile di un campionato giocato solo con il girone d'andata.
Ma la cosa più importante è che questa pandemia si affievolisca e sparisca e che si possa ritornare al più presto alla (semi)normalità."

A2 FEMMINILE VOLLEY RAMONDA: SITUAZIONE DELICATA

Ancora molto critica la classifica dell'Unione Volley Montecchio che nell'ultimo mese nelle due gare disputate ha ottenuto 2 sconfitte 0-3 in casa col Vallefoglia e 3-1 a Talmassons.
Con 9 gare disputate sulle 16 della prima fase, il Montecchio è purtroppo fanalino di coda con appena 3 punti racimolati.
Preoccupa in particolare il fatto che le ragazze del Presidente Carla Burato non diano un evidente segno di reazione.

A3 MASCHILE SOL LUCERNARI: UN CAMPIONATO A SINGHIOZZO

Continua molto positiva la marcia del Sol Lucernari, dopo sette giornate e cinque gare disputate i ragazzi di Giovanni Vencato sono secondi a 10 punti. Il problema maggiore di questo campionato a singhiozzo sta nel rinvio di tante partite causa covid.
Il Montecchio è tra i 'fortunati' perché in 7 gare ne finora ha 'perse' solo 2, dopo l'ultimo recupero vittorioso col San Donà, ma ci sono squadre che sono riuscite a giocarne solo una (il Bolzano). Che 'regolarità' può avere un campionato di questo tipo? L'unica consolazione è che alla fine non ci sarà nessuna retrocessione...

SPORTIVAMENTE MONTECCHIO

Il video di SportivamenteMontecchio — Vedi il video su FB

Continuano le trasmissioni di *Sportivamente*Montecchio che hanno riscosso tanto successo questa estate.
Nell'ultima del 18 novembre ci siamo occupati della stagione 2020 del Pattinaggio Alte con il suo Presidente Antonio Grotto, la coach Adriana Abraham e il nazionale Manuel Ghiotto.
Una stagione con tanti successi da parte del pattinatore di punta Manuel Ghiotto ma anche una crescita costante per tutto l'ambiente neroverde con prestazioni lusinghiere di Ilaria Ronzani, Alessia Maggio, Leonardo Fantato, Elia Meggiolaro, Luca Ghiotto, Pietro Albera...
Grande soddisfazione per Antonio Grotto e Adriana Abraham, anche se resta il rammarico che se non ci fosse stato il covid di mezzo, sarebbe stata una stagione ancora più esaltante.
Ma si deve comunque vedere il bicchiere mezzo pieno, piuttosto che mezzo vuoto, tenendo presente che altri sport hanno avuto la stagione completamente rovinata...

PATTINAGGIO ALTE CECCATO

PRESTIGIOSI RICONOSCIMENTI DEL CONI ALLA SOCIETA' NEROVERDE CON LA STELLA DI BRONZO E AL COACH ADRIANA ABRAHAM CON LA PALMA DI BRONZO

Due benemerenze sportive che danno lustro a tutto lo sport di Montecchio.
Le parole di Adriana Abraham: "Sono molto orgogliosa per il Pattinaggio Alte. In tutti questi anni abbiamo lavorato tanto e credo proprio che ci meritiamo questo riconoscimento.
Se penso quando siamo partiti e dove siamo ora vedo un percorso pieno di soddisfazioni. Merito del nostro impegno, dei ragazzi e delle ragazze che si sono cimentati in questo sport particolare, dei loro genitori che ci hanno sempre supportato e delle varie Amministrazioni comunali che, ha prescindere dal colore politico, hanno sempre creduto in noi.
E poi questi riconoscimenti sono come una ciliegina sulla torta visto che celebriamo i 25 anni della società. Una coincidenza che ci rende ancora più felici.
A livello personale devo dire che sono commossa. Il mio lavoro a cominciare dai piccolini fino ai più grandi mi ha dato tantissime soddisfazioni, oltre che lusinghieri risultati. La Palma di Bronzo che mi è stata assegnata è un motivo in più per andare ancora avanti con grande determinazione e speranza per il futuro. E poi i Mondiali sono sempre più vicini..."

IL PERSONAGGIO DEL MESE. LELE FONGARO, VITA DA BIKER

Lele Fongaro

In sella ad una delle sue Vespe customizzate

Di scorta al Presidente Cossiga con una Guzzi 500

Sempre in sella anche ora...

Matrimonio ovviamente... su due ruote con Cinzia

Lele durante uno spettacolo

S.S. La prima volta che SportMONTECCHIO incontrò Lele Fongaro fu nell'ottobre 2007. Aveva letto il n. 0 appena pubblicato a settembre e ci contattò per farci conoscere suo figlio Samuel, una promessa del ciclismo.
Quello che ci aveva colpito di Lele era il suo grande entusiamo, la sua simpatia e il suo modo di fare.
Qualche anno dopo, l'avevamo reincontrato per Montecchio Motori...
"Sono un Montecchiano DOC -esordisce Lele- ho sempre 'vissuto' il paese ed ho una innata passione per le feste, le manifestazioni e i motori, soprattutto adoro le due ruote.
Da giovane, con gli amici di Piazza Carli, si prendevano le nostre Vespe e si facevano delle tre giorni di concerti nella pineta di Brendola, le cosiddette 'Anti Babilon'. Molti cinquantenni come me se le ricordano ancora.
Nell'89 ho comprato una vera moto e ho incominciato a seguire il movimento dei biker. Con quelli del 'Buffalo Group' ho girato in lungo e in largo l'italia. Nel 2001 sono entrato nei 'Born to be Wild'. In quel periodo ho conosciuto Marco Marchetti, Mauro Cerato, Carlo Ghiotto, Silvio Parise, gli organizzatori di Montecchio Motori e mi sono offerto di portare nella grande kermesse castellana qualcosa di diverso. Da allora ogni anno nuovi spettacoli con musica dal vivo, balli americani, stuntmen, freestyle, gare di tuning, macchine USA, Harley Davidson... quello che io chiamo 'americanate'. Siamo anche riusciti a offrire il viaggio in elicottero..."
Una manifestazione che tutti ricordano con nostalgia...
"Tanti mi chiedono ancora di ricominciare. Purtroppo era diventato un 'circus' troppo grande e con troppe responsabilità. Ma mai dire mai."
Montecchio Motori non era però solo motori, musica e divertimento, ma anche solidarietà...
"Non per nulla il nostro motto era 'Per chi ha il cuore che romba di solidarietà'. Noi cercavamo di divertire e di divertirci, ma pensavamo anche a quelli più sfortunati...
E questo 'must' me lo sono portato dietro in tutte le manifestazioni che ho organizzato come i motogiri di Natale o di primavera sui nostri colli montecchiani o i 'Toy Run' a Vicenza in Campo Marzio.
Per me essere biker è uno stile di vita. Amo le moto, le cromature, la libertà, la musica, il divertimento, ma anche il rispetto, l'amicizia e la fratellanza. Parole spesso abusate di questi tempi..."

Pineta di Brendola

Con un gruppo di amici a Montecchio Motori

IL NORDIC WALKING A MONTECCHIO MAGGIORE, E NON SOLO...

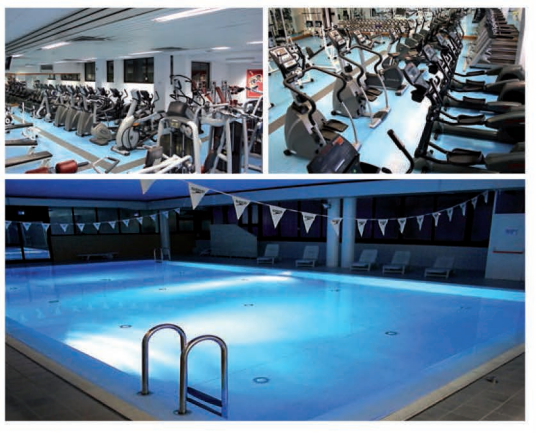
Uno sport all'aria aperta che permette di utilizzare tutti i muscoli del corpo e di godere la bellezza dei nostri colli

Silvano Bettega con Flavio Xompero e Andrea De Cao

Qui e sotto due suggestive immagine notturne

S.S. Silvano Bettega, Presidente del Nordic Walking Montecchio, è piuttosto soddisfatto...
"In questo periodo di covid anche il nostro gruppo ha avuto un contraccolpo. Da oltre 300 dello scorso anno siamo arrivati a circa 170 iscritti attuali. Anche se si sta all'aria aperta, e dunque non c'è nessun pericolo, molti hanno paura del contagio e decidono di stare a casa.
Li capisco perché se uno non si sente sicuro non riesce sicuramente a godere in modo completo il camminare all'aria aperta come facciamo noi.
Tra l'altro, nonostante non sia obbligatorio, per nostra scelta teniamo tutti la mascherina anche nei giri che facciamo di giorno o di notte. Una precauzione in più che non guasta... anche perché in questo modo si possono anche fare 'due chiacchere' in totale sicurezza."
Silvano, soprattutto in questo periodo, si possono godere tutti i colori e le sfumature dell'autunno, e i nostri colli possono offrire degli scorci bellissimi, ma di notte le emozioni sono forse maggiori...
"Ogni periodo dell'anno ci propone un modo diverso di apprezzare la natura dei nostri colli, ma di notte c'è davvero qualcosa di magico. Le nostre 'passeggiate' con i bastoncini partono da tre punti precisi: davanti alla sede comunale, dalla nostra sede di Santissima Trinità (ex Scuole Elementari) e da Sant'Urbano (ex Poste). Succede talvolta di intravedere una scia luminosa che 'serpeggia' verso di noi tra il buio, una scena davvero 'natalizia'. Sono i nostri amici che sono partiti da un punto diverso."
La vostra associazione è molto attiva...
"In tempi 'normali' ogni mese facevamo una gita in montegna. Poi c'erano le 'anguriate', la cioccolata calda, le caldarroste... Di questi tempi tutto ciò non è più possibile. Oltre alle passeggiate settimanali facciamo però delle scorribande domenicali anche lontano dai nostri colli. Ad esempio a Valmarana o al Lago di Fimon. Il nostro vanto è il Nordic Walking Park, il più grande d'Italia con ben 11 sentieri per oltre 80 Km. Ce lo invidiano tutti per la bellezza dei percorsi di varia lunghezza e difficoltà, per la chiarezza della segnaletica e la cura in cui sono manutenuti. A mantenerli sempre percorribili sono gli amici del Gruppo dei Trodi con il loro prezioso lavoro.
Siamo pure orgogliosi di aver tenuto dei corsi a livello nazionale per maestri di nordic walking con partecipanti anche da molto lontano, ad esempio dalla Sicilia, che hanno apprezzato tantissimo i nostri sentieri..."
Un motivo in più per avvicinarsi a questo sport all'aria aperta che trasmette tanta energia e buone sensazioni...

MAX Fitness Center
FITNESS - PISCINA - SQUASH - RIABILITAZIONE - AREA MEDICA
RIABILITAZIONE
FITNESS
PISCINA

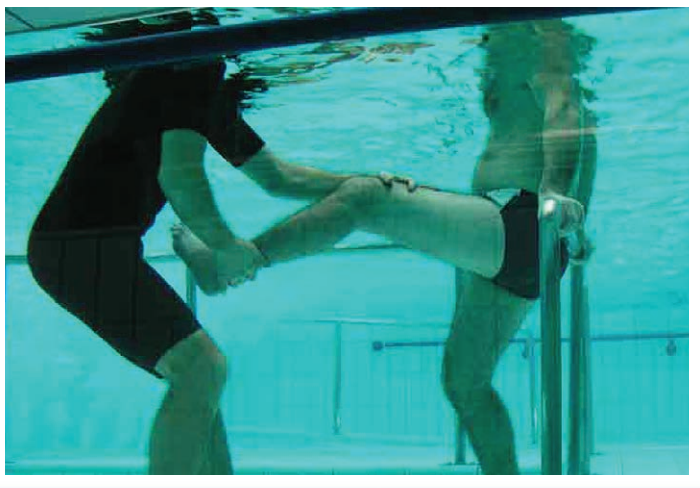


Viale Trieste 89 - Montecchio Maggiore (VI)
Tel. 0444/491915 Cell. 333/2859853
www.centromax.it Facebook: MAX s.r.l.

IDROKINESITERAPIA

Lo staff del MAX

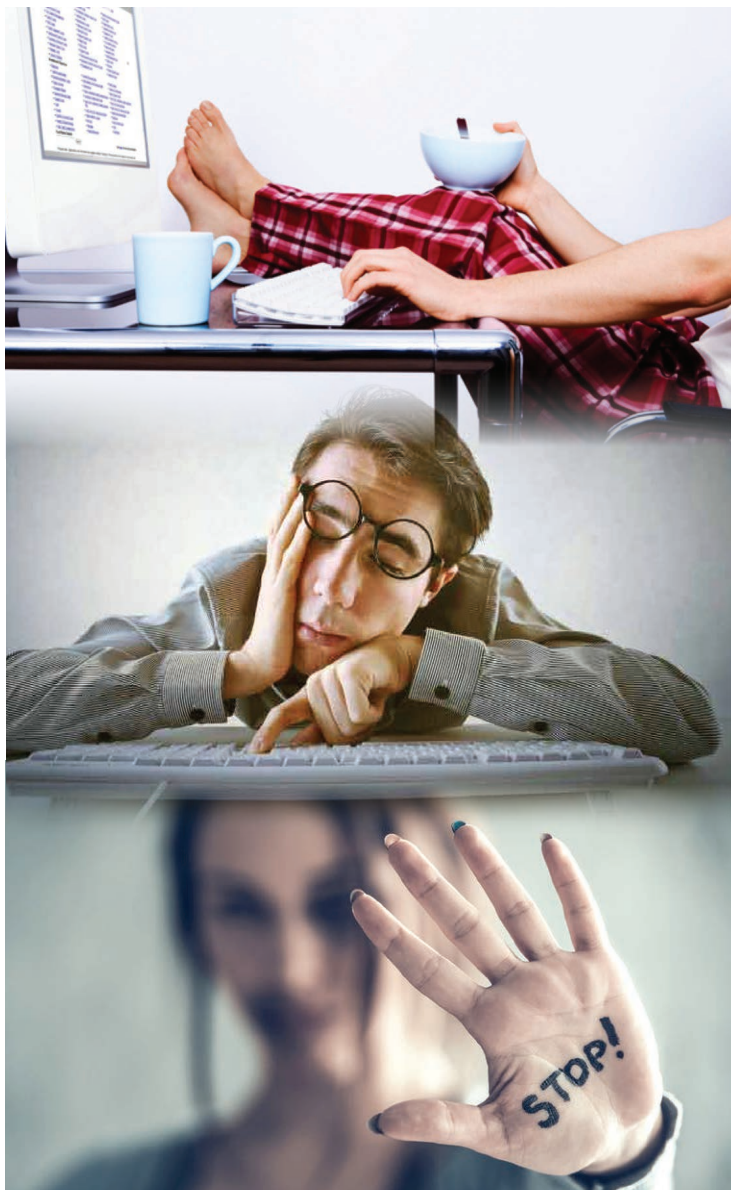
La riabilitazione in acqua calda (almeno 30°) o idrokinesiterapia è un importante metodo riabilitativo sia per disturbi muscolo-scheletrici che per quelli neurologici.
I vantaggi principali sono legati al fatto che in acqua si "pesa di meno" riducendo quindi lo stress articolare e il dolore percepito, e che la resistenza dell'acqua stessa è più elevata dell'aria e non varia durante tutto l'arco del movimento quindi il lavoro muscolare è più intenso.
Gli obiettivi che il terapista si prefigge sono la diminuzione del dolore, recupero della funzionalità, miglioramento di forza, controllo del movimento ed equilibrio. L'idrokinesiterapia può essere graduata nell'intensità variando il lavoro a diverse altezze dell'acqua (maggiore è la profondità minore è il peso e quindi la fatica muscolare) aumentando l'ampiezza dei movimenti, la velocità oppure utilizzando attrezzi che creino più resistenza. Vi aspettiamo al MAX



LO SAPEVATE CHE?

RUBRICA DI CURIOSITA', INFORMAZIONI E CONSIGLI UTILI

ANCHE LE NEUROSCIENZE STUDIANO IL COVID



Il covid accompagna la nostra vita da quasi un anno! Alcuni ipotizzano che circolasse fin dal mese di novembre del 2019. Di certo sappiamo che ha cambiato le nostre abitudini, le nostre vite. Ha condizionato la salute della popolazione mondiale e di conseguenza l'economia, la vita politica, le relazioni sociali, la cultura, lo sport.

Per questo vi segnaliamo un approfondimento, disponibile anche in rete, del Neuroscience Lab di Intesa San Paolo Innovation Center.

In "Pandemia da Covid-19: l'impatto sul benessere socio emotivo in una prospettiva neuro scientifica" si spiega ciò che accade nel nostro cervello in situazioni di paura ed ansia.

Scopriremo che molti atteggiamenti, anche quelli che ci fanno tanto arrabbiare come aggressività, insofferenza, inclinazione al razzismo, al negazionismo, al complottismo, fino anche alla violenza domestica soprattutto verso le donne, sono figli di quanto sta accadendo, delle restrizioni cui siamo sottoposti, della mancanza di relazioni e di incontri, dalla paura di ammalarsi.

Lo stress va prevenuto e combattuto con esperti di salute mentale e servizi di counseling psicologico che operano anche in rete, ma anche il nostro comportamento può fare molto.

Gli esperti raccomandano di stabilire una routine quotidiana con spazi e tempi distinti tra attività lavorativa e non, azioni ricreative ed esercizio fisico, senza dimenticarci di curare il nostro aspetto.

Praticamente è sbagliato lavorare in smart working in pigiama.

E' bene prendersi cura del nostro aspetto sempre.

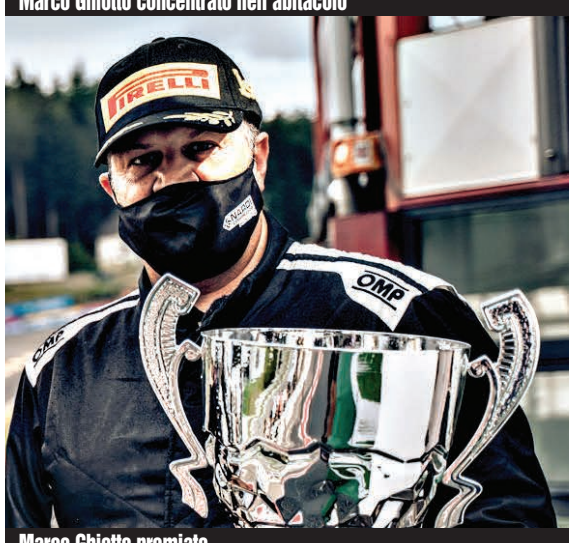
Non dimentichiamo poi che l'uomo rispetto agli altri mammiferi ha la caratteristica di vivere in gruppo all'interno del quale gestisce relazioni che sviluppano capacità e potenzialità. Noi viviamo di comunicazione, se questa viene meno cresce l'ansia che sviluppa stress, irritabilità, insonnia, confusione.

Che fare allora? Lo studio ci invita ad incontrarci on line, a telefonare agli amici, a tenerci informati, senza farsi condizionare eccessivamente dagli imbonitori dei talk show. Ma soprattutto ricordiamoci di crearci piccoli spazi confortevoli dove cercare una pausa dai pensieri cattivi. Se poi lo facciamo lungo i sentieri delle nostre colline, metteremmo insieme relax e bellezza, armi micidiali contro l'epidemia.

MARCO GHIOTTO FA IL BIS NEL BOSS GP CHAMPIONSHIP

Straordinario risultato per il portacolori della Scuderia Palladio in una stagione travagliata, pazza e avvincente fino alla fine

Marco Ghiotto concentrato nell'abitacolo


Marco Ghiotto premiato

S.S. Grande soddisfazione per il Montecchiano Marco Ghiotto che riesce a bissare la vittoria della scorsa stagione.

Marco, si sa che riconfermarsi è spesso più difficile della prima volta...

"Quest'anno, poi, con tutte le incertezze date dalla pandemia, è stato tutto più complicato.

Certamente il fatto di conoscere bene la macchina e la categoria mi è stato utile, ma tutte le incertezze date dalla situazione contingente in cui si sapeva quasi all'ultimo momento se si poteva gareggiare o no è stato molto stressante. E per fortuna siamo riusciti a 'salvare' il campionato riuscendo a correre 4 gare su sei: Imola, Spa, Brno e Mugello..."

In questa stagione la Nardi Racing ha seguito non solo te ma anche un 'cliente' tedesco...

"La mia passione per le auto, mi ha permesso di evolvere e di costruire un team anche per altri piloti. Il primo ad entrare nel team è stato il tedesco Walter Steding, anche lui targato Scuderia Palladio, che, nonostante i suoi 71 anni, ha brillantemente conquistato il terzo posto finale. Una grandissima soddisfazione per noi e anche per lui che ha apprezzato tantissimo il nostro lavoro. Ad Imola e al Mugello si è poi aggiunto anche il pilota estone Bruno Jarach."

Davvero complimenti! Un team così vincente deve avere professionalità di altissimo livello...

"Certamente. E per questo voglio ringraziare tutti i componenti. A cominciare da Simone Muraro che è quello con più esperienza di tutti e che ci lavora full-time, mio suocero e mio cognato Vittorio e Luca Venturi, Alessandro Baldo, l'ingegnere di pista che l'anno scorso non avevamo perché mi scaricavo e interpretavo io da solo i dati della telemetria, Cristian Carlotto che porta in giro il camion del team, Alessandro Nicoletti che corre anche nei Rally e 'il jolly' Piero Manzelli. Non posso dimenticare mia moglie Barbara che spesso ci segue e ci supporta con grande passione."

Le macchine che guidate sono delle monoposto superperformanti, delle Formula 2 vecchie di 2-3 anni che sembrano dei razzi. Qual è il tuo approccio nei confronti del mezzo?

"Ci sono piloti anche nella mia categoria, di cui preferisco non fare il nome, che vogliono 'domare' la macchina, quasi come fosse un 'nemico' da sconfiggere o da annullare. Con questo atteggiamento, comprensibile vista la difficoltà di guida, non credo che si riesca a godere appieno della situazione. Inoltre se sei 'impaurito' o stressato difficilmente ottieni il massimo da te e dal mezzo.

Anche io conosco il pericolo e i miei limiti, ma provo ai diventare un tutt'uno col mezzo, cercando di sentire le minime sfumature, vibrazioni o rumori nell'abitacolo. Io, in questo modo, lo devo confessare, mi diverto tantissimo. Guidare deve diventare una cosa 'naturale'.

Quando arrivo per primo alla bandiera a scacchi, ammetto che sento sempre due 'voci' contrastanti. La prima che mi dice: 'finalmente, non ne potevo più, che fatica...' La seconda che al contrario mi dice: 'che peccato, ora che mi stavo divertendo... Avrei corso qualche altro giro...

D'altronde sono le due facce diverse della stessa medaglia."

#	Name	1 R1	1 R2	2 R1	2 R2	3 R1	3 R2	4 R1	4 R2	5 R1	5 R2	6 R1	6 R2	Total
1	Marco Ghiotto Scuderia Palladio	-	-	20	22	25	25	25	25	22	0	-	-	164
2	Luca Martucci MM International Motorsport	-	-	22	16	18	14	22	20	25	16	-	-	153
3	Walter Steding Scuderia Palladio	-	-	16	9	16	18	18	22	16	-	-	-	115
4	Salvatore De Plano Coloni Motorsport	-	-	18	20	-	-	16	16	10	20	-	-	100
5	Roman Hoffmann Hoffmann Racing	-	-	0	18	20	22	20	18	-	-	-	-	98
6	Andreas Fiedler Fiedler Racing	-	-	-	-	14	0	14	12	18	25	-	-	83

La classifica finale

Il box Nardi Racing con le tre vetture di Marco Ghiotto, Bruno Jarach e Walter Steding

Imola

Spa Francorchamps

Brno

Gara bagnata e sfortunata al Mugello in gara 2

scuderia PALLADIO
New Ecology
STAGIONE SPORTIVA 2020
NARDI COMPRESSORI
DIGIMAX
AIR TEK