

DICEMBRE 2025



# FESTA DEGLI AUGURI

**GIOVEDÌ 18 DICEMBRE  
ORE 19.30**

**Relais Convento  
Persico Dosimo - Cremona -**

**68° Trofeo Panathlon  
71<sup>me</sup> Coppe Alquati  
14<sup>a</sup> Coppa Nolli**

*Nel corso della serata saranno presentati i nuovi Soci*

**È INDISPENSABILE LA PRENOTAZIONE ENTRO IL 10 DICEMBRE  
DENTI LUIGI: 338.4421599**

Merry  
*Christmas*



## L'ANGOLO DEL PRESIDENTE



### SOMMARIO

**L'angolo del  
Presidente**  
pag. 2

**L'Opinione**  
pag.3

**Conviviale di Novembre**  
pag. 4

**Dalle nostre Società**  
pag. 5

**Dalle nostre Associazioni**  
pag. 7

**Che bravi i nostri Soci**  
pag. 8

**Curiosità**  
pag. 9

**Sport e riconoscimenti**  
pag. 10

**Non è mai troppo tardi**  
pag. 11

**Sport senza età**  
pag. 12

**Dal mondo della scuola**  
pag. 13

**Sport e politica**  
pag. 14

**Fair Play**  
pag. 16

**Prossime conviviali**  
pag. 17

**Notizie del Club**  
pag. 18

Amici panathleti,

mercoledì 19 Novembre si è tenuta la nostra Assemblea Elettiva. Mi sento in dovere di ribadire il mio ringraziamento a tutti i Soci non tanto e non solo, come ho già avuto modo di dire, per la mia rielezione, quanto soprattutto per il clima in cui si è svolta l'Assemblea. Intanto il buon numero di presenze, e di deleghe in aggiunta, ha certificato l'interesse dei Soci e il loro coinvolgimento in occasione quanto meno degli eventi importanti del Club, cosa di cui era lecito dubitare considerando la scarsa presenza media (circa 1/3 degli iscritti) alle conviviali. Ma quello che mi ha molto favorevolmente colpito è stato il clima, inteso come la disponibilità di chi non potendo, per i più svariati motivi, garantire il necessario impegno ha fatto un passo indietro, e di chi invece ha dato la propria disponibilità ad essere coinvolto nelle cariche degli organi statutari; il tutto senza forzature, polemiche o risentimenti. Nella stessa serata si è data dimostrazione di grande disponibilità a candidarsi senza calcoli e senza alcuna certezza di essere eletti, semplicemente per rendere legale e valida la seduta elettorale. Anche le lunghe operazioni di voto e di scrutinio, a cui si sono aggiunte quelle per l'individuazione dei premi da assegnare quest'anno, si sono svolte con grande spirito collaborativo, in un clima sereno, senza critiche o intemperanze, contribuendo a rendere una serata particolarmente impegnativa in un'occasione di amichevole convivialità, nel più autentico spirito del Panathlon.

Cambio argomento. Sabato scorso ho assistito ad una partita di Basket tra due squadre di un campionato regionale, caratterizzate entrambe da un roster molto giovane. Il divario tra le due squadre si è gradualmente evidenziato portando il punteggio a dilatarsi sempre più. A 15" dalla fine, sul punteggio di 98 a 67, la squadra in vantaggio ha riconquistato palla e sulla ripartenza l'allenatore è entrato in campo e il suo giocatore, che aveva palla in mano e stava ribaltando l'azione, ha subito capito che era più corretto e rispettoso fermarsi che cercare di andare alla conclusione per superare i 100 punti che, in una partita di basket, rappresentano sempre un bel traguardo. E' stato un piccolo gesto, non inusuale nel Basket, che rappresenta sempre una bella dimostrazione di rispetto e apprezzamento per la squadra avversaria, battuta nettamente sul campo, ma non umiliata.

Domenica 16 Novembre è stata intitolata la piscina Olimpionica di Cremona, alla presenza delle autorità e dei figli, alla memoria di Alberto Garozzo indimenticato Presidente FIN di Cremona, e Socio del nostro Panathlon, che tanto ha fatto per il nuoto Cremonese. In un impianto brulicante della presenza di oltre 700 giovani nuotatori impegnati nella Baldesio Swim Cup, a riempire ogni spazio disponibile, con gli spalti gremiti da genitori e sostenitori, è stata ricordata la sua figura e presentata la targa che verrà apposta all'ingresso dell'impianto a lui intitolato. Vedere un impianto così gremito di appassionati di nuoto penso sia stata la maniera migliore e più appropriata per celebrare un personaggio che tanto si è speso per questo sport e sono certo che anche Alberto, da lassù, pur nella sua abituale pacatezza, ha molto apprezzato sia la circostanza che la maniera scelta per onorare e mantenere nel tempo la sua memoria.

Giovanni Bozzetti

**L'OPINIONE** a cura del Direttore del Notiziario

## **ADDIO A NICOLA PIETRANGELI: DIVERTIMENTO E VALORI NEL SUO MODELLO DI SPORT**



Di Nicola Pietrangeli, primo tennista italiano a vincere un torneo del Grande Slam, si potrebbero citare molti aneddoti sportivi e non.

Atleta dotato di grande talento, era l'icona vivente di uno sport antico, ormai mitico, che da molto tempo è perduto: uno sport di certo meno ricco rispetto a oggi, ma non per questo meno entusiasmante.

