

**Video Sound 3D**  
 Impianti Audiovisivi  
 Via Giulia, 22/A - TRIESTE  
 ☎ 040 3721142  
 Sponsor ufficiale della Triestina Calcio

**CALCIO | SERIE C** UNIONE IMPEGNATA OGGI ALLE 18

## Il posticipo a Padova crocevia di un'annata

Ancora numerose le assenze ma per la Triestina i margini di errore sono di fatto nulli Pillon: "Andremo in campo senza alcun tipo di timore"

ALLE PAGINE 6 E 7



**BASKET | SERIE A**

Dopo 49 giorni dall'ultimo impegno ufficiale disputato, l'orgoglio dell'Allianz Trieste non basta contro la Virtus: il -17 finale a Valmaura è frutto di una rincorsa sin dalla palla a due. La formazione giuliana è ora attesa da tante sfide ravvicinate.

ALLE PAGINE 3 E 5



PH Netlok

# QUANTO TEMPO!



**L'EDITORIALE**  
 di Gabriele Lagonigro

## Tutte quante in campo dopo ben nove mesi!

Se qualcuno pensava che dopo oltre un mese e mezzo di inattività Trieste potesse tener testa a una corazzata come la Virtus probabilmente non conosce il basket (e lo sport in generale). Per riprendere confidenza con il canestro i biancorossi ci hanno impiegato tutto il primo quarto, ma non poteva essere altrimenti considerando che gli allenamenti, in tutto questo periodo, sono stati centellinati. Non è quindi il caso di concentrarsi tanto sul risultato di ieri sera quanto piuttosto sull'aspetto positivo di questo week-end "lungo", in attesa del posticipo di oggi fra il Padova e l'Unione: dopo nove mesi, infatti, le quattro principali squadre della città sono ritornate a giocare, e poco importa che i loro match siano stati spalmati su tre giorni. Per prime sono scese in campo sabato la Pallamano, sconfitta con rammarico a Conversano, e la Pallanuoto, bella vittoria interna contro Roma, ha continuato ieri l'Allianz e stasera alle 18 la Triestina è attesa dal derby triveneto. Un accenno finalmente di ritrovata normalità, nella speranza che questo sia solo l'incipit e che il 2021 ci regali di nuovo le domeniche di una volta. Quelle in cui si parla solo ed esclusivamente di sport giocato e non di Dpcm o di bollettini quotidiani sull'emergenza sanitaria. Dipende da noi, dipende da tutti.

**PALLANUOTO | SERIE A1**

**ALABARDATI D'AUTORITÀ CONTRO ROMA NUOTO ORCHETTE ANCORA KO**

A PAGINA 9

**PALLAMANO | SERIE A**

**TRIESTE SPRECA TUTTO CONTRO CONVERSANO**

A PAGINA 8



Centro Assistenza Autorizzato

**IMMERGAS**  
**VIESMANN**

bk.termoidraulica@atagas.com  
 Via degli Apiari 7/1a - TRIESTE



**040.416836**

www.bktermoidraulica.it

Associato **ATAGAS**



ONORANZE

FUNEBRI

# ALABARDA

*Presenti da vent'anni a:*

TRIESTE OPICINA AURISINA MUGGIA BAGNOLI

*nei momenti peggiori  
fai la scelta migliore*

**CHIAMATA GRATUITA**  
**800-702270**

[www.alabarda.it](http://www.alabarda.it)

[www.alabarda.it](http://www.alabarda.it)



SPONSOR UFFICIALE  
**Pallamano Trieste**



ALLIANZ TRIESTE	60
SEGAFREDO BOLOGNA	77

(7-20, 25-43, 42-59)

**ALLIANZ TRIESTE**

Fernandez 8 (1/4, 2/6), \*Laquintana 2 (1/5), Delia 13 (3/7), \*Udanoh 2 (0/2), \*Henry 5 (2/5, 0/5), Cavaliero (0/1 da tre), \*Grazulis 6 (2/5, 0/1), \*Doyle 15 (3/4, 3/11), Alvti 9 (0/2, 3/4). N.e. Coronica, Arnaldo. **All.** Dalmasson

**SEGAFREDO BOLOGNA**

Tessitori 2 (1/1), Deri (0/1, 0/1), Pajola 8 (2/5, 1/1), Alibegovic 2 (0/2, 0/3), \*Markovic 5 (1/2, 1/3), \*Ricci 9 (3/4, 1/2), Adams 1 (0/4 da tre), Hunter 10 (4/8), \*Weems 11 (4/6, 1/6), Teodosic 5 (0/1, 1/6), \*Gamble 18 (7/9), \*Abass 6 (2/6, 0/1). **All.** Djordjevic

**Arbitri:** Baldini, Grigioni e Quarta

**Note:** tiri da due Trieste 12/34, Bologna 24/45. Tiri da tre Trieste 8/28, Bologna 5/27. Tiri liberi Trieste 12/15, Bologna 14/16. Rimbalzi Trieste 38 (10+28), Bologna 50 (17+33). Assist Trieste 16, Bologna 18

**PALLACANESTRO TRIESTE** ROVESCIO PREVENTIVABILE DOPO QUASI DUE MESI DI STOP

# Orgoglio e tanto fiatone Contro la Virtus Bologna è una ripartenza difficile

Biancorossi sempre a rincorrere, la rimonta si ferma sul -12

**P**remessa: anche in perfette condizioni sarebbe stato difficile fare risultato, in un match del genere contro un avversario di questa caratura. E con 49 giorni di assenza dalle gare ufficiali sul groppone, la missione è diventata impossibile in un battito di ciglia. Come era preventivabile, la Pallacanestro Trieste che torna in campo dopo quasi due mesi ha davvero poco da spartire con la corazzata Segafredo. E quella di Valmaura è per tanti versi una gara ostica da raccontare e da analizzare, con il 60-77 con cui Teodosic e soci banchettano all'Allianz Dome. Se ci si poteva aspettare una gara del genere da parte del team giuliano, è altrettanto vero che la banda di Eugenio Dalmasson può uscire con una piccola ma importante gioia: non solo essere finalmente tornata sul parquet, ma anche di aver messo una bella dose di orgoglio in tanti momenti del match dove la palla ha faticato parecchio ad entrare. Il bicchiere mezzo pieno è rappresentato da un ritorno di fiamma tra terzo e ultimo quarto, con quel -12 palla in mano che ha dato l'idea di come Trieste fosse ancora sul parquet con la testa e con le gambe. Da qui si riparte, con pazienza e con la convinzione che servirà tempo per tornare ad avere una condizione fisica adeguata per giocare ad armi pari contro chiunque. Di certo anche guardare le statistiche dopo una partita del genere lascia il tempo che trova. Alla fine l'Allianz perde tanti palloni (17 in tutto), tirando con percentuali tutt'altro che irresistibili. Contro la Virtus Bologna non è stato decisamente un grande affare, ma il tutto va analizzato tenendo sempre a mente uno stato dell'arte non ottimale per i giuliani.



☎ Milton Doyle (a sinistra), top scorer dell'Allianz con 15 punti (ma anche un 3/11 da lontano). A destra Andrejs Grazulis, 15 di valutazione per lui **Fotoservizio Nedok**



re anche le mani di Doyle (bomba del 13-28) per tentare di restare almeno in scia. La realtà è diametralmente opposta, perché la freschezza fisica della Segafredo fa tutta la differenza del mondo: Bologna gioca splendidamente di squadra, Trieste ha proprio nella coppia Henry-Doyle l'unica vera arma per tentare di non imbarcare troppa acqua. Il 25-43 all'intervallo lungo rappresenta una sorta di "zuccherino" per l'Allianz di non chiudere la metà gara con più di venti punti di gap, unito a una piccola dose di orgoglio che scaturisce dalla compagine biancorossa nel terzo quarto che ha sicuramente il merito di non volersi piangere addosso. Arriva un segnale da parte di Delia in area, arrivano anche i primi punti di Alvti dopo 18 minuti ed è in questo momento che la musica almeno un pizzico: la Virtus controlla forse un po' troppo il ritmo e, sul 53-65 a sei minuti dalla fine, tutto sommato c'è ancora una partita da giocare. Djordjevic non si fida minimamente e si rifugia in un minuto di sospensione che serve a dare principalmente una lavata di testa ai suoi. Quel time-out risulterà poi essere decisivo per blindare definitivamente il "sacco" dell'Allianz Dome: Weems mette cinque punti di fila in due azioni e respedisce al mittente il tentativo di rimonta in extremis. Ed è proprio in questo momento che Trieste è costretta a tirare i remi in barca, perché di benzina non ce n'è più nei minuti che mancano.

**Alessandro Asta**  
☎ SANDROWEB79

**Delia e Doyle vanno in doppia cifra, 11 rimbalzi per Grazulis**

ni. Ciò che forse può preoccupare di più è che si giocherà tanto da qui in avanti, di tempo a disposizione per sistemare le cose ce n'è dunque davvero poco. L'avvio di match è particolarmente rognoso per l'Allianz, con annessa idea che manchino sin dalla palla a due sia energia che fosforo. Senza fare nulla di che, la Segafredo è avanti di otto al 4', con un dominio particolarmente marcato su entrambe le aree pitturate. Pur con percentuali

non eccelse dal campo, la Virtus è padrona dell'inerzia già nel primo quarto, al contrario Trieste sembra essere già con la bombola dell'ossigeno al 10': il -13 sulla prima sirena è già uno scoglio non indifferente per l'Allianz, che prova a darsi una svegliata con il 2+1 di Henry a inizio di secondo periodo. I giuliani non hanno però la forza per giocarsela nell'uno contro uno e provano a incendia-

**SERIE A**

BRESCIA - VENEZIA	71-69
MILANO - BRINDISI	82-88
PESARO - FORTITUDO BO	70-78
SASSARI - TREVISO	97-93
TRENTO - CANTÙ	74-73
TRIESTE - VIRTUS BO	60-77
VARESE - REGGIO EMILIA	76-89
CREMONA	RIPOSA

SQUADRA	P	G	V	P	F	S
MILANO	18	10	9	1	882	703
BRINDISI	18	10	9	1	870	783
VIRTUS BO	12	10	6	4	826	770
TRENTO	12	11	6	5	861	858
SASSARI	10	9	5	4	797	789
REGGIO EMILIA	10	9	5	4	700	701
PESARO	8	9	4	5	719	712
VENEZIA	8	9	4	5	684	701
BRESCIA	8	10	4	6	775	803
TREVISO	8	9	4	5	763	822
CREMONA	6	7	3	4	569	580
VARESE	6	10	3	7	785	875
TRIESTE	4	6	2	4	440	467
CANTÙ	4	8	2	6	600	648
FORTITUDO BO	4	9	2	7	728	787

**PROSSIMO TURNO**

BRINDISI - PESARO
CANTÙ - BRESCIA
FORTITUDO BO - CREMONA
MILANO - SASSARI
TREVISO - VIRTUS BO
TRIESTE - TRENTO
VENEZIA - VARESE
RIPOSA: REGGIO EMILIA

☎ Il colpaccio di giornata è, senza ombra di dubbio, quello di Brindisi al Forum di Assago: l'Armani Exchange perde in un colpo solo partita, imbattibilità in campionato e primato solitario in classifica. È un'Happy Casa al bacio quella che batte il team di Ettore Messina per 82-88 con i 20 punti e uno stratosferico 34 di valutazione da parte di Harrison: con questo risultato, il team allenato da Vitucci raggiunge Milano a quota 18 punti in classifica, ponendosi in maniera definitiva come la protagonista in assoluto di questa prima parte

**LE ALTRE**

**L'Happy Casa fa sul serio, l'Armani Exchange cade al Forum  
In fondo alla classifica punti preziosi per Fortitudo e Brescia**

di stagione. Tra i piani alti di classifica, la spunta nel finale la Dinamo Sassari di Pozzecco: Treviso rimane attaccata sino all'ultimo, ma sono i sardi a festeggiare con il 97-93 finale. In fondo alla graduatoria, è buona la "prima" di Luca

Dalmonte sulla panchina della Fortitudo. L'exploit di Pesaro di sabato sera è frutto di un Banks finalmente positivo (12 punti e 8 assist) e dei 15 inanellati da Totè, su lato opposto a una Carpegna Prosciutto poco lucida non bastano i 19 di Massenat. Vince di misura

Brescia su Venezia (13 punti per Chery) mentre Cantù - prossima avversaria dell'Allianz mercoledì sera - cade per un solo punto sul parquet di Trento (per la Dolomiti Energia sono 25 i punti messi a referto da Williams). Rimane infine a quota 6 punti l'Openjobmetis Varese, che cade nettamente tra le proprie mura amiche contro Reggio Emilia (non sono sufficienti per i lombardi i 21 a testa di Scola e Stranutins, l'Unahotels fa invece festa con un eccellente Brandon Taylor da 28 punti, con 4/5 dalla lunga distanza). **(A.A.)**

Via LUCIO PISA, 9 - TRIESTE - PARIDE 328 6495491

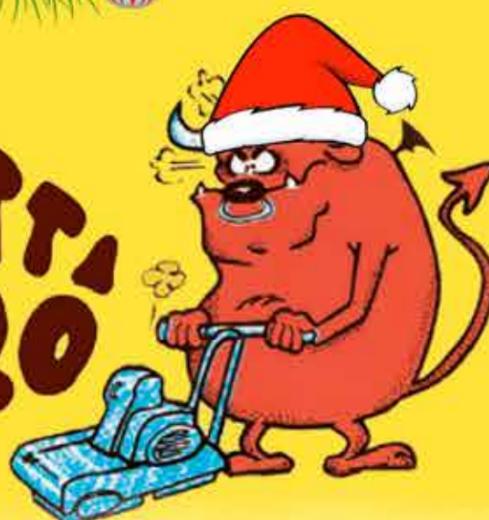
# SPAZZIDEA SAL

IMPRESA DI PULIZIE - EDILIZIA - TINTEGGIATURE  
TUTTE LE MANUTENZIONI PER LA TUA CASA  
TRASPORTI - GIARDINAGGIO

**SPAZZIDEA ASD**  
di PARIDE PAYO RUGGIERO



# PARCHETTI DI TORO



*Auguri di Buone Feste a tutti gli sportivi*

[www.parchettiditoro.com](http://www.parchettiditoro.com) | e-mail: [parchetti.ditoro@hotmail.com](mailto:parchetti.ditoro@hotmail.com)

**NOVITÀ: PORTE BLINDATE - PORTE INTERNE  
ZANZARIERE - SCALE IN LEGNO**

**TRIESTE - VIA SAN MARCO, 25/A  
TEL. 040 775190**



Partner del **TIRO A SEGNO NAZIONALE**  
SEZIONE DI TRIESTE



DoorArreda



RUBNER  
porte

Venere

novalinea  
CUSTOM TECH STAIR SOLUTIONS

Bettio zanzariere  
flyscreens

Protek

BASKET | SALA STAMPA CAVALIERO: "TANTA FATICA, ORA SPOGLIAMOCI DAGLI ALIBI"

# Dalmasson preoccupato: "Giocare ogni tre giorni? Così è un vero suicidio"

Djordjevic: "In condizioni normali sarebbe stato diverso"

Oltre un mese e mezzo senza campo non poteva passare inosservato, e anche l'analisi del dopo Trieste - Virtus si concentra su un aspetto che ha condizionato, e probabilmente condiziona, l'Allianz. Per coach **Eugenio Dalmasson** sono stati "40 minuti faticosi dal punto di vista fisico e mentale". L'allenatore triestino, non a caso, usa il verbo "esordire", peraltro "contro una squadra che fa anche della fisicità un punto di forza. Per noi è stato un impatto proibitivo, ma è quello che dovremo affrontare nei prossimi giorni. Prima troveremo la nostra condizione tecnica, fisica e mentale, prima rientreremo a pieno titolo nel campionato e ci giocheremo le nostre carte". Giocare ogni tre giorni in questo stato di forma precario è, secondo Dalmasson, "un suicidio dal punto di vista fisico. Negli ultimi minuti non c'era un giocatore che non fosse piegato a metà con le mani sulle ginocchia. È normale che questa situazione ci metterà in difficoltà, ma dobbiamo affrontarla e ci metteremo tutte le nostre forze. Tuttavia - conclude il tec-



☑ A sinistra, Eugenio Dalmasson. Gli impegni ravvicinati mettono in ansia il tecnico dell'Allianz. A destra, Aleksandar Djordjevic, allenatore della Virtus Bologna. Ph Nedok

nico - è impensabile che una squadra che passato quello che abbiamo passato noi possa fornire prestazioni di un certo livello giocando con questa frequenza". Vittoria in trasferta, dopo una settimana peraltro molto travagliata in casa Virtus Bologna, ma coach **Alek-**

**sandar Djordjevic** sfoggia signorilità nel dichiarare che "in condizioni normali sarebbe stata una storia diversa". L'allenatore delle "V nere" è comunque soddisfatto di quanto fatto vedere dalla sua squadra: "Un successo importantissimo, in trasferta e mettendoci energia e attenzione

difensiva, che rappresenta un nostro punto di forza". Ma il tecnico si sofferma soprattutto sugli avversari "Trieste ha attraversato un periodo davvero difficile, auguro a questa società e a questa squadra di ritrovare al più presto la sua condizione". Momenti duri per l'Allianz, durissimi per **Daniele Cavaliero** che ha visto il campo per la prima volta in questo campionato. "Siamo felici di essere tornati a giocare, purtroppo non davanti al nostro pubblico ma comunque abbiamo potuto ributtarci nella mischia e competere". Secondo la guardia triestina "non stiamo ancora bene, c'è da lavorare. Giocare tanto ci darà la possibilità di metterci a posto su alcuni aspetti, mentre su altri sarebbe stato meglio poterci allenare". Sulla partita di ieri Cavaliero conferma che "abbiamo faticato contro una squadra eccellente, ma abbiamo reagito con orgoglio. Ora dobbiamo resettare, toglierci dalla testa ogni alibi che sia il Covid, gli infortuni o il tanto tempo senza giocare, e ritornare a concentrarci su Cantù e a come tornare ad essere una squadra".

**Roberto Urizio**

## IL CASO

### L'abbandono di Roma, l'ennesima brutta pagina di una serie A in difficoltà

☑ Rabbia, tristezza e anche un pizzico di sdegno: si è letto di tutto nei giorni scorsi subito dopo la decisione da parte della Virtus Roma di ritirarsi dal campionato. Saltate tutte le trattative per salvare il basket capitolino, la palla a spicchi nazionale è costretta a scrivere una nuova brutta pagina della sua recente storia. Da venti anni a questa parte, la massima serie italiana ha salutato un bel po' di sodalizi storici: dalla pluri-scudettata Mens Sana Siena alla Scandone Avellino, il nuovo millennio ha presentato il conto a una caterva di società. C'è chi, nonostante l'abbandono di marchi storici (vedi Scavolini a Pesaro e Benetton a Treviso), ha saputo mantenersi a galla o ripartire da zero sino a un nuovo approdo in serie A (e in questo caso, anche la Pallacanestro Trieste è risalita con fatica nell'Olimpo del basket). Ma all'indomani dell'addio di Roma, la sensazione che si prova è di un qualcosa di già visto, con la crisi economica portata dall'emergenza Coronavirus ad accrescere ancor di più la fragilità di un sistema economico che fondamentalmente prevede solo perdite e conti in rosso. E se già prima della pandemia investire sul basket significava per le singole proprietà un puro e semplice ritorno di immagine, prepariamoci a future stagioni di lacrime e sangue, per quasi tutti. Alla faccia dell'entusiasmo della "ripartenza con entusiasmo" che i vertici del basket italiano avevano battezzato per questa stagione... (A.A.)

**attualfoto**  
tutto per la tua fotografia  
www.attualfoto.it | via dell'Istria 8 - Trieste



**A NATALE REGALA EMOZIONI!  
I MOMENTI MIGLIORI ORA LI  
PUOI STAMPARE SU TELA O SU  
POSTER DI GRANDI DIMENSIONI.  
(FINO A 100X200 E OLTRE)**



SCAN ME

**LE ALTRE**

**Il Sudtirolo in vetta  
Poker del Cesena,  
Il Modena è terzo**

➔ Aspettando il match del Padova con la Triestina, il Sudtirolo sale da solo in testa alla classifica grazie al successo di misura sul Legnago. Il Perugia deve rimontare il doppio vantaggio della Virtus Vecomp e centra un punto, facendosi raggiungere al terzo posto dal Modena, vittorioso per 1-0 sul campo dell'Arezzo. Colpaccio del Cesena che stravinca a Mantova per 4-0 (in gol anche l'ex alabardato Demetrio Steffè) e agguanta al quinto posto la Feralpisalò, che non va oltre l'1-1 sul campo dell'Alma Juventus Fano. Il Carpi si deve accontentare di un pareggio per 2-2 in casa contro il Gubbio, ma va peggio alla Sambenedettese, sconfitta per 3-2 tra le mura amiche dal Matelica. Importanti punti salvezza per la Vis Pesaro, che espugna 2-1 il campo dell'Imolese, e per la Ferrama, che si impone con lo stesso punteggio sul Ravenna.

**SERIE C - GIRONE B**

AREZZO - MODENA	0-1
CARPI - GUBBIO	2-2
FANO - FERALPISALÒ	1-1
FERMANA - RAVENNA	2-1
IMOLESE - VIS PESARO	1-2
MANTOVA - CESENA	0-4
PADOVA - TRIESTINA	OGGI
PERUGIA - VIRTUS VERONA	2-2
SAMBENEDETTESSE - MATELICA	2-3
SUDTIROL - LEGNAGO	1-0

SQUADRA	P	G	V	N	P	F	S
SUDTIROL	32	15	9	5	1	26	8
PADOVA	29	14	9	2	3	29	14
MODENA	27	15	8	3	4	17	8
PERUGIA	27	15	7	6	2	21	14
CESENA	25	15	7	4	4	24	16
FERALPISALÒ	25	15	7	4	4	22	19
MANTOVA	24	15	7	3	5	24	20
SAMBENEDETTESSE	24	15	6	6	3	19	15
MATELICA	22	15	6	4	5	24	27
VIRTUS VERONA	21	14	4	9	2	16	12
CARPI	21	15	5	6	4	19	16
TRIESTINA	21	14	6	3	5	16	15
GUBBIO	16	15	3	7	5	15	17
VIS PESARO	15	15	4	3	8	16	24
FERMANA	14	15	3	5	7	9	17
LEGNAGO	13	14	2	7	5	10	12
IMOLESE	12	14	3	3	8	9	18
FANO	10	14	1	7	6	9	17
RAVENNA	10	15	3	1	11	13	30
AREZZO	7	14	1	4	9	11	30

**PROSSIMO TURNO**

CESENA - SAMBENEDETTESSE
FERALPISALÒ - FERMANA
GUBBIO - PADOVA
LEGNAGO - MANTOVA
MATELICA - CARPI
MODENA - FANO
RAVENNA - IMOLESE
TRIESTINA - PERUGIA
VIRTUS VERONA - SUDTIROL
VIS PESARO - AREZZO

**TRIESTINA | IL POSTICIPO** STASERA (ORE 18) LA SQUADRA ALABARDATA IMPEGNATA A PADOVA

# È sempre un'emergenza ma Pillon non ci pensa: "In campo senza timori"

C'è Gomez ma sono out Litteri, Petrella, Gatto, Offredi e Ligi

**S**arà ancora una **Triestina** con molti cerotti, quella che stasera (ore 18) sarà impegnata nell'importante sfida in casa del Padova, squadra tra le principali favorite (se non la favorita) per il primo posto alla fine del campionato. La formazione alabardata ritrova Guido Gomez, recuperato dopo i problemi muscolari e arma in più per un attacco che però perde altri pezzi, visto che Litteri non sarà della partita (dopo quattro settimane di isolamento, la punta ha bisogno di fatto di ricostruire la preparazione) e anche Petrella è out, così come Ligi, che deve scontare un turno di squalifica, e gli assenti dell'ultima ora, ovvero Gatto e Offredi. Calvano convive con un problema alla cartilagine del ginocchio che periodicamente emerge, provocandogli dolore, ma l'allenamento di ieri ha dato esito positivo, quantomeno per consentirgli di rientrare nella lista dei convocati. Da vedere quindi come Giuseppe Pillon vorrà schierare la sua squadra, soprattutto in attacco: Gomez difficilmente avrà i 90' nelle gambe ma potrebbe esserci una staffetta con Granoche; il forfait di Gatto e Petrella rende inutilizzabile la soluzione con Mensah prima punta e due esterni, quindi o gioca una delle punte centrali con l'italo-ghanese e Sarno esterni, o si andrà con due punte e un centrocampista avanzato sulla trequarti (lo ha fatto Giorico in qualche occasione). In mediana Lodi e Rizzo saranno in campo dal primo minuto, per il terzo "slot" da valutare l'autonomia di Calvano, altrimenti toccherà a Maracchi o allo stesso Giorico, se non venisse utilizzata la soluzione con un mediano qualche metro più avanti. Dietro, a parte i problemi fisici di Struna, la scelta è più ampia ma non ci si dovrebbe scostare più di tanto dalle ultime uscite, con Lambrughini che dovrebbe fare il centrale di sinistra al posto di Ligi e accanto a Capela. Inutile dire che per



**Vietato sbagliare:  
la formazione  
di Mandorlini  
è già a 8  
punti**

➔ In alto, Bepi Pillon. Per il tecnico della Triestina "una settimana in cui ho potuto trasmettere alcune idee di gioco. Cresciamo giorno dopo giorno, i risultati arriveranno". Sotto, Guido Gomez, al rientro questa sera contro il Padova dopo alcune gare saltate a causa di un infortunio muscolare

la Triestina sarà un crocevia non da poco: il Padova è avanti otto punti rispetto all'Unione e perdere ulteriore terreno vorrebbe dire compromettere in maniera praticamente definitiva il discorso per il primo posto già a dicembre. Ecco perché bisogna andare oltre le oggettive difficoltà, gettare il cuore oltre l'ostacolo e supplire ai problemi con agonismo e intensità.

Mister Pillon, comunque, guarda con ottimismo alla sfida contro la sua ex squadra: "La settimana di lavoro è servita per dare una certa organizzazione alla squadra e fare in modo di trasmettere alcuni concetti. - assicura il tecnico - Ovviamente è un lavoro che va fatto un po' alla volta ma andiamo avanti su questo percorso e cerchiamo di migliorare giorno dopo giorno. I risultati verranno di conseguenza". Secondo l'allenatore della Triestina, "il Padova è la squadra che in questo momento sta esprimendo il miglior calcio del nostro campionato. Ma non è una cosa che sorprende, hanno giocatori di qualità e un allenatore molto bravo come Mandorlini". Tuttavia, Pillon vuole giocarsela fino in fondo: "Dobbiamo andare lì a fare la nostra partita, senza alcun timore reverenziale. Abbiamo le nostre carte e dobbiamo utilizzarle al meglio per portare a casa un risultato positivo". Ex sia da calciatore che, in due riprese, da allenatore, l'attuale tecnico della Triestina non trascura neanche l'aspetto emotivo della gara, al di là dell'assenza di pubblico: "Parliamo di una partita molto sentita, un derby in tutto e per tutto. Sappiamo quindi cosa ci aspetta e dobbiamo farci trovare pronti a fare del nostro meglio anche su questo piano".

**Roberto Urizio**

➔ La Serie C approda su Sky con cinque partite per girone in ogni giornata, e anche la Triestina fa il suo ritorno sulla tv a pagamento nei prossimi due impegni. La sfida contro il Perugia è stata anticipata a sabato 19 dicembre, con inizio alle ore 15, e sarà trasmessa sul canale 254 di Sky; mentre la gara in casa del Sudtirolo si giocherà mercoledì alle 12.30 e sarà visibile sul canale 253. L'accordo che la Lega Pro ha sottoscritto con Sky riguarda la regular season ma anche le partite di play-off e play-out che non saranno trasmesse in chiaro dalla Rai. Le gare sulla pay-tv costeranno 4,99 euro ciascuna ma non andranno a intaccare le dirette della piattaforma Eleven Sports, che proseguiranno come da contratto. Tuttavia, si tratta di un passo che potrebbe portare a un futuro impegno più incisivo di Sky nella terza serie, obiettivo

**LEGA PRO IN TV**

**La Serie C approda anche su Sky  
Unione sabato contro il Perugia  
Il 23 gara a pranzo con il Sudtirolo**

tutt'altro che nascosto della Lega e delle società, che mirano a introiti maggiori dai diritti televisivi, cosa che soltanto la principale pay-tv può garantire. Secondo il presidente della Lega Pro, **Francesco Ghirelli**, "è un risultato frutto di una strategia di valorizzazione. Abbiamo costruito un prodotto credibile, facendoci guidare dai valori e seguendo una strategia manageriale, che oggi il mercato ci riconosce".



ANNO 20 | NUMERO 14  
Registro del Tribunale di Trieste # 1031 del 13 agosto 2001

**Redazione**  
Via Slataper, 18 - 34125 TS  
www.citysport.news  
citysport@hotmail.it  
340 2841104  
fax 040 771151  
citysporttrieste  
citysporttrieste

**Direttore Responsabile** Gabriele Lagonigro  
**Collaboratori** Roberto Urizio, Alessandro Asta (redazione); Adriana Firmiani, Michela Blasina, Ketty Russo (grafica); Andriana Mesaric (pubblicità e marketing); Ludovico Armenio, Francesco Bevilacqua, Francesca Cesaratto, Maurizio Ciani, Erika Cotic, Emanuele Deste, Davide Furlan, Luca Henke, Benedetta Marcolin, Tiziano Saule, Andrea Tomasella, Mattia Valles.  
**Pubblicità** (in proprio) City Media S.r.l.



Iscrizione Registro Operatori  
Comunicazione - AGCOM # 15011

**Società editrice** City Media S.r.l.  
**Sede Legale**  
Via Slataper 18 - Trieste - Tel. 340 2841104  
**P. IVA e Codice Fiscale** 01007000324  
**Amministratore Unico** Marco Cernaz

**MOTOCHARLIE**  
SHOEI, GIVI, REVIT, MALONNI, POLINI, SIDI, DAINESI, CLOVER, CEV, KMC, RICAMBI ORIGINALI, PIAGGIO  
visita il nostro nuovo e-commerce [www.motocharlietrieste.it](http://www.motocharlietrieste.it)  
RICAMBI - ACCESSORI Via Valmaura, 33 - tel./fax 040 828165  
ABBIGLIAMENTO - CASCHI Via de Jenner, 22/A - tel./fax 040 2600439  
ORARIO: LUN - SAB 8:30 - 12:30 e 15:00 - 19:30

**BAR STADIO**  
ORARIO BAR e RICEVITORIA:  
dal LUNEDÌ al SABATO  
dalle 7.00 alle 22.00  
Piazzale Valmaura, 1  
Tel: 040 828545  
e-mail: barstadiots@email.it  
IL RITROVO PER TUTTI  
GLI SPORTIVI DELLA CITTÀ

**Parafarmacia Al Castello**  
Calle G. Tiepolo 4/a Muggia (Ts)  
Tel. 040 2605107  
Farmaci senza obbligo di ricetta e fitoterapici - Farmaci veterinari  
Integratori alimentari - Articoli sanitari, ortopedici, elettromedicali  
Consegna a domicilio  
Orario: martedì - sabato 9.00-13.00 e 16.00-19.00 | Domenica 10.30-12.30

**Buffet Clai**  
di Moissano Clai  
Stuzzicheria  
Cucina tipica Triestina  
Via Foscolo, 4 (TS) - Tel. 040 662543  
Chiuso sabato pomeriggio e domenica

TRIESTINA | IL RICORDO NEREO ROCCO, UN SIMBOLO PER UNIONE E PADOVA, VISTO DAI FIGLI TITO E BRUNO

# Sarà sempre il derby del "Paron" "Un uomo contro le smancerie ma non definitelo catenacciaro"

"Ci ha insegnato i valori della serietà e dell'onestà, ma sempre con autoironia"

**T**ito e Bruno Rocco sono i figli dell'indimenticabile Nereo; con lui hanno condiviso i momenti di una carriera da allenatore che nessuno ha mai replicato né a Padova, né a Trieste (dove il "Paron" ha allenato per quattro stagioni complessive arrivando fino al secondo posto in Serie A, dietro solamente al Grande Torino), tantomeno al Milan dove è stato l'allenatore più vincente della storia del club rossonero (2 scudetti, 3 Coppe Italia, 2 Coppe dei Campioni, 2 Coppe delle Coppe ed una Coppa Intercontinentale). I due fratelli, persone che conoscono lo sport in tutti i suoi aspetti, sono custodi di una storia gloriosa, autentica e che ha i contorni nella leggenda: quella di un padre attento, presente, affettuoso e di un allenatore temprato, capace, intelligente; una persona sincera, determinata e determinante che ha allenato uomini prima che campioni, conquistando tutto.

**L'ultima panchina di Nereo Rocco risale a più di quarant'anni fa quando il calcio era un altro sport, ma con le dovute proporzioni (e un po' di fantasia) c'è qualche allenatore che ricorda vostro padre, per carattere o stile di gioco?**

**Tito:** «Sono cambiati i tempi, una generazione fa c'erano Trapattoni e Gigi Simoni che in un certo senso potevano essere paragonabili a mio padre, caratterialmente e professio-

nalmente parlando. Mio papà era una persona temprata ed equilibrata, non amava troppo le smancerie; anche Pioli in questo senso potrebbe assomigliargli».

**Bruno:** «Non saprei, sono passati talmente tanti anni e nel frattempo il calcio è cambiato moltissimo e difficilmente riesco a trovare delle somiglianze tra mio padre e un allenatore attuale. Una volta bastava avere un gruppo di uomini con personalità ed i giovanotti che seguivano e stimavano l'allenatore. Ora attorno alla squadra ci sono tecnici, dirigenti, preparatori, tutto un entourage che all'epoca non esisteva e anche il calcio dell'epoca era più semplice: contava solo vincere».

**In campo c'è qualche giocatore che vostro padre avrebbe desiderato nella propria squadra?**

**Tito:** «Negli ultimi due anni sono rimasto impressionato da Nicolò Barella e, anche se forse non ha il fisico da combattente, credo che gli sarebbe piaciuto un giocatore con le sue caratteristiche. Lui era molto attento al carattere ed alla personalità dei suoi giocatori, per questo credo che anche Francesco Acerbi, che ha una storia particolare, oltre ad essere un ottimo calciatore, gli sarebbe piaciuto. Mio padre si innamorava dei fantasisti capaci di illuminare il gioco e non solo palla lunga e pedalare come spesso è stato detto; stravedeva per Rivera, Meroni, Antognoni...



📷 Bruno e Tito Rocco, figli di Nereo Rocco, con l'allora assessore regionale Federica Seganti, in occasione della presentazione della mostra organizzata per i cento anni della nascita del "Paron" nel 2012

forse anche Luis Alberto non gli dispiacerebbe».

**Bruno:** «Il modo di giocare di oggi non mi piace per niente, quando vedo troppi passaggi e frasteggi che vanno oltre il normale possesso palla o quando si ritorna indietro fino al portiere mi viene voglia di cambiare canale. Penso che anche mio papà sarebbe d'accordo con questo: troppe smancerie non vanno bene. Mio padre prima ancora del giocatore guardava la persona ed il suo comportamento, che naturalmente poi doveva conciliarsi con le sue idee ed il suo modo di giocare ma ha sempre cercato di circondarsi di uomini

veri con personalità e carattere ed era una mossa vincente.

lo stesso all'Appiani (ex stadio del Padova, ndr) ho visto piangere parecchie volte Inter, Milan e Juventus».

**Fuori dal campo, qual è la cosa che vostro padre vi ha trasmesso di più?**

**Tito:** «Senza dubbio il valore della serietà. Lui ci diceva sempre di comportarci da uomini, di essere noi stessi. Essere ironici, anche autoironici ma allo stesso tempo seri è una virtù che ci ha trasmesso: "Quel xe un omo timbrado" diceva per definire una persona che gli piaceva, non amava troppo i

"ciacoloni"».

**Bruno:** «Mi ha insegnato l'onestà, il rispetto nei confronti delle altre persone e l'amore della famiglia cui tengo moltissimo. Sono cinque volte nonno e sono molto legato a tutti i miei familiari, Tito compreso naturalmente. Il lavoro di allenatore lo portava spesso lontano da casa ma nonostante questo è stato un genitore presente e di noi sapeva sempre tutto».

**C'è qualcosa che ancora non si è detto ma vi piacerebbe esprimere o precisare riguardo a Nereo Rocco, vostro papà?**

**Tito:** «A volte se ne sono dette anche fin troppe, ad esempio ci sono frasi del tipo: "A

tutto quel che se movi su l'erba, daghe. Se xe 'l balon, non importa" che non è una frase vera perché le squadre che aveva mio papà giocavano un bel calcio: la Triestina ha raggiunto un secondo posto in Serie A e non lo ha fatto con questo spirito, né con uno spirito catenacciaro. Negli anni '60 poi gli era stata velatamente promessa la panchina della Nazionale italiana per la spedizione dei Mondiali di Cile '62; alla fine purtroppo non se ne fece nulla ma ricordo che mio padre rimase molto lusingato

da questa proposta e probabilmente si rammaricò molto del fatto che non andò in porto. In carriera condusse la selezione olimpica fino al quarto posto di Roma 1960 ma sarebbe stato orgoglioso di guidare la Nazionale maggiore, soprattutto a un Mondiale».

**Bruno:** «Ci sono libri che lo descrivono molto bene come la sua biografia scritta dal giornalista triestino Giuliano Sadar (El Paron, 2008, Lint Editoriale, n.d.r.) a cui io e mio fratello abbiamo dato una mano, o il libro di Gigi Garanzini (Nereo Rocco, La leggenda del paron, 2013, Mondadori) che è fatto molto bene. A volte in Rai passano degli spezzoni in cui si ripercorre la carriera di mio padre e si capisce molto bene chi era Nereo Rocco».

**C'è qualcosa di vostro papà che custodite gelosamente?**

**Tito:** «Ho tanti ricordi, quelli cui sono legato di più sono un portachiavi che raffigura la Coppa dei Campioni (vinta da Nereo Rocco alla guida del Milan nel 1963 e nel 1968, n.d.r.) e un bel quadro che De Chirico aveva regalato a mio padre per consolarlo dopo una sconfitta; inoltre conservo ancora il suo giubbotto cui era legatissimo».

**Bruno:** «Sono molto affezionato a tante cose che appartenevano a mio papà, in occasione dei 100 anni di storia del Milan è stato nominato "Allenatore del Secolo" e conservo con orgoglio quella coppa in un angolo particolare della casa».

Francesco Bevilacqua

Nella sua città e a Padova una leggenda, poi i trionfi rossoneri





**BRADA impex s.r.l.**

Abiti da lavoro - Guanti da lavoro  
Calzature di sicurezza - Promowear

**TRIESTE**  
Rotonda del Boschetto, 3/1  
Tel. 040 350355 - info@bradaimpex.it  
[www.bradaimpex.it](http://www.bradaimpex.it)

da 30 anni  
il tuo lavoro addosso



**CONVERSANO** 25  
**PALLAMANO TRIESTE** 24  
(primo tempo 13-17)

**CONVERSANO**  
Bucco, Carone, Degiorgio 6, Di Caro, Di Giandomenico, Faty, Giannoccaro 1, Hamzic 2, Laviola, Lupo, Nelson 5, Pignataro, Radovic 7, Rossetto 3, Rosso, Sciorsci 1. All. Tarafino

**PALLAMANO TRIESTE**  
Bratkovic 6, Dapiran 5, Di Nardo 1, Hrovatin 7, Kuodys 2, Mazzarol, Milovanovic, Parisato, Pernic, Popovic 3, Sandrin, Stojanovic, Visintin, Zoppetti. All. Ovegilia

Arbitri: Carrino e Pellegrino

**SERIE A | LA GARA** DOPO UNA PRIMA PARTE BRILLANTE, I GIULIANI SI ARENANO IN PUGLIA

# Che spreco a Conversano Quaranta minuti d'oro vanificati da tanti errori

Il finale convulso con l'uomo in più non premia i biancorossi

**SERIE A**

BRESSANONE - SASSARI	RINVIATA
CONVERSANO - TRIESTE	25-24
EPPAN - CINGOLI	25-23
FASANO - CASSANO M.	23-20
MERANO - ALBATRO	RINVIATA
MOLTENO - SIENA	27-31
PRESSANO - FONDI	RINVIATA
BOLZANO	RIPOSA

SQUADRA	P	G	V	N	P	F	S
CONVERSANO	23	13	11	1	1	391	336
SASSARI	21	12	10	1	1	345	285
SIENA	18	12	8	2	2	341	322
BOLZANO	17	9	8	1	0	265	233
CASSANO M.	12	10	6	0	4	253	243
PRESSANO	12	10	6	0	4	259	252
FASANO	12	12	6	0	6	323	324
TRIESTE	12	12	5	2	5	302	304
EPPAN	12	13	6	0	7	356	374
MERANO	11	12	5	1	6	316	310
BRESSANONE	8	10	4	0	6	263	257
CINGOLI	7	12	3	1	8	326	340
FONDI	4	11	2	0	9	266	307
ALBATRO	3	12	1	1	10	296	344
MOLTENO	2	12	1	0	11	294	355

**PROSSIMO TURNO**  
ALBATRO - CASSANO M.  
BRESSANONE - MOLTENO  
CINGOLI - BOLZANO  
EPPAN - PRESSANO  
FONDI - CONVERSANO  
SIENA - FASANO  
TRIESTE - SASSARI  
MERANO: RIPOSA

**F**orse la più grande occasione dell'anno, sciupata nei minuti finali. A un passo dal riuscire ad inanellare un risultato positivo insperabile alla vigilia, è una Trieste ferita nell'orgoglio quella che ha fatto ritorno da Conversano: dopo i primi quaranta minuti in cui si è sciorinata forse la più bella pallamano di tutta la stagione, è la parte conclusiva di match ad aver condannato sabato scorso la formazione di Giorgio Ovegilia a una sconfitta che - per come si erano messe le cose - poteva essere evitata magari con solo un pizzico di lucidità in più. Alla fine, il 25-24 in terra pugliese brucia maledettamente analizzando alcuni particolari: dopo un primo tempo brillante, Trieste era riuscita a imbastire una parte iniziale di ripresa davvero al bacio. Bene Hrovatin, chirurgici al punto giusto sia Dapiran che Bratkovic, in quell'ambito era



📷 Dovydas Kuodys, doppietta per lui nel ko in terra pugliese

stato però il gioco di squadra a far brillare gli occhi di tutti. E poi? Sarà la 5-1 difensiva di Conversano che è salita di giri nel momento in cui il team di

Alessandro Tarafino aveva dimostrato di essere in massima difficoltà, ma quel break di 6-0 in sei minuti (con 13 minuti senza segnare) che

**IL DOPO GARA**  
**L'amarezza di Ovegilia**  
**"Avremmo meritato decisamente di più"**

👉 "Un grosso rammarico": Giorgio Ovegilia è amareggiato, dopo il risultato di Conversano. "I ragazzi hanno fatto una grande partita, non solo di cuore ma anche di pallamano vera. Pur giocando con tanti effettivi fuori ruolo, avremmo meritato decisamente un risultato positivo: non siamo stati bravi a superare alcune situazioni avverse in campo".

**Il break concesso ai pugliesi nella ripresa è risultato poi fatale**

i biancorossi hanno concesso agli avversari è comunque roba da far sanguinare gli occhi. Non solo perché ha riportato in vita il team pugliese, soprattutto perché ha tolto a Trieste inerzia e confidenza in una fase del match dove si sarebbe potuto poi gestire il vantaggio. Una sorta di peccato originale che i giuliani si portano dietro da inizio stagione, a cui si deve aggiungere un finale di partita nel quale gli ospiti - con un uomo in più sino a meno di 30" dalla sirena finale - hanno fallito per ben due volte la rete per portare a casa anche solo un punticino. È indubbio quindi che il match di sabato scorso deve essere archiviato con amarezza, sicuramente per il concetto che a questa squadra manca sempre un piccolo tassello per riuscire a completare il puzzle. Si può comunque ripartire da quei 40 minuti iniziali: lì sì che ci siamo divertiti a vedere la Pallamano Trieste.

# BRICO CITY

il mondo del fai da te

**TANTE OFFERTE PER IL TUO NATALE!**

**ALBERELLI**



**GHIRLANDE STELLE di NATALE**



**PACCHI NATALIZI**  
PICCOLO € 9.<sup>95</sup> | MEDIO € 16.<sup>95</sup> | GRANDE € 24.<sup>95</sup>



**SERIE A1 MASCHILE** ESORDIO STAGIONALE PER LA SQUADRA ALABARDATA, CHE REGOLA I GIALLOROSSO

# Trieste parte subito forte Roma battuta d'autorità, successo molto prezioso

Nel quarto periodo i padroni di casa mettono al sicuro il risultato

**PALLANUOTO TRIESTE** 12  
**ROMA NUOTO** 7

(3-3; 2-0; 1-2; 6-2)

**PALLANUOTO TRIESTE**

Oliva, Podgornik 1, Petronio 3, Buljubasic 2, Razzi 1, Turkovic, Jankovic, Milakovic 1, Vico 2, Mezzarobba 1, Bini, Mladossich 1, Ricciardi.

All. Bettini

**ROMA NUOTO**

De Michelis, Ciotti, M. Vavic 2, F. Faraglia 1, P. Faraglia, Di Santo, Boezi, N. Vavic 1, Graglia, Casasola 1, Spione 2, Tartaro, Maiolatesi.

All. Tafuro

Arbitri: Colombo e Fusco

**Note:** uscita per falli F. Faraglia (R) nel quarto periodo; superiorità numeriche Pallanuoto Trieste 3/8 + 3 rigori, Roma Nuoto 2/5 + 1 rigore; nel quarto periodo Oliva (T) ha parato un rigore a M. Vavic

**D**ieci mesi. Così tanto tempo è passato dall'ultima partita disputata alla "Bruno Bianchi". Era il 4 marzo scorso, la Pallanuoto Trieste batteva il Quinto per 14-13. Poi il lock-down, la sospensione dei campionati, e tanti altri problemi di natura sanitaria. Ma come una sorta di benefico colpo di spugna, lo sport ha fatto dimenticare contagi, controlli medici, visite e tamponi. La Pallanuoto Trieste è finalmente tornata a giocare e nella sua gara di esordio nella serie A1 maschile ha regolato la Roma Nuoto per 12-7. Un successo nitido, meritato e prezioso, che permette ai ragazzi di Daniele Bettini di compiere un passo importante verso la qualificazione al girone scudetto.

La cronaca. Passano 45" e capitano Petronio sblocca il match con una staffilata delle sue, poi Milakovic su rigore sigla il 2-0. L'ottimo avvio illude forse i padroni di casa, e infatti la Roma Nuoto torna



📷 Michele Mezzarobba e Nemanja Vico in azione sabato alla "Bianchi" nel match vinto con la Roma Nuoto

sotto con veemenza. Casasola (da boa), Marko Vavic in controfigura e Spione ribaltano la situazione sul 2-3. Il 3-3 arriva quasi in chiusura di prima frazione, in superiorità: Buljubasic serve un pallone che Podgornik sbatte in porta. Gli alabardati provano ad allungare e nel secondo periodo scappano sul 5-3 grazie allo scatenato Petronio e al rigore guadagnato da Razzi e trasformato con freddezza da Mezzarobba.

I giallorossi però restano in scia. In apertura di terzo periodo Spione in superiorità scrive 5-4, Mladossich si mette in proprio per il gol del 6-4, Marko Vavic tiene vive le speranze ospiti con la rete del 6-5. Negli ultimi 8' la Pallanuoto Trieste cambia letteralmente marcia. Vico di prepotenza confeziona il 7-5, Francesco Faraglia accorcia ancora in superiorità (7-6) prima dell'inizio dello show balcanico. Vico è di nuovo incontenibile (8-6), Buljubasic si produce in una straordinaria beduina dai 2 metri (9-6), il centroboa serbo serve un perfetto assist che il difensore croato trasforma nella rete del 10-6 a 5'01" dalla fine. Oliva ci mette del suo sventando un rigore tirato da Marko Vavic, nell'azione successiva Razzi dai 5 metri è molto più freddo e firma l'importante 11-6. Una controfigura di Nikola Vavic permette agli ospiti di tornare sul -4, l'ultima parola però è ancora del numero 3 triestino, che con potenza e precisione chiude la contesa sul definitivo 12-7. E proprio a Walter Petronio, il padre di Ray, scomparso in questi giorni, la Pallanuoto Trieste ha voluto dedicare questa vittoria.

**PALLANUOTO TRIESTE** 6  
**PLEBISCITO PADOVA** 17

(1-4; 2-5; 2-4; 1-4)

**PALLANUOTO TRIESTE**

S. Ingannamorte, Sblattero, Boero 1, Gant 2, Lonza 1, Cergol, Klatowski 1, E. Ingannamorte 1, Bozzetta, Rattelli, Benati, Russignan, Krasti.

All. I. Colautti

**PLEBISCITO PADOVA**

Teani, M. Savioli 2, I. Savioli, Gottardo 2, Zorzi, Casson 6, Millo 3, Dario, Al Masri, Grigolon 1, Meggiato 1, Centanni 2, Giancon.

All. Posteriovix

Arbitri: L. Bianco e Doro

**Note:** uscita per limite di falli Rattelli (T) nel terzo periodo; superiorità numeriche Pallanuoto Trieste 3/11, Plebiscito Padova 6/9 + 1 rigore; nel secondo periodo Krasti (T) ha parato un rigore a Millo

**SERIE A1 FEMMINILE** LA CORAZZATA VENETA SI IMPONE ALLA "BIANCHI" COME DA PRONOSTICO

# Orchette stop col Plebiscito Ma passi avanti nel gioco

**P**assi avanti in casa Pallanuoto Trieste. Nel recupero della prima giornata della serie A1 femminile, le orchette sono state battute alla "Bianchi" dal Plebiscito Padova (6-17). Nonostante il punteggio, la squadra di Ilaria Colautti ha sfornato una buona prestazione, superando alle tante assenze e ad una condizione di forma ancora lontana da quella ideale. Segnali incoraggianti di crescita per una squadra piena zeppa di atlete giovanissime e ancora carenti di esperienza.

Il primo vantaggio è per la Pallanuoto Trieste, con Klatowski che fulmina Teani in superiorità (1-0 dopo 2'30"). Il Plebiscito però prende subito il controllo della situazione e scappa sull'1-4 di fine primo periodo grazie alle reti di Meggiato, Centanni, Millo e Grigolon. In apertura di secondo periodo Krasti para un rigore a Millo, ma la stessa attaccante ospite recupera ribatte in rete (1-5). Gant realizza il pregevole 2-5 in superiorità, poi il Plebiscito scappa. Casson segna tre reti di fila per il 2-8, Elisa Ingan-



📷 Francesca Rattelli controllata dalla difesa del Plebiscito Padova

namorte segna il suo primo gol in A1 per il 3-8, Centanni insacca il 3-9 di metà gara. Stesso copione anche nella terza frazione. Padova allunga fino al 3-12 con Casson, Martina Savioli e Millo, prima della rete di Francesca Lonza, classe 2004, anche lei alla sua prima realizzazione in A1 (4-12). La gara è sostanzialmente chiusa, le orchette vanno in gol ancora con Gant e nel quarto periodo con Boero (bordata dagli 8 metri), a 24" dalla sirena finale Gottardo chiude i conti con la rete del definitivo 6-17.

## UNA STORIA TUTTA DOLCE



La famiglia EPPINGER emigrata dall'Ungheria per giungere a Trieste, nel 1848 fonda una delle più importanti attività dolciarie di pasticceria Austro-ungarica. Ancora oggi il marchio EPPINGER è un punto di riferimento della pasticceria Triestina che per molti aspetti è simile a quella Viennese. Presnitz, Putiza, Pinza, Fave, Marzapane, sono solo alcuni prodotti tipici Triestini che oggi il marchio EPPINGER può sfornare per deliziare gli amanti del gusto Mitteleuropeo.



www.eppinger.it

EPPINGER è un marchio

**Bom Bom**

PASTICCERIA

Via Muggia, 4 - 34018 S. Dorligo della Valle Trieste - Italy - Tel. +39 040821259 - info@eppinger.it

LA SITUAZIONE | LE SOCIETÀ LA PAROLA A TS&amp;FVG, MUGGIA E PRIMORJE

# Si pensa alla ripresa ma come continuerà la Terza Categoria?

## Nessuna indicazione sul destino del campionato

**D**ire se il calcio dilettantistico riprenderà e soprattutto quando lo farà è ancora prematuro. I dubbi e le difficoltà sono molteplici, tanto a livello organizzativo quanto a livello di tempistiche. Qualche ipotesi si sta facendo largo, ma riguarda i campionati dall'Eccellenza alla Seconda Categoria. E la Terza? Il discorso su questo torneo è complesso: pur essendo di competenza del Comitato provinciale, si tratta di un torneo a tutti gli effetti regionale, in cui si sfidano compagini provenienti da tutto il Friuli Venezia Giulia. Un altro nodo da sciogliere per il presidente **Canciani**, in attesa di capire se il calcio avrà ancora speranze di ripartire. Questo, solo il tempo potrà dirlo.

**Alex De Bosichi**, presidente della Ts&Fvg Academy, all'esordio con la prima squadra, mette in mostra diverse lacune sulle gestione del problema: "Per ora non abbiamo ricevuto alcuna comunicazione, si parla di tutti ma non di noi club di Terza Categoria. Ho fiducia nel presidente Canciani, lo conosco bene e apprezzo da sempre il suo operato, dunque sono convinto che agisca in buona fede. Chi invece avrebbe il compito di tutelarci, e a mio modo di vedere non lo sta facendo adeguatamente, sono le istituzioni: stanno prendendo decisioni senza conoscere bene la nostra realtà". Un problema che sorge da una semplice differenza di denominazione, che secondo il presidente De Bosichi non rispecchia la realtà dei fatti: "Viene fatta una netta distinzione tra comitato regionale e comitato provinciale. La terza categoria appartiene al cosiddetto 'provinciale', ma è evidente che anche il nostro sia un campionato regionale. Sono due modi per dire la stessa cosa, ma



☑ A sinistra, il presidente della Ts&Fvg Academy, Alex De Bosichi. A destra, Enzo Esposito, "regista" della fusione tra Primorje e Primorec



al momento le società come la nostra sono le uniche a farne le spese". Infine, un pronostico sulla stagione in corso: "Si è visto veramente troppo poco per poter dare un giudizio sulle forze in campo, ma un'idea me la sono fatta. Credo che il Muggia 2020 sia, per l'organico di valore ed esperienza, la netta favorita in caso di ripresa, anche se si dovesse ricorrere ai soli play-off. La mia squadra tuttavia, per quanto abbia un'età media molto bassa, esprime un ottimo calcio e potrà far bene con chiunque".

Appare piuttosto scoraggiato anche **Christian Romano**, numero uno del Muggia 2020: "Onestamente ci sentiamo abbastanza messi da parte dalla Federazione, stanno trascurando tutte le squadre della Terza Categoria, ma allo stesso modo anche quelle di Prima e di Seconda, che come noi faticano ad andare avanti in una crisi come questa. Senza sponsor, introiti dal chiosco e biglietti dei match casalinghi le nostre entrate sono pressoché nulle,

ma la quota alla Federazione va comunque pagata. Fortunatamente, a differenza di altri club, noi non stipendiamo i giocatori della prima squadra, che stanno con noi per pura passione, altrimenti non sapremmo davvero come fare. Ora come ora, è dura andare avanti". Fedele alla scaramanzia, Romano risponde anche a chi definisce il suo Muggia la favorita per la promozione: "Non credo che il Muggia 2020 sia tra le favorite. Di certo abbiamo una rosa di buon livello e che punta molto sui giovani, ma ce ne sono tante con molto entusiasmo e qualità".

È invece un fiume in piena **Enzo Esposito**, artefice della fusione tra Primorec e Primorje, che riassume la situazione del Primorje 1924, oggi militante in Terza Categoria, ma non solo: "Ipotizzo che si terminerà il girone d'andata per poi pro-

cedere con i play-off per stabilire i verdeti, ma come ho detto è solo un'ipotesi. C'è molta confusione e molte cose a cui non riesco a trovare un senso, a partire dal fatto che la Terza, quest'anno, non sarebbe nemmeno dovuta partire: c'erano molti casi di positività e poche squadre partecipanti, il destino di questo campionato era già segnato". Confusione e cattiva gestione che, secondo Esposito, non si limitano alla Terza Categoria, ma si rispecchiano su tutto il calcio dilettantistico regionale e nazionale:

"Si aspettano che le società paghino comunque le quote d'iscrizione ai campionati nonostante non si stia giocando e, se lo si farà, sarà solo per metà stagione. Non è pensabile far gravare dei costi del genere a delle realtà come la nostra, gli allenatori vanno comunque pagati e gli introiti sono vicini allo zero. Per non parlare poi della possibile riforma di Spadafora...". La posizione della società carsolina, dunque, sembra chiarissima: "Pensiamo che vada chiuso tutto, il calcio non deve assolutamente riprendere per questa stagione. Noi, già da tempo, abbiamo sospeso tutti le forme di attività sportiva, convinti del fatto che continuare, ora, sia controproducente, e non solo per il calcio. Il nostro paese sta affrontando una crisi seria e bisogna cercare di capire che ci sono cose più importanti del calcio. Ormai, è una questione più etica che economica".

**Tiziano Saule**

I club lamentano la mancanza di indicazioni sul loro torneo

I CAMPIONATI

## Ripartire il 7 febbraio è un'utopia? Stagione comunque da dimezzare Le incognite su play-off e play-out

☑ Ricominciare a inizio febbraio per chiudere i gironi di andata e poi passare direttamente a play-off e play-out. Questa la strada tracciata dal presidente del Comitato regionale della Fvg - Lnd, **Ermes Canciani** (nella foto), e approvata anche dal Consiglio direttivo della Lega Nazionale Dilettanti, che si è riunito giovedì scorso a Roma. Valutate positivamente, infatti, le proposte avanzate dalla maggioranza dei Comitati regionali su come proseguire una stagione segnata fin dall'inizio dal Covid-19, e che si spera di portare a casa in qualche modo.

**OBIETTIVO FEBBRAIO** Il 7 febbraio potrebbe essere la domenica per ricominciare, tenuto conto che il Dpcm attualmente in vigore ha scadenza 15 gennaio. Questo almeno è il desiderio di Canciani, anche se inevitabilmente tutto dipenderà dalla situazione epidemiologica, e non è assolutamente sicuro che dal 16 gennaio ci sarà una riapertura dell'attività dilettantistica e giovanile, tanto più se le previsioni sulla cosiddetta "terza ondata" si riveleranno azzeccate. Insomma, più o meno sommessamente, sono tutti abbastanza convinti che partire all'inizio di febbraio sarà obiettivamente complicato, e che il termine potrebbe invece slittare di un mesetto, valutando anche quando sarà possibile tornare ad allenarsi in gruppo senza le limitazioni attuali.

**LA FORMULA** Se le cose dovessero andare come auspicato da Canciani, si potrebbe tornare in campo, dall'Eccellenza alla Seconda Categoria, tra un mese e mezzo. In tal caso, il campionato sarebbe dimezzato nella sua regular season, con la disputa del solo girone di andata per poi dare spazio a play-off per la promozione e play-out per la salvezza. Con quale modalità si svolgeranno, è ancora tutto da definire, a partire dal numero di squadre che vi parteciperanno, dal destino delle prime e delle ultime (promosse e retrocesse direttamente?) e di come disegnare i tabelloni, tenendo conto che più tardi ci sarà la ripresa, più i tempi saranno stretti per pensare a gironi o a partite di andata e ritorno, come vorrebbe il presidente regionale. Si fa largo tra gli addetti ai lavori l'ipotesi di sfiorare i tempi canonici di chiusura della stagione, ma sarà il direttivo regionale a dare le linee guida in questo senso.

**TERZA E GIOVANILI** Come lamentato dalle società nell'articolo qui a fianco, ancora poco o nulla si sa del futuro della Terza Categoria, che aspetta di conoscere il suo destino di un torneo appena iniziato e subito fermato. E anche i campionati giovanili attendono buone notizie, tenuto conto che solo l'Under 19 aveva preso il via ma poi si è dovuto inchinare alla sospensione generalizzata: sarà senza dubbio necessario rivedere il formato di un campionato che prevedeva una fase senza distinzioni tra regionali e provinciali per poi scindersi in base alle classifiche dei vari gironi. Sarà indubbiamente più facile ripensare a tutti gli altri campionati (dall'Under 17 all'Under 14) visto che sono stati bloccati ancora prima di cominciare. Ovviamente per tutti i tornei ci sarà da rivedere formula e regolamento, tenendo sempre in considerazione il fatto che il momento in cui si potrà tornare a giocare sarà determinante per stilare un calendario e valutare quanto sarà compressa questa assurda stagione.

Il consiglio direttivo della Lnd svoltosi nella giornata di giovedì 10 dicembre al Foro Italo, ha valutato positivamente le proposte avanzate dalla maggioranza del Comitato regionali sulle modalità del proseguimento della stagione sportiva 2020/21. Di conseguenza, per quanto riguarda il Friuli Venezia Giulia, ma lo sarà anche per le altre regioni, si concluderà regolarmente il solo girone d'andata e poi spazio ai play-off e play-out dall'Eccellenza in giù. Restano ancora alcuni dubbi su quest'ultimi. Sul punto il presidente regionale Ermes Canciani è ancora prudente e serviranno delle valutazioni da farsi nel prossimo direttivo a Palmanova. Il nodo è sul numero di squadre che dovrebbero prendere parte agli extra seasons in riferimento al numero delle promozioni e retrocessioni. E la ferma intenzione è di disputarli con gare di andata e ritorno anche per permettere ad entrambe le società un introito (botteghino e chiosco). Ma quando si potrà tornare a giocare? Su questo il presidente ha già un'idea e ha cerchiato in rosso sul calendario la data del 7 febbraio quale ripartenza, salvo proroghe dell'attuale Dpcm, peraltro già sotto il mirino del Tar del Lazio. E anche le coppe si giocheranno, la volontà di Canciani è di portarle al termine ed assegnare i vari titoli. Per i campionati giovanili invece sarà tutto da rifare, quelli non erano neppure iniziati, tranne gli juniores per i quali verrà probabilmente studiata la nuova formula.

LE ELEZIONI IL 6 FEBBRAIO L'ASSEMBLEA LND. IN FRIULI VENEZIA GIULIA SI ANDRÀ AL VOTO GIÀ IL 3 GENNAIO?

# Verso le conferme dei presidenti sia a livello nazionale che in Fvg

**S**e la data per la ripresa dell'attività è al momento più un auspicio che una sicurezza, è invece già scritto sull'agenda il giorno in cui si eleggerà il presidente della Lega Nazionale Dilettanti. Il Direttivo della Lnd ha infatti fissato al 6 febbraio 2021 l'assemblea elettiva che sancirà la conferma di **Cosimo Sibilia** a numero uno del movimento dilettantistico italiano. I presidenti dei Comitati regionali

hanno espresso all'unanimità la richiesta della candidatura allo stesso Sibilia e quindi non ci saranno sorprese al momento dell'elezione. "Ringrazio i presidenti regionali per l'indicazione unanime che è il risultato del grande lavoro svolto in sinergia e con la collaborazione di tutti i componenti del Consiglio Direttivo nel corso di questo mio mandato. - ha commentato l'attuale, ma anche fu-

turo, presidente della Lega Nazionale Dilettanti - Auspico che il percorso elettorale, pur nelle difficoltà che caratterizzano questo momento particolare del nostro Paese, possa svolgersi serenamente e come sempre nell'interesse primario delle società". Cosa accadrà in Friuli Venezia Giulia? Lo stesso direttivo nazionale ha stabilito la finestra temporale per le elezioni nei Comitati regionali, che

si svolgeranno tra il 2 e il 12 gennaio. Nei mesi scorsi si era posto il dubbio sull'effettivazione delle elezioni, che seguono i quadrienni olimpici: il rinvio della rassegna a cinque cerchi di Tokyo ha scombussolato i piani anche in questo senso, ma l'assenza del calcio italiano in Giappone ha di fatto sciolto ogni dubbio sui tempi per il rinnovo dei vertici Lnd, sia a livello nazionale che regio-

nale. La volontà dell'attuale presidente **Ermes Canciani** è quella di andare a elezioni il prima possibile, tanto che la data più gettonata sembra quella del 3 gennaio. Anche qui non ci dovrebbero essere stravolgimenti. Canciani punta al secondo mandato e non avrà problemi a ottenerlo, tanto più che molto probabilmente il presidente uscente sarà il candidato unico per il vertice del calcio

regionale. Nel novembre del 2016, in occasione della sua prima elezione, Canciani dovette fronteggiare la candidatura dello storico presidente del San Giovanni, **Spartaco Ventura** (che ci aveva provato già quattro anni prima), vincendo comunque in maniera piuttosto larga, come da previsioni. Stavolta invece non dovrebbero esserci contendenti sulla strada della riconferma.

SPORT E DINTORNI | L'INTERVISTA CLAUT FRA LA PASSIONE PER IL CRICKET E LA CANDIDATURA A SINDACO

# Trieste United, voglia di ripartire Gli sport minori facciano sistema In Carso il "parco emozionale"

"Il prossimo primo cittadino deciderà il futuro della città per i decenni a venire"

**D**allo sport al sociale e adesso, dopo le esperienze già vissute in passato, il ritorno alla politica attiva, sul territorio, quella vera che vive di rapporti umani e personali, al di là delle reciproche ideologie e delle comprensibili e rispettive divergenze di opinione. **Alessandro Claut** è da sempre personaggio poliedrico, interconnesso con le diverse realtà del tessuto cittadino; per usare un'espressione calcistica tanto di moda, per lui che è da sempre tifoso nerazzurro, è una sorta di "giocatore fra le linee", capace di comunicare e collaborare fra i diversi reparti. Fuor di metafora, nelle scorse settimane è stata annunciata la sua corsa alle prossime Comunali, che lo vedranno in lizza come candidato sindaco.

Ma Claut rappresenta anche l'anima e il cuore della Trieste United, la società che ha deciso di importare in città una disciplina esotica e fino ad allora quasi sconosciuta, il cricket. È infatti lui il presidente e il vero e proprio deus ex machina del club, un sodalizio all'insegna dell'integrazione tout court, di fatto e non solo a parole, che ha messo insieme per lo più atleti provenienti dall'Asia centrale giunti sul nostro territorio soprattutto per motivi economici ma che giustamente sono stati inseriti in un progetto sportivo capace di creare benefici sociali all'intera comunità.

Anche il **Trieste United**, naturalmente, ha dovuto patire le conseguenze della pandemia e l'attività nel 2020 si è fermata ma l'intenzione della dirigenza è di riprendere a giocare con l'anno nuovo, anche se bisogna prioritariamente risolvere il problema infrastrutturale. Tradotto: trovare un campo di gioco. Ma le trattative, assicurano, sono bene avviate.

**Alessandro Claut: partiamo proprio dal cricket, e non potrebbe essere altrimenti visto l'impegno e la passione investiti nella creazione di una compagine locale. Facciamo un passo indietro: come e quando ha deciso di fondare la Trieste United?**

«La società è stata costituita tre anni fa ed il motivo è presto spiegato: il cricket è il secondo sport più praticato e diffuso nel mondo, preceduto solo dal calcio. Paesi come l'India e il Pakistan hanno decine, se non centinaia di milioni di praticanti e ancor più di tifosi, essendo oltretutto queste due nazioni fra le più popolate al mondo, ma anche a livello nazionale la disciplina è in forte crescita ed oggi più che in passato grandi network sportivi e commerciali si stanno dimostrando molto interessati ad investire in questa attività. L'assunto è partito da qui e devo dire che il riscontro e l'interesse della città e dei territori limitrofi sono stati positivi, anche se a livello istituzionale non tutti hanno risposto presente, e questo è un tasto per me particolarmente dolente».

**Nel corso di questo maledetto 2020, non solo ma anche a causa della pandemia, la vostra**



Qui a lato, Alessandro Claut, da sempre attivo e interconnesso con le diverse realtà del tessuto cittadino. Sotto, una foto d'archivio della Trieste United, società di cui Claut è presidente

Claut è stato il presidente del "triple" nell'hockey in line



"Covid, dipende da tutti noi. Necessario rimanere vigili"

**attività naturalmente si è fermata. Ci sono possibilità concrete di rivedere il cricket prossimamente a queste latitudini?**

«Assolutamente sì! L'obiettivo, mio e del mio staff, è di rimetterci in marcia ben presto, appena la situazione emergenziale sarà terminata, e di proseguire il percorso intrapreso e poi bruscamente interrotto. Il problema più cogente per ricominciare a giocare riguarda il campo; siamo in trattativa con l'amministrazione pubblica di Monfalcone per realizzare nel Mandamento un centro di eccellenza per svolgere questo sport ma anche per lanciare altre attività. I presupposti sono buoni, e sarà importante nel 2021 dare concretezza a quanto impostato».

**Lei è uno sportivo - e un tifoso - tout court: che idea si è fatto della Triestina 2020/2021 e che cosa si augura per questa stagione, sia in casa Unione che per quanto riguarda le sorti**

**dell'Allianz?**

«Spero fervidamente che l'Alabarda possa finalmente sventolare in Serie B e che la società continui a crescere e a essere vicina alla tifoseria, ed al contempo che i supporter non facciano mancare il loro appoggio alla Triestina. È chiaro che in questo momento fare previsioni sia quasi impossibile, perché il Covid sta pesantemente influenzando i campionati e perché una terza ondata a febbraio e marzo potrebbe in parte pregiudicare la calendarizzazione delle partite, ma ovviamente ci auguriamo il contrario. Per i giudizi definitivi, quindi, è bene attendere ma incrociamo le dita e ci auguriamo il meglio. Lo stesso discorso vale per la Pallacanestro Trieste: sono convinto che saranno in grado di salvarsi serenamente e magari di raggiungere».

re anche i play-off, mi sembra che la società, anche in questo caso, sia riuscita a costruire una squadra all'altezza. Ma prima di ogni altra considerazione, come anticipato, c'è da pensare appunto alla salute di tutti, sportivi e tifosi compresi: dipende da noi, dall'attenzione nella nostra vita quotidiana e da come ci comportiamo; se tutti faremo la nostra parte, riusciremo senz'altro a fermare e a sconfiggere questo maledetto virus».

**Capitolo impiantistica locale (e dintorni): la sensazione è che l'amministrazione pubblica abbia operato puntualmente nei confronti del pianeta calcio, professionistico e dilettantistico, ma meno bene verso gli altri sport. È d'accordo?**

«Sì, e c'è una spiegazione razionale: quelli del calcio sono quelli che vanno maggiormente a votare, e fino a quando gli sport minori non impareranno ad alzare la voce e a fare un po' più di pressione, lo status quo rimarrà sempre lo stesso. Io sono il presidente del "triple", ho vinto scudetto, supercoppa e coppa Italia di hockey in line con l'Edera, per cui so bene a cosa mi riferisco. Credo che le discipline impropriamente definite come meno importanti debbano iniziare a far pesare il proprio voto: in fondo, se tutte si mettessero insieme, conterebbero ben più delle asd che ruotano attorno al pallone...».

**La politica, dulcis in fundo: Alessandro Claut punta in alto e nel 2021 correrà per la poltrona di sindaco. Con quali obiettivi?**

«Sarò il candidato della federazione del TLT; non si sa ancora se si voterà verso tarda primavera o in autunno, dipenderà naturalmente dalla situazione contagi, ma in ogni caso vogliamo farci trovare pronti per questa tornata fondamentale per il futuro di Trieste. Si tratterà infatti di elezioni strategiche per il destino del nostro territorio: chi sarà sindaco deciderà l'avvenire della Venezia Giulia per i prossimi decenni, in un periodo storico così particolare per tutto il mondo. Per questo, al di là del credo e dell'appartenenza, bisognerà andare a votare e fare pressione in modo che chiunque si impegni concretamente per la città. Personalmente uno dei punti principali del mio programma sarà proprio l'aspetto legato allo sport, che oltre alla sua parte agonistica è vitale per la salute dei cittadini. Come federazione del TLT il punto principale sarà quello di una Trieste detassata e defiscalizzata, che al netto dei vari slogan garantirebbe a tutti maggiori possibilità e più soldi e denaro nelle nostre tasche, dando impulso a tutto il terziario. E mi impegnerò concretamente per creare il parco emozionale del Carso, dove coniugare sport, attività ludica, natura, benessere ed enogastronomia, per grandi e piccini. Per riprendere possesso del territorio e godere delle bellezze che ci sono state regalate».

Gabriele Lagonigro



Non hai ricevuto la NEWSLETTER di CITY SPORT?

Manda il tuo indirizzo e-mail su WHATSAPP al +39 340 2841104



[www.citysport.news](http://www.citysport.news)  
 ✉ citysport@hotmail.it  
 📱 City Sport  
 📷 @citysporttrieste

PALLAVOLO | IL CASO

## La Fipav nazionale rincarà la dose: "Azioni decise e forti perché la situazione è diventata inaccettabile"



► In questi ultimi mesi sembra che lo sport nazional-popolare più diffuso sia il lamentarsi, e a livello sportivo ancor più, da quando è arrivato il blocco al poter allenarsi; in questi ultimi giorni, però, dalle lamentele della base si è passati ad azioni di vertice connotate da profili meno morbidi e generici. Abbiamo già parlato, e quindi non ci dilungheremo, riguardo quanto previsto dall'ultimo Dpcm e della relativa presa di posizione del Coni, che ha ammesso varie attività di enti di promozione sportiva come di "preminente" interesse nazionale. Si è scatenato un temporale, almeno nel mondo della pallavolo federale, e l'ultimo aggettivo va sottolineato perché siamo di fronte al paradosso che da oggi potrebbero tornare in palestra i praticanti del volley amatoriale, ma non gli agonisti tesserati alla Federazione. Il presidente nazionale **Bruno Cattaneo** (nella foto), dopo aver inviato lunedì scorso a Malagò una lettera che non ha trovato risposta alcuna, ha rincarato la dose giovedì 10 scrivendo nuovamente al numero uno del Comitato Olimpico e, questa volta, anche al capo dipartimento dello sport presso la Presidenza del Consiglio dei Ministri, Giuseppe Pierro. Missive dalle tinte forti,

nelle quali si delineano delle possibili prese di posizione di un peso particolarmente alto, anche sulla bilancia delle relazioni istituzionali. "Laddove non giunga in tempi brevi una risposta di chiarimento - si legge nei documenti - con l'inizio della prossima settimana adegueremo anche la posizione della Federazione Italiana Pallavolo a quella degli altri enti, tornando a considerare anche le attività definite dal nostro regolamento gare di interesse nazionale come di "preminente interesse nazionale" con la conseguente possibilità di svolgimento degli allenamenti e la riprogrammazione dei calendari dei campionati".

Una sorta di bomba pronta a esplodere, nel caso non venisse disinnescata nel giro di poche ore, anche perché la nota si conclude con l'intenzione di "attivare in tutte le sedi opportune azioni volte a difendere gli interessi delle società affiliate alla Fipav". Sentito per un'opinione, il presidente del Coni regionale **Giorgio Brandolin** si è così espresso: "Sono assolutamente d'accordo con la decisa presa di posizione di Cattaneo, che contesta giustamente la lettura tenuta dagli enti di promozione sportiva e avallata dal Coni stesso. Avevo già denunciato queste interpretazioni strumentali, a discapito di chi ha fatto fin qui grandi e giusti sacrifici, dimostrandosi tra i soggetti più responsabili di tutti, e mi riferisco anche alla Federazione Italiana Pallacanestro". Se il tutto sembra un mistero che via via si infittisce, per la Fipav - visti i toni usati dal suo presidente nazionale - la situazione dovrebbe essere chiarita in questi giorni, in un senso o nell'altro. La nostra finestra rimane aperta su un cortile dove, al momento, si vede un lungo scambio... ma, ahinoi, ancora solo di lettere e non con il pallone.

Marco Bernobich

CANOTTAGGIO | CANDIDATI A ROMA SECONDA PARTE DELL'INTERVISTA DOPPIA A CROZZOLI E D'AMBROSI

# La forza dei risultati e le idee innovative base dei programmi

Entrambi sottolineano l'importanza dello sviluppo "in rosa"

Seconda parte dell'intervista doppia che vede coinvolti i due candidati triestini alla carica di consigliere nazionale della Federazione canottaggio: **Dario Crozzoli**, attuale membro della FIC a Roma, e **Massimiliano D'Ambrosi**, presidente del Comitato regionale del Fvg. Dopo le domande rivolte lunedì scorso, ecco altri cinque quesiti che aiutano a comprendere il pensiero, il programma e gli obiettivi dei due rappresentanti giuliani del remo.

**Prima le discipline con il timoniere, poi alcune barche tra i pesi leggeri, ora sembra che dopo Tokio spariranno anche gli atleti meno "pesanti" dal programma a cinque cerchi. Come possono essere interpretate queste scelte?**

D.C. «C'è chi spinge verso specialità forse meno impegnative ma più spettacolari e televisive. Ogni Olimpiade è caratterizzata dall'introduzione di nuove discipline, a discapito di altre che subiscono riduzioni o addirittura l'eliminazione. Una grave perdita, anche se da tempo si vociferava, quella dei pesi leggeri; io comunque non me la sento di imputare nulla alla FISA, che ha lottato fino all'ultimo».

M.D. «Ci sono gli sport che hanno le categorie di peso, ma una distinzione unica è un po' una "anomalia", come se ci fosse il basket per gli alti meno di "tot". Dispiace perché i pesi leggeri ci hanno regalato grandi risultati e la ritengo una categoria utile all'allargamento del canottaggio in tanti paesi».



Da sinistra, D'Ambrosi (presidente del Comitato regionale Fvg) e Crozzoli (membro della FIC a Roma): sono i due candidati triestini alla carica di consigliere nazionale della Federazione Canottaggio

Si plaude all'opera meritoria in lockdown di dirigenti e tecnici

**Una continua evoluzione vede all'orizzonte il beach sprint ed il coastal rowing, che in questi ultimi anni hanno registrato un alto gradimento. Si parla di queste discipline già a Parigi 2024: sarà il futuro?**

D.C. «Dal 2007, il primo anno dei Mondiali di coastal rowing, la FISA ci ha indicato la strada. Io da presidente del Saturnia, poi del Comitato regionale e successivamente da consigliere nazionale, ho cercato di raccogliere questo messaggio favorendo la partecipazione dei nostri equipaggi a questo tipo di gare».

M.D. Non sarà il futuro, ma parte del futuro. Si tratta di un "altro sport" per tanti motivi, dal tipo di preparazione ai fattori esterni che influiscono sulla prestazione. È una disciplina spettacolare e televisiva, che troverà sempre maggiore spazio; importante che lo faccia in parallelo al canottaggio tradizionale».

**Una prima ondata di pandemia è stata respinta con gli allenamenti e le gare a distanza, ora ne stiamo affrontando una seconda: quali dovranno essere gli accorgimenti?**

D.C. «Occorre continuare a seguire i protocolli federali, sviluppati a seguito dei decreti governativi e regionali: la sicurezza ha la pri-

orità. Il canottaggio ha risentito solo in parte delle terribili conseguenze della pandemia, proseguendo le attività online durante il lockdown, e non si è mai fermato grazie all'opera dei dirigenti societari e dei loro tecnici».

M.D. Questa seconda ondata, almeno sinora, non ha impedito gli allenamenti, questa è una grande differenza. C'è bisogno di sport: è sinonimo di salute e non si può pensare di fermarlo completamente, perché i danni sarebbero enormi. Comitati e Federazione devono stare al servizio delle società, aiutarle ad interpretare le norme e portare avanti l'attività in sicurezza».

**Perché vi siete candidati alla carica di consigliere nazionale per il prossimo quadriennio?**

D.C. Dai giovani ai master fino alla partecipazione di tutti i settori: non desidero trascurare nulla dei risultati fin qui ottenuti. Se eletto mi applicherò in questa direzione con la passione e le competenze maturate in questi anni di esperienze sul campo e perché mi è stato chiesto dal presidente Abbagnale. Anche per mia natura, vorrei portare a compimento un progetto al quale mi sono legato e che non ho ultimato».

M.D. «Per portare in Consiglio federale quell'esperienza e progettualità da diversi mandati consolidata e riconosciuta a livello regionale e poter manifestare quella necessità di maggiore vicinanza tra la Federazione e le istanze della base remiera, che in questi anni troppe volte non abbiamo percepito e di cui invece abbiamo sentito spesso il bisogno».

**Le "quote rosa" anche nel canottaggio remato stanno facendo passi da gigante, con le azzurre protagoniste non più solo tra le junior, ma anche a livello under 23 e assoluto. Risultati che sarebbero dovuti giungere da tempo, o un fenomeno mirato e ben concepito soprattutto in questi ultimi anni?**

D.C. «Il settore femminile storicamente ha sempre faticato ad imporsi per svariate ragioni. Le vogatrici erano oggetto di minore attenzione da parte dei gruppi sportivi militari. Da un lato possiamo dire che c'è stato un cambiamento. In questi anni la FIC ha esercitato il suo ruolo di incentivazione dell'attività femminile: un esempio è stata la sponsorizzazione di Coop dedicata quasi esclusivamente alle ragazze».

M.D. «Tante società hanno iniziato ad accogliere anche le donne ed è crollato il mito che siamo uno sport solo maschile; un settore dedicato ed importanti risorse investite rappresentano probabilmente le chiavi alla base del successo».

Maurizio Ustolin



Radioattività è media partner

tutte le radiocronache su FM 97.0 - 98.3 MHz e in streaming su radioattivita.com

Giovedì alle 17.00 e in replica alle 21.00 "Pian pianin... riva la domenica"

Redazione Sportiva Radioattività



Manca poco più di due settimane alla **Corsa della Bora 2021**, il festival internazionale di trailrunning impostosi negli anni come uno degli appuntamenti clou del panorama italiano e che anche in questa stagione anomala regalerà agli appassionati una due giorni indimenticabile alla scoperta delle bellezze del nostro territorio. In avvio di anno nuovo, dunque, sono attesi, a meno di decisioni governative sulla gestione della pandemia che portino ad un annullamento della competizione ma che al momento sembrano da escludere, sulle linee di partenza delle innumerevoli distanze in programma quasi duemila partecipanti con le iscrizioni al momento ancora aperte.

Fin dalla prima edizione del 2014, i partecipanti hanno potuto sfidare soprattutto se stessi su percorsi sempre vari sia paesaggisticamente che altimetricamente, potendo poi scegliere la distanza più congeniale alle proprie caratteristiche. E così anche quest'anno, nonostante rimarrà esclusa dai percorsi la parte transfrontaliera ovvero i chilometri da percorrere sul Carso sloveno, l'**Asd Sentiero Uno** ha creato un calendario gare ricco e affascinante.

**RUNNING | L'EVENTO DI FINE GENNAIO**

**Poco più di due settimane alla Corsa della Bora 2021  
In programma cinque distanze principali e tre gare extra**

Sabato 2 gennaio dal Castello di Miramare prenderà il via l'**SI Night Trail** di 80 km, con gli atleti che nel cuore della notte risaliranno verso il Carso per affrontare anche le pendenze dell'Orsario e del Cocusso. Poi il gruppo percorrerà gli ultimi 30 km del tracciato riservato all'**Urban Eco Marathon**, la grande novità di quest'edizione. Infatti Trieste e i suoi dintorni torneranno ad abbracciare i 42,195 km che hanno fatto la storia dell'atletica. Un percorso non classico ma capace di abbracciare le peculiarità del territorio. E così dopo un primo tratto a passo controllato in centro città, gli iscritti partiranno alle 8.30 per la loro fatica da San Giacomo, per



poi correre sulla ciclabile Cottur e da San Lorenzo dirigersi verso Opicina, e successivamente, attraverso i sentieri più veloci e filanti del nostro Carso, al campo sportivo di Visogliano, sede d'arrivo di tutte le prove. Prima di questa atipica maratona alle 7.30 dall'Area di Ricerca incominceranno la loro avventura i protagonisti dell'**SI Trail** di 57 km, che dopo una prima parte molto impegnativa e disegnata tra la Val Rosandra e l'area del Cocusso, si tufferanno su un tratto dove la presenza del mare li accompagnerà fino all'arrivo. Per 100 coppie, ci sarà anche la possibilità di affrontare i 57 km a staffetta.

In tarda mattinata, alle 11.30, dall'Obelisco verrà dato il via alla confermatissima **SI Half** di 21 km mentre alle 12 sarà la volta dei concorrenti della **SI Sprint** di 16 km che da Visogliano si dirigeranno verso il Monte Ermada e il Sentiero Rilke per poi far ritorno al campo sportivo. Infine gli stoici partecipanti dell'**SI Night Trail**, dopo aver percorso gli 80 km, potranno partecipare alla 42 km o alla 16 km per realizzare una piccola impresa.

Per maggiori informazioni si può visitare il sito [www.sltrail.com](http://www.sltrail.com). Emanuele Deste

**SPORT E SALUTE | L'ESPERTO MAURIZIO SORICE RICEVE AL CENTRO BENEFITS IN VIALE MIRAMARE N. 3**

**Dall'attività agonistica alle basi nutrizionali  
Quale dieta scegliere?**

**"In lockdown meno calorie per evitare l'aumento di peso"**

**S**port e nutrizione, un binomio inscindibile e a volte, forse, un po' troppo trascurato. L'argomento è diventato di particolare attualità negli ultimi mesi, quando il lockdown più o meno rigido ha per forza di cose limitato l'attività fisica, le restrizioni imposte dai vari Dpcm hanno inciso per molti anche sul benessere personale ed in questo contesto l'aumento di peso, spesso, ha rappresentato un problema di non poco conto per chi è stato costretto ad una vita più sedentaria. Ne abbiamo parlato con un esperto, che ha risposto di buon grado alle nostre domande.

**Dottor Maurizio Sorice, nutrizionista. Come cambia l'alimentazione quotidiana di uno sportivo, in questo periodo in cui le discipline agonistiche - tranne quelle professionistiche - sono in buona parte sospese?**

«Chi ha dovuto interrompere la propria attività, visto il minor dispendio energetico, dovrà per forza di cose assumere meno calorie per evitare l'accumulo di tessuto adiposo. In seconda battuta, per mantenere i risultati ed in particolare la massa muscolare sarà necessario innalzare un po' la quota proteica. Fondamentale non cessare completamente l'attività motoria ma ricavarsi almeno tre volte alla settimana un'ora di tempo per allenarsi e mantenere tutti gli sforzi fatti. Quasi tutte le palestre offrono servizi di coaching online, seguitene uno e sosteneteli in questo periodo difficile per tutti. L'ipotesi di molti mesi di stop potrebbe essere molto deleteria per la futura ripresa, in particolare per le persone con patologie quali diabete, problemi cardiovascolari, osteoporosi e obesità, molto diffuse nella popolazione italiana, in particolare fra le fasce d'età più avanzata.



Il nutrizionista Maurizio Sorice nel Centro Benefits di viale Miramare

È ormai risaputo come una dieta varia e bilanciata ed uno stile di vita attivo riducono l'incidenza delle sopraccitate patologie».

**Siamo ormai in piena stagione invernale: come variare l'apporto calorico rispetto all'estate?**

«Nei mesi più freddi si tende sicuramente a

muoversi di meno, è il periodo delle feste e dei dolci. Qualche sfizio è giusto concederselo, senza esagerare. Usate questo stop per costruire delle basi solide in cui siete più carenti, basta qualche pesetto e tanta voglia di fare. Per un atleta professionista non cambierà molto poiché il suo dispendio calorico rimarrà pressoché quello se continua ad allenarsi come prima. Per tutte le altre persone consiglio semplicemente di muoversi di più, mangiare sempre frutta e verdura di stagione e seguire una dieta bilanciata. Come fare? Cercate di comporre i vostri piatti in modo completo includendo una fonte di carboidrati, meglio se integrali, una fonte proteica come pesce e carni bianche, ed una fonte di grassi - olio extra vergine di oliva in primis - tanta fantasia e tanta varietà, come ci insegna la nostra cara dieta mediterranea».

**Le differenti attività sportive devono prevedere una dieta diversificata, soprattutto se praticate ad alto livello?**

«Per uno sportivo agonista è fondamentale abbinare un corretto piano nutrizionale alla sua routine di allenamenti. In ogni sport, a seconda che si vada a sollecitare di più il sistema aerobico o anaerobico, si dovranno assumere i vari macronutrienti con un timing ben preciso. In particolare gli atleti delle discipline molto dispendiose, nelle quali il sistema immunitario sarà sicuramente più debole a causa degli intensi sforzi fisici, dovranno assicurarsi un corretto introito di vitamine e sali minerali, e non

meno importante di proteine, carboidrati e grassi per il mantenimento della forma, forza e prestazione».

**Vegetariani e vegani: è possibile la convivenza fra un'alimentazione che elimini totalmente carne, pesce e persino i latticini e un'attività sportiva agonistica?**

«Assolutamente sì. Negli ultimi anni un po' per moda e un po' per scelta personale il numero di vegani/vegetariani professionisti è incrementato notevolmente. Se si assumono nel corretto rapporto i macronutrienti necessari non c'è assolutamente nessuna controindicazione. In particolare, consiglio di assumere le giuste calorie giornaliere, variare le fonti proteiche quali tofu, tempeh, lupini, seitan, ecc. Consiglio inoltre di assicurarsi le corrette dosi di micronutrienti, in particolare di calcio - verdure a foglia verde - ferro con legumi e cereali e omega 3 - oli e semi di lino - e bisognerà inoltre integrare la vitamina B12 e la D, senza dimenticarsi di bere molto acqua. Da evitare o perlomeno meglio essere particolarmente scrupolosi nei giovani per quanto riguarda l'assunzione dei sopraccitati micronutrienti, onde evitare carenze nutrizionali».

**In molti durante il lockdown hanno messo su qualche chilo: come mantenere il peso ideale pur in assenza di attività sportiva?**

«Partiamo dal presupposto che per dimagrire il nostro corpo non necessita di attività aerobica, che viene per di più fatta per il benessere cardiovascolare, ma piuttosto di un deficit calorico che si può ottenere o aumentando l'attività motoria o diminuendo le calorie giornaliere indotte dal cibo che assumiamo. In parole povere, per perdere peso le calorie che assumiamo dovranno essere inferiori, il più delle volte di un 10%, rispetto al nostro fabbisogno quotidiano, in questo modo nel corso del tempo andremo a perdere qualche chilo. Si consiglia di non superare lo 0,5/1% a settimana, possibilmente di massa grassa, senza andare ad intaccare quella magra che dovremo preservare. Come? Aumentando la quota proteica e bilanciando la dieta. Consiglio vivamente di seguire drastiche diete ipocaloriche sotto il metabolismo basale. Fatevi seguire da un vero professionista che vi saprà consigliare il giusto rapporto dei macronutrienti per la vostra situazione. In ogni caso, per le persone principalmente sedentarie che hanno un lavoro da ufficio o per le casalinghe, almeno 10 mila passi al giorno e/o 30 minuti di attività fisica 3/5 volte a settimana rappresentano già un fattore importante per il benessere psicofisico».

Gabriele Lagonigro

**Un cibo bilanciato e uno stile di vita attivo riducono i rischi**

**Radio Punto Zero** la radiocronaca tutte le partite in diretta  
FM 101.1 - 101.5 streaming su [radiopuntozero.it](http://radiopuntozero.it)

**RADIO UFFICIALE STAGIONE 2020/2021**

**Allianz PALLACANESTRO TRIESTE**

Follow us!

# UN CLICK UNA RIVOLUZIONE

# CITYSPORT *news*

## IL QUOTIDIANO SPORTIVO ONLINE DI TRIESTE

The screenshot shows the website's header with the logo and navigation menu: HOME, NOTIZIE, APPROFONDIMENTI, GIORNALI E INSERTI, CITYSPORT CHANNEL. Below the header is a registration notice: "IL QUOTIDIANO SPORTIVO DI TRIESTE - Registrazione Tribunale di Trieste numero 1031 del 13 agosto 2001".

The main content area features a large basketball game image. A player in a red jersey with "Allianz" and "15" is in the foreground, while a player in a black jersey with "15" is in the background. A caption reads: "PALLACANESTRO TRIESTE L'orgoglio non basta: Allianz sconfitta contro le 'V nere' 13 DICEMBRE 2020".

On the right side, there are two promotional banners. The top one is for Suzuki, showing models like Swift, Ignis, Vitara, S-Cross, and the new Jimny, with the slogan "SUZUKI HYBRID E TUTTA GENERATION". The bottom one is for Trieste Auto, advertising a download of "CITYSPORT news N.13 del 7 DICEMBRE 2020" with a "PDF" icon.

# www.citysport.news