Già vincente agli Internazionali di Francia (oggi Roland Garros, che vinse nel '59 e nel '60) Pietrangeli rifiutò un lucroso contratto da professionista per poter continuare a rappresentare l'Italia alle Olimpiadi, a cui all'epoca erano ammessi solo atleti dilettanti.

Patriottismo e spirito libero vinsero sulla Maserati – a suo dire – che si sarebbe comprato con i soldi del contratto: e Pietrangeli vinse in effetti il bronzo olimpico nel '68, a Città del Messico.

Di Nicola Pietrangeli voglio però ricordare un'intervista sullo sport giovanile, che rilasciò alla Rai una ventina d'anni fa.

Nell'intervista Pietrangeli sosteneva che la chiave della proposta sportiva per i bambini deve essere il divertimento, e non la performance. "Il campione nasce, e l'allenatore deve solo essere bravo e fortunato ad intercettare chi è nato per giocare a tennis (o per qualsiasi sport)". Il bambino avrà più chance di emergere in un ambiente disteso e divertente, senza pressioni da parte di coach e genitori. Il divertimento, secondo Pietrangeli, è anche la chiave per sopportare le fatiche degli allenamenti, ed è dunque fondamentale a tutti i livelli.

Un messaggio chiaro, in linea perfetta con la dichiarazione dei diritti del ragazzo nello sport del Panathlon, ancora più incisivo se enunciato da uno dei più grandi campioni italiani di sempre.

Grazie Nicola. "Sit tibi terra levis".

*Andrea Sozzi*



## LA CONVIVIALE DI NOVEMBRE a cura della Redazione

### L'ASSEMBLEA ELETTIVA DEL CLUB

DI ROBERTO RIGOLI

Sarà **Giovanni Bozzetti** il nostro **Presidente** anche per il prossimo biennio! Raccogliendo l'invito della Commissione Pastpresident, l'Assemblea dei soci, presieduta da Fabio Tambani, ha approvato all'unanimità la sua rielezione. Il Presidente ha poi ringraziato i soci per questa scelta ed anche i Consiglieri che l'hanno supportato negli ultimi due anni, non sempre facili, dando anche le prime indicazioni sull'andamento del Club nei prossimi anni.

L'Assemblea ha poi provveduto ad eleggere il nuovo Consiglio Direttivo che affiancherà Bozzetti dal prossimo febbraio ed accanto ai riconfermati **Cesare Beltrami, Andrea Bini, Luigi Denti, Giordano Nobile, Giovanni Radi e Silvia Toninelli** sono risultati eletti **Claudio Garozzo, Chiara Ghiggi e Roberto Romagnoli** e gli incarichi di tutti verranno definiti nelle prossime riunioni del Consiglio Direttivo. A seguire sono stati eletti i componenti degli organi statutari del Club. Il Collegio dei Revisori Contabili sarà composto da **Stefano Arisi, Claudio Bodini, Tiziano Neviani** con **Loris Ruggeri e Filippo Rizzi** membri supplenti mentre il Collegio di Garanzia Statutaria ha visto l'elezione di **Graziano Galbarini, Francesco Masseroni e Fabio Tambani** con **Giorgio Minetti ed Emilio Concarì** membri supplenti.

L'Ordine del Giorno dell'assemblea prevedeva anche l'assegnazione da parte dei soci dei tradizionali premi

annuali del Club. Non era facile scegliere fra i nominativi tutti meritevoli individuati dalla Commissione Soci e presentati dal suo Presidente Cesare Beltrami ma alla fine delle votazioni ecco la loro assegnazione:

#### COPPE ALQUATI:

**Mattia Mari** canottiere della Canottieri Flora, vincitore del Campionato Europeo Under 19 nella specialità dell'otto e del Campionato Italiano Under 19 nella specialità 4 senza pesi leggeri, promosso alla classe 5a dell'IIS Torriani con la media di 9,4;

**Federico Saccani**, ciclista cresciuto nella società Gioca in Bici Oglio Po ed attualmente in forza all'Otelli di Sarezzo, vincitore del Campionato Mondiale Juniores nel quartetto d'inseguimento su pista e promosso alla classe 5ª dell'IS San Felice di Viadana indirizzo meccatronica con la media di 7,08

#### COPPA NOLLI:

**Samuele Maffioli**, canoista paralimpico della Canottieri Bissolati, vincitore del Campionato Italiano Assoluto nelle specialità del K1 mt 200 e mt 500.

#### TROFEO PANATHLON:

**Unione Sportiva Cremonese** per la promozione nel campionato di calcio di Serie A.

I premi verranno consegnati nel corso della "Cena degli Auguri" del Club che si terrà il prossimo **Giovedì 18 Dicembre** presso il **Relais Convento**.



Giovanni Bozzetti rieletto Presidente

Sarà poi compito del Consiglio Direttivo assegnare le Targhe al Merito ed i Premi Speciali entrambi da consegnare nel corso della "Cena degli Auguri".

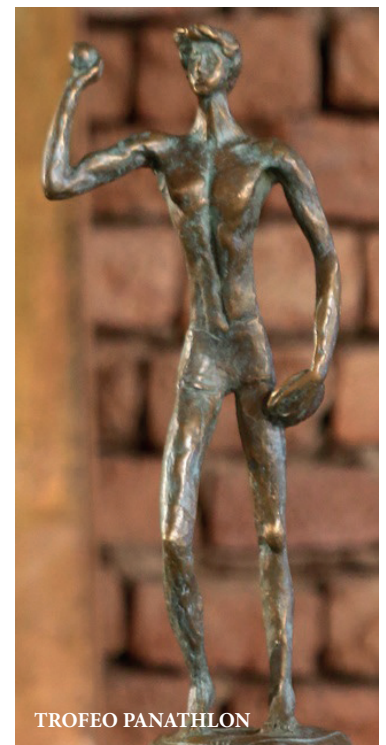
Il Presidente ha chiuso la serata ringraziando Fabio Tambani ed Andrea Bini, rispettivamente presidente e segretario dell'assemblea, e gli scrutatori Francesco Masseroni, Roberto Romagnoli e Renato Bandera per l'impegno nel portare a termine le indispensabili incombenze dell'assemblea ed i soci che avevano il non facile compito di votare sia per l'elezione dei Consiglieri sia per individuare i più meritevoli per i nostri premi ed invitando tutti alla festa del 18 Dicembre.



COPPE ALQUATI



COPPA NOLLI



TROFEO PANATHLON

**DALLE NOSTRE SOCIETÀ** a cura della redazione**CANOTTAGGIO****BALDESIO D'ORO SUL TAMIGI NELLA JUNIOR FOURS HEAD RACE DI LONDRA**

da ufficio stampa Canottieri Baldesio

La Canottieri Baldesio torna da Londra con un bilancio di grande valore: un oro nella categoria Under 16 e una serie di prove autorevoli alla Junior Fours Head Race, una delle regate giovanili più prestigiose e partecipate del panorama internazionale. A rappresentare i colori biancazzurri sono state Irene Barbisotti, Emma Caratozzolo e Delia Mazzoni, inserite negli equipaggi della rappresentativa lombarda Under 17, accompagnati dal consigliere sia di Baldesio che di FIC Lombardia, Giancarlo Romagnoli. Il risultato più significativo porta la firma di Irene Barbisotti, protagonista nel quattro di coppia con timoniere Under 16 insieme a Bernasconi (Gavirate), Casanova (Bellagina), Lococo (Varese) e al timone Reto (Corgeno). La barca lombarda ha centrato il primo posto di categoria.

Buona prova anche per Emma Caratozzolo, impegnata nel quattro di coppia femminile con Di Meo (Lario), Trombetta (Lario) e Pasquali (Eridanea). L'equipaggio ha chiuso dodicesimo su 46, in una gara di quasi sei chilometri caratterizzata da un confronto aperto anche ad atlete Under 18.

Delia Mazzoni, convocata come riserva ufficiale, ha condiviso preparazione, spostamenti e lavoro quotidiano con il gruppo, contribuendo allo spirito di squadra che ha accompagnato la trasferta.

A tracciare un bilancio della trasferta è Giancarlo Romagnoli, tecnico e consigliere della Baldesio, nonché consigliere di FIC Lombardia presente a Londra con il gruppo. Il suo sguardo sintetizza con precisione il valore dell'esperienza: "È stata un'esperienza più che positiva. Per una quindicenne e una sedicenne vivere una trasferta come questa significa confrontarsi con un mondo completamente diverso: 250 barche partenti, livelli tecnici altissimi e un canottaggio con dinamiche nuove. Per loro è stato molto appagante".

Romagnoli sottolinea anche la dimensione umana della trasferta e la soddisfazione per la medaglia di Irene: "Il gruppo è stato davvero straordinario. Hanno collaborato, si sono sostenuti, hanno lavorato con serietà anche sotto la pioggia battente e questo vale più di molte medaglie. La vittoria nel quattro di coppia con timoniere Under 16 è un risultato di prestigio, una grande soddisfazione per Irene, per noi e per la Baldesio. Portare i nostri atleti a questi livelli mi rende orgoglioso". E un'attenzione particolare è rivolta anche alla prova di Caratozzolo: "Il dodicesimo posto di Emma su 46 barche, in una gara così lunga e contro Under 18, è un risultato importante. Ha dimostrato maturità e capacità di misurarsi in un contesto molto competitivo. Sono orgoglioso di entrambe. Questa trasferta può essere un punto di partenza internazionale che, ne sono certo, le porterà lontano".



**DALLE NOSTRE SOCIETÀ** a cura della redazione

## JUDO, BETTELLI DEL KODOKAN ARGENTO ALLE QUALIFICHE DEGLI ITALIANI

da Cremonasport

Il Palageorge di Montichiari ha ospitato la fase di qualificazione dei Campionati italiani Assoluti di judo di serie A2, riservata alle cinture nere over 17.

Mirco Bettelli, del Kodokan Cremona, ha colto l'argento nei 66 kg, qualificandosi per la finale di Follonica del 22 novembre, dove sarà l'unico cremonese in gara. Non è riuscita nell'intento Letizia Portesani, quarta nei 63 kg. Nelle qualificazioni dei campionati U15, sempre per il Kodokan, ci ha provato senza successo Eddygian Agiali (73 kg). A conclusione del weekend, Musashi Sakamoto (Kodokan) ha vinto l'argento nella Youth League U18, Trofeo Regionale, nella categoria 55 kg.



## MINERVIUM ACCADEMY, ZILIANI È NELLA TOP TEN D'ITALIA

da Cremonasport



La Minervium Academy torna da Ravenna, dove si è svolta la 1ª Prova Nazionale Under 14, con indicazioni concrete. Generali, Concarì e Ziliani si sono presentati in pedana per la Minervium Academy. La prima prova nazionale Under 14 di Ravenna ha offerto indicazioni preziose per la squadra giovanile. L'obiettivo principale era valutare il percorso tecnico e la solidità mentale degli atleti dopo settimane di lavoro intenso; i risultati emersi confermano progressi reali, ma anche aspetti su cui continuare a intervenire in modo mirato.

Allieve di Spada – Margherita Generali e Elena Concarì  
Per Margherita Generali ed Elena Concarì, impegnate nella categoria Allieve, questa era la prima gara nazionale stagionale. L'approccio in pedana è stato positivo: buona attenzione, volontà di mettere in pratica quanto provato in sala e una gestione ordinata del ritmo d'assalto. Naturalmente ci sono margini importanti di crescita — soprattutto nella continuità delle scelte tattiche e nella capacità di consolidare il vantaggio quando l'assalto si complica — ma per una prova d'esordio nazionale si tratta di un passo in avanti significativo. Il percorso è lungo e Ravenna rappresenta un tassello utile.

Spada Maschile – Ragazzi: la grande prova di Zaccaria Ziliani

La performance più rilevante arriva da Zaccaria Ziliani, autore della sua migliore gara di sempre e capace di entrare

nella Top 10 d'Italia, chiudendo al 9° posto su 231 partecipanti. Dopo un girone perfetto – tutte vittorie – Zaccaria conquista il 7° posto nella classifica provvisoria, che gli consente di saltare la prima diretta: un vantaggio conquistato con precisione, lucidità e una maturità tecnica che finora aveva mostrato solo a tratti.

Nelle eliminazioni dirette conferma il trend:

- Per i 64: 15–6 su Venturini (Rimini)
- Per i 32: 15–10 su Amatore (Cosenza)
- Per i 16: 15–8 su Borelli (Pompilio Genova), il suo assalto più solido della giornata

La corsa si interrompe alla porta del podio contro Graziano (Saronno), con un 15–10 che evidenzia più differenze di continuità che di valore tecnico. Resta comunque una prestazione eccellente, superiore a quelle finora raggiunte.

Ciò che conta realmente non è solo il piazzamento, ma il modo in cui è stato costruito: più stabilità mentale nei momenti chiave, una condizione fisica decisamente migliore, scelte tattiche più chiare e meno impulsive e grande capacità di mantenere ritmo e convinzione per tutta la giornata di gara. Sono aspetti su cui Zaccaria aveva mostrato discontinuità nelle gare precedenti, e che a Ravenna invece si sono visti in modo netto.

La Minervium Academy torna da Ravenna con indicazioni concrete: Margherita Generali ed Elena Concarì stanno crescendo, e la loro prima gara nazionale conferma basi tecniche su cui vale la pena insistere. Zaccaria si colloca tra i migliori d'Italia, mostrando che il lavoro metodico — non gli slanci occasionali — è ciò che produce i veri progressi. La stagione è lunga e le prossime prove saranno decisive per consolidare ciò che si è visto a Ravenna. Questo risultato deve essere un punto di svolta, non un punto d'arrivo.

## DALLE NOSTRE ASSOCIAZIONI di Renato Bandera

### “PARITÀ DI GENERE”, INIZIATIVA DEDICATA ALLA VIOLENZA SULLE DONNE

Un'iniziativa giovane ed innovativa, proposta dall'AICS Nazionale, per fissare l'attenzione generale sul grave problema della violenza sulle donne; "Parete di Genere". Mini Tornei di Padel che, alle 10 di sabato 22 novembre, in contemporanea su un centinaio di campi della nuova disciplina sparsi lungo lo Stivale, ha rappresentato l'impegno di AICS per l'eliminazione di ogni forma di prevaricazione contro la donna.

A Cremona, unica città impegnata in Lombardia, al Padel si è affiancato il Nordic Walking, mobilitato dal Comitato Unico di Garanzia dell'Amministrazione Provinciale. Studentesse e studenti dell'ITIS Torriani, guidati dalla Presidente e da un'insegnante di educazione fisica del Corso Sportivo, hanno attivamente presenziato giocando sui campi della Canottieri Flora e, in Sala Ristorante, il Gruppo degli ATtoriani, commemorando le decine di vittime di femminicidio degli ultimi mesi, celebrando una cerimonia laica in loro ricordo, originale e di toccante ideazione. Il momento della condivisione dell'obiettivo -Stop Violence Against Women- raffigura-

to dalla Scarpetta Rossa logo della campagna di sensibilizzazione, tra gli oltre 100 presenti si è dipanato nella sala ristoro della Flora, ascoltando il rintocco della campana tibetana che ha risuonato dopo la lettura di ogni nome di donna uccisa negli ultimissimi tempi.

Presenti alla mattinata, il Presidente della Provincia, Mariani, l'Assessore allo Sport, Zancchi, Il Delegato CONI, Lancetti, la Presidente dell'ITIS, Piperno affiancata dalla collaboratrice Lazzari, il nostro Presidente Panathlon, Bozzetti, il Rappresentante del Lions Cremona Europea, D'Avanzo, il nuovo Presidente della Flora, Busseti ed Enrica Lena Presidente AICS, accompagnata dalle Consigliere A. Vallara, C. Colaianni. COOP Lombardia con la Vice Presidente, C. Abati, dopo l'intesa con la Fonda-



Da sinistra: Lena, Bova, Mariani, Signore, Nassi, Bozzetti

zione Cecchettin da poco siglata tra la cooperativa e la Fondazione, ha voluto collaborare per dare avvio, sul territorio cremonese, al Progetto DIRE, FARE, AMARE.

Buono il lavoro organizzativo, andato a segno al meglio, di Pina Bova, Valeria Nassi, Daniele Signore del CUG della Provincia, P. Monteverdi, M. Ferlenghi ed E. Pedroni della Flora. Renato Bandera ha funzionato da Jolly. È stata costruita una -RETE DI SCOPO- che dovrebbe durare nel tempo e nella quale il Panathlon può giocare da protagonista.

## ALIMENTAZIONE, SALUTE E SPORT a cura della Redazione

### IL DOTT. BOZZETTI A SORESINA PER UNA LEZIONE SULL'ALIMENTAZIONE

Un Insegnante che opera all'Istituto Comprensivo G. Bertesi di Soresina (Diego Rufo), mi chiede se lo posso aiutare a far svolgere una Lezione di sana alimentazione alle alunne ed agli alunni delle classi 2B-2C-2D, circa 70 complessivamente. Su questa tematica ha educato, in autonomia, lo scorso anno scolastico, ottenendo attenzione e qualche risultato concreto.

Mi rivolgo al nostro Presidente, Giovanni, sapendo dei suoi molteplici impegni professionali ed istituzionali. Quindi con pressoché nulle speranze di ottenere un assenso. Mi sbaglio...! Metto in contatto il nostro dott. Bozzetti con il prof. Rufo. Risultato? Venerdì 31 Ottobre si sono svolte, in

Aula Magna dell'Istituto soresinese, ben 2 ore di intensa lezione di sana alimentazione sportiva...e non solo.

La lezione è stata "seguitissima", mi si dice, dalle/dai presenti.

Un piccolo episodio positivo che indica come l'essere EDUCATORI, coscienti della propria missione, travalichi burocrazie, formalismi e impegni personali.

Bravi entrambi e grazie!



**CHE BRAVI I NOSTRI SOCI** a cura della redazione

## OLTRE L'IMPOSSIBILE CON DEVICENZI AL CIRCOLO POLARE ARTICO

di Lorenzo Costa da OglioPoNews

Andrea Devicenzi presenta la terza tappa di Oltre l'Impossibile: nel 2026 porterà un gruppo di studenti nel Circolo Polare Artico, nuova avventura formativa dopo quelle in Islanda e in Cambogia.

otto il sole di mezzanotte è il titolo di una graphic novel disegnata dal fumettista spagnolo Rubén Pellejero, primo capitolo del nuovo corso inaugurato alcuni anni fa di Corto Maltese, gentiluomo di fortuna ideato da Hugo Pratt. E sarà quella, la luce del sole di mezzanotte che, per stessa ammissione di Andrea Devicenzi, illuminerà lo scenario della terza tappa di Oltre l'Impossibile. Il concetto di avventura, fil rouge di tutte le tavole in cui è raffigurato l'iconico personaggio ideato da Pratt, viene trasposto – concretamente, nel reale – nelle imprese dell'atleta paralimpico di Martignana di Po. Il giro dell'Islanda prima, il tour in solitaria in Scandinavia subito dopo. L'anno successivo la rotta del ciclista negli States, lungo le infinite strade della musica e della letteratura americana, Jack Kerouac e Sonny Rollins, Beat Generation e Jazz. Un viaggio tra Chicago, patria di Muddy Waters e altri profeti del blues, Nashville e New Orleans. Esperienze che diventano combustibile per altri racconti, per tour meno probanti nelle scuole, ma per questo non meno interessanti.

Davanti ai ragazzi di istituti scolastici in tutta Italia Devicenzi spiega cosa significa fare sport e cosa ha significato per lui ripartire dopo congiunture esistenziali che avrebbero messo alla prova chiunque: fissare un obiettivo, prepararsi, raggiungerlo. Una straordinarietà che, paradossalmente, suona normale sentendo la naturalezza con cui il ciclista descrive i vari progetti, resi possibili con il supporto del suo team. Una leva motivazionale che, per i ragazzi, ha un prezioso valore educativo e formativo.

### SOTTO IL SOLE DI MEZZANOTTE

Quando i confini del racconto, dei docufilm, quando le sue testimonianze dirette iniziano a stare strette, ci sono progetti per vivere in prima persona, con lui, avventure in giro per il mondo. Un format, Oltre l'Impossibile, che lo ha portato a condividere tratti di vita con



ragazzi desiderosi di affiancarlo. Rientrati dai tour in Cambogia nel 2025 e in Islanda nel 2024, i giovani che hanno partecipato alle precedenti edizioni di Oltre l'Impossibile sono casse di risonanza di un'esperienza di vita unica, nel bene e nel male; si tratta pur sempre di sfide.

Ripercorrere rotte, strade, essere lì, negli spazi che ha attraversato, non senza difficoltà, è una leva importante nel processo di crescita degli studenti. Il nuovo progetto sarà ancora più estremo. L'Aula Magna dell'ITE di Busto Arsizio, dove ha anticipato luogo e caratteristiche del prossimo Oltre l'Impossibile, si è trasformata in spazio di viaggio, scoperta e ispirazione.

Davanti a 800 studenti Devicenzi ha presentato la nuova avventura che porterà nel 2026 un gruppo di giovani nel Circolo Polare Artico, uno dei luoghi più affascinanti e ostili del pianeta.

“Una sfida – spiega – che continua un progetto visionario, nato quasi per intuizione, diventato esperienza concreta in Islanda nel 2024 e poi in Cambogia nel 2025, e che oggi cresce, si evolve e apre una nuova rotta verso il Nord estremo. Ho raccontato i panorami infiniti dell'Islanda, il silenzio dei suoi ghiacciai, il calore del popolo cambogiano e gli 810 km pedalati tra umidità e strada rovente. Negli occhi di molti ragazzi vedevo accendersi quella scintilla che riconosco immediatamente: la voglia di provarci. Quella voglia che nasce quando scopri che i limiti non sono muri, ma orizzonti da spostare”. Proprio come ha fatto (nuovamente) qualche mese fa, sul velodromo di Palma de Maiorca, in

un tour de force che ha portato in dote diversi record del mondo.

### OLTRE L'IMPOSSIBILE

“Oltre l'Impossibile è nato da una mia idea condivisa con un'altra visionaria, la dirigente dell'Istituto Tecnico Economico “Enrico Tosi” di Busto Arsizio Amanda Ferrario, e con la collaborazione di moltissime persone, che credevano si potesse portare una nuova forma di educazione all'interno della scuola. Un'educazione esperienziale, fatta di strada, fatica, silenzi, scelte, responsabilità, collaborazione, scoperta del proprio mondo interiore e di quello esterno. Un viaggio che, prima di tutto, i ragazzi fanno dentro di sé.

Nelle prime due edizioni ho visto studenti trasformarsi, superare paure, condividere fragilità, trovare una voce più forte, una direzione più chiara. Li ho visti andare oltre ciò che credevano possibile e oggi, mentre parlavo, percepivo quella stessa energia crescere ancora. La terza edizione li porterà in un ambiente completamente diverso: gelo, vento, una natura che non fa sconti sotto il sole di mezzanotte. Un contesto che ti insegna a collaborare, sviluppare fiducia verso gli altri e scoprire chi sei”.

Già aperta la fase delle candidature: “Gli studenti del Tosi potranno inviare il proprio video motivazionale, raccontando perché vogliono far parte della spedizione e cosa significa, per loro, superare l'impossibile. Non cerchiamo atleti e tantomeno ‘i migliori’. Cerchiamo giovani che desiderano mettersi in gioco, con autenticità, coraggio e la voglia di scoprire chi possono diventare”.

## CURIOSITÀ a cura della redazione

STORIE E SEGRETI DEL LUOGO SACRO DELLA VELOCITÀ.  
LA GEOMETRIA DELLA PISTA DI ATLETICAda <https://runlovers.it>

Ogni volta che entri in pista, metti piede in un capolavoro di geometria e storia. Scopri perché è lunga 400 metri e il calcolo preciso che rende equa ogni gara, dalla corsia 1 all'8.

Una volta che avrai finito di leggere, guarderai la pista d'atletica non più come un semplice anello rosso, ma come un capolavoro di geometria, storia e design, un luogo dove ogni linea ha un significato preciso.

**La pista d'atletica è lunga 400 metri** per onorare le antiche tradizioni e per praticità nella conversione metrica.

Le partenze sfalsate sono la soluzione matematica che assicura a tutti, dalla corsia 1 all'8, di percorrere esattamente la stessa distanza.

**Il colore rosso "Tartan"** è un'eredità storica, la prima superficie sintetica di successo che ha rivoluzionato l'atletica leggera.

**Ogni linea e colore sulla pista** è un codice che comunica informazioni vitali agli atleti (e a te).

**Correre in pista** è una lezione di geometria e storia che ti connette al meglio dell'atletica mondiale.

È il tempio laico della performance pura, dove non ci sono distrazioni, solo la tua velocità.

Un anello rosso di 400 metri: il tempio laico della velocità.

Se corri, prima o poi ci finisci: un pomeriggio di ripetute assassine, la gara della vita o semplicemente un allenamento leggero a fine giornata. La pista d'atletica è la chiesa della velocità, un luogo dove l'unica legge è la performance. Un anello rosso, magari un po' sbiadito, che a prima vista sembra semplice. Quattrocento metri.

Ma ti sei mai chiesto: **perché proprio 400 metri?**

Non è un numero casuale, dettato da un capriccio. La lunghezza della pista è una reliquia storica che unisce tradizione e pragmatismo. In origine, nel mondo anglosassone, le piste venivano misurate in iarde, spesso 440 iarde, l'equivalente di un quarto di miglio. Con l'adozione del sistema metrico decimale a livello globale, si è cercato un compromesso: la cifra di 400 metri era la più vicina e comoda da convertire e gestire in termini di eventi e record.

Non è solo una lunghezza: quella distanza è il perfetto bilanciamento tra la velocità pura (come i 100 o 200 metri) e la resistenza (come i 5000 o 10000 metri). Quattrocento metri è la gara che ti rompe le gambe e l'anima, l'ultima frazione di una staffetta o, nel tuo caso, l'unità di misura

per capire se l'allenamento ha funzionato. Quando frequenti assiduamente una pista di atletica alla fine inizia a pensare anche nei suoi termini: tutto è misurato in 400 metri. La posizione del supermercato? Una pista e mezzo (600 m). Il tragitto casa-lavoro? Cinque piste. Vedi? Puoi rileggere il tuo mondo come fossi ad allenarti sul tartan rosso mattone.

**La matematica delle corsie: il segreto delle partenze sfalsate.**

Se hai mai corso i 400 metri, i 200 o le staffette, avrai notato che gli atleti non partono sulla stessa linea, ma sono disposti come su una scala: sono le celebri partenze sfalsate.

La spiegazione è semplice, ma non banale. Le piste hanno curve, e chi corre nella corsia più interna (la 1a) compie un percorso più breve di chi corre nella corsia più esterna. Se partissero tutti dalla stessa linea, il risultato non sarebbe onesto. È qui che entra in gioco la geometria.

Per assicurare che tutti percorrano esattamente 400 metri, il punto di partenza viene spostato in avanti per ogni corsia che si allontana dal cordolo interno. La misurazione ufficiale non avviene proprio sul cordolo, ma a 30 centimetri da esso (per la corsia 1) e a 20 centimetri dal bordo della linea (per le altre corsie). Questa piccola, fondamentale differenza serve a tenere conto del fatto che non corri con il piede incollato alla riga, e, allo stesso tempo, non corri sul bordo esterno della tua corsia, anche perché faresti qualche metro in più. Perché auto sabotarsi?

La distanza in più che devi coprire in curva, rispetto alla corsia 1, è accuratamente calcolato in modo che il risultato sia un vantaggio compensatorio che fa partire chi è in corsia 8 molto, molto avanti rispetto a chi è in corsia 1, ma a te non interessa, perché sai che la linea d'arrivo è l'unica cosa che conta.

**Perché le piste sono rosse?**

**La storia del Tartan.**

Oggi le piste si fanno di tutti i colori – blu, grigio, verde brillante – per estetica o per marketing, ma per decenni, il rosso mattone è stato il colore istituzionale.

Il motivo? Il Tartan.

Il Tartan non è un colore, ma il nome commerciale della prima superficie sintetica in poliuretano che ha rivoluzionato il mondo dell'atletica. Prima di essa, si correva su cenere, terra battuta o erba. Immagina: se pioveva, la pista diventava un pantano; se faceva caldo, si alzava la polvere.

Tutto cambiò alle Olimpiadi di Città del Messico del 1968. Fu installato per la

prima volta un rivestimento in gomma sintetica. Il Tartan, o materiale simile, era drenante, offriva un grip incredibile e, soprattutto, era uniforme. Si potevano finalmente confrontare i tempi tra diverse piste, anche in diverse parti del mondo, senza l'incognita della superficie. La scelta del rosso scuro o mattone era dovuta inizialmente al colore della gomma e dei pigmenti usati, che ricordavano la terra battuta, ma è poi diventato uno standard iconico, un brand senza logo.

**Segni, linee e colori:**

**decifrare il linguaggio della pista**

Se guardi bene, la pista è come un quaderno di esercizi pieno di scarabocchi incomprensibili per i non addetti ai lavori. Ogni linea, ogni cippo di plastica, ogni colore ha una funzione vitale.

**Il cordolo (o curb):** È la barriera che definisce la corsia 1. Spesso è un cordolo di alluminio o cemento removibile, perché in alcune gare (come i 5000 o 10000 metri) è possibile superarlo, correndo all'interno in caso di necessità.

**Le tacche di zona (o checkmarks):** Quelle piccole linee colorate a terra, spesso verdi o blu, che sembrano messe a caso, sono in realtà i punti di riferimento per gli atleti: inizio e fine delle zone di cambio nelle staffette, punti di rincorsa per il salto con l'asta o punti di misurazione nel lancio del giavellotto.

**Il colore delle linee:** non è casuale: nelle staffette 4x100 e 4x400, i testimoni si scambiano in base a linee di colore diverso, ognuna assegnata a una determinata frazione.

La pista è l'ossessione per il dettaglio tradotta in geometria. Non c'è spazio per l'improvvisazione, solo per la precisione.

Correre in pista è correre nella storia.

Ogni volta che allacci le scarpe ed entri in quella geometria perfetta, stai mettendo il tuo piede nel solco di una storia lunga oltre un secolo. Stai correndo in un luogo dove l'unica vera distrazione è il tuo respiro, dove il rumore della folla è amplificato dal silenzio del tuo sforzo e dove il tuo passo viene misurato al millesimo di secondo.

La pista d'atletica è un laboratorio a cielo aperto, un palcoscenico muto dove si consumano drammi sportivi e si scrivono record. Non è solo un luogo dove allenarsi, è un monumento allo sforzo umano. E la prossima volta che ci metterai piede, ti sembrerà di sentire l'eco dei passi dei più grandi atleti della storia: anzi, ti sembrerà di correrci nella storia.

## SPORT E RICONOSCENZA a cura della redazione

QUANDO LO SPORT TOCCA IL CUORE  
LE BEAU GEST DI ROBERTO BRUNELLI

da Renato Bandera



**Roberto Brunelli**, Atleta paralimpico di canottaggio della Canottieri Flora, si è reso protagonista di un nobile gesto di riconoscenza verso lo scomparso Fiorenzo Gandolfi, ed i suoi familiari.

Fiorenzo, un mese fa, è deceduto per un incidente sulla strada di S. Daniele Po.

Morte istantanea per il Volontario che, per anni, settimanalmente, senza clamori, accompagnava agli allenamenti Roberto, agonista non vedente, da Cingia de Botti, paese di residenza di entrambi, alla Società rivierasca.

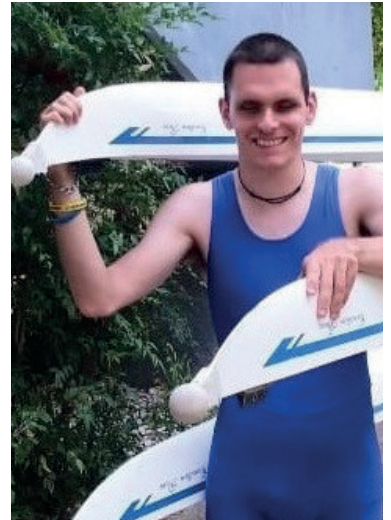
Roberto, aveva promesso a sé stesso che una vittoria importante l'avrebbe dedicata all'amico Fiorenzo.

Così è stato! Nelle gare del quattro GIG misto, svolte a

Torino il 18 e 19 ottobre 2025, nell'ambito del Trofeo Rowing for Los Angeles, il vogatore ha conquistato un ORO di categoria.

Non avendo potuto presenziare ai funerali per partecipare alla gara, Roberto ha deciso di dedicargli la Medaglia del metallo più prezioso.

Un gesto che si colloca a pieno titolo nei Valori che lo Sport costruisce nei suoi praticanti.



## DAI MEDIA DEL TERRITORIO a cura della redazione

## CULTURA DELLA SICUREZZA DELLO SPORT: FORMAZIONE SUL SAFEGUARDING

di Cristina Coppola da Cremonasport



da sinistra Massimo Ghezzi, Valentina Rodini e Daniela Simonetti

come la sicurezza e il benessere delle persone siano ormai parte integrante della responsabilità gestionale di società e associazioni.

Ha aperto i lavori Valentina Rodini, medaglia d'oro olimpica e componente della Giunta nazionale del Coni, che ha richiamato l'attenzione sull'impegno del Comitato Olimpico Internazionale per la formazione di figure specializzate nella prevenzione e nella gestione dei casi di abuso e discriminazione. "Sto seguendo in prima persona il corso per diventare Safeguarding Officer del CIO – ha spiegato – una figura nuova, ma non estranea allo sport. Le società hanno sempre avuto persone attente a questi temi: ora si riconosce ufficialmente un ruolo che prima esisteva solo nei fatti. È positivo che oggi ci siano procedure chiare su cosa fare e come intervenire, perché la linea tra ciò che è abuso e ciò che non lo è sottile e serve consapevolezza per gestirla". Ospite principale Daniela Simonetti, Safeguarding Officer del Consorzio Vero Volley, Fifa Guardian e presidente dell'associazione ChangeTheGame, da anni impegnata nel contrasto agli abusi nello sport. Simonetti ha sottolineato come la figura del Safeguarding Officer sia ancora in costruzione, ma già strategica per la prevenzione e la gestione delle segnalazioni: "La domanda che mi pongono più spesso è: chi è davvero il Safeguarding Officer? In realtà non è un uomo o una donna, ma un sistema di relazioni. È un gruppo di lavoro, un'equipe che deve gestire le segnalazioni con competenza, attenzione e rispetto. Non è un investigatore, ma un punto di riferimento che accompagna, orienta e garantisce che nessuna richiesta di aiuto resti senza risposta". Nel suo intervento, Simonetti ha anche affrontato il nodo culturale di fondo: "Il passo verso la tutela dei bambini e delle bambine nello sport è stato fatto solo a metà. Ci vuole tempo, forse una generazione, per interiorizzare davvero questi temi. Abbiamo una classe dirigente ancora legata a modelli superati: il cambiamento non può avvenire per decreto, ma deve nascere dentro le persone, diventare un passaggio interiore prima che esteriore".

L'incontro si inserisce nel percorso di formazione e sensibilizzazione promosso da Confcommercio Provincia di Cremona per diffondere tra le realtà sportive locali una cultura del rispetto e della sicurezza a 360 gradi, creando spazi di confronto e aggiornamento su temi che incidono direttamente sulla qualità dell'ambiente sportivo e sulla fiducia delle famiglie.

**NON È MAI TROPPO TARDI** a cura della redazione

## CORVETTI, L'HIGHLANDER DELL'ATLETICA. A 93 ANNI INSEGUE UN NUOVO RECORD

da Piermario Ferrero da La Stampa

Classe di ferro 1932, a ottobre tenterà di migliorare il record mondiale di staffetta 4x400 che è già suo. Il segreto? "Tre noci al giorno e un bicchiere di vino ai pasti" Lo chiamano l'highlander dell'atletica vercellese. Andrea Corvetti rappresenta un po' l'icona e il testimonial di come lo sport sia davvero un elisir di lunga vita. Classe 1932, tra poche settimane compirà 93 anni e, come regalo (anticipato) si augura di dedicarsi l'ennesimo record del mondo. Persino la Rai, all'inizio di quest'anno ha voluto incontrarlo per cercare di scoprire qualche segreto di lunga vita sportiva.

### **Un record da battere**

"Tutti me lo chiedono ma non credo d'avere un elisir. L'aspetto fondamentale, alla mia età, è quello di avere la salute. Senza quella tutto il resto passa inevitabilmente in secondo piano. Poi naturalmente ci sono altri aspetti come la passione e gli eventuali aspetti tecnici». L'appuntamento per limare il primato mondiale della staffetta 4x400 di cui è detentore, è il 25 ottobre a Novara: «È stata un'impresa trovare un impianto e i giudici di gara per questo evento - dice Corvetti - inizialmente si è pensato a Pistoia, poi Grosseto, Cosenza e Padova e, alla fine, grazie anche all'interessamento del presidente dell'Atletica Master, di cui sono tesserato, siamo riusciti a organizzare il tutto nel nuovo stadio di atletica». Corvetti, tanto per mantenersi in condizione, è reduce dal campionato master per società a Catania: «Davvero una faticaccia. Come club abbiamo chiuso al diciottesimo posto, ma abbiamo dovuto fronteggiare qualche assenza o infortunio. Con l'intera squadra avremmo potuto chiudere tra le prime dieci".

### **"Nulla di speciale"**

Assenze che hanno costretto Corvetti a un tour de force non indifferente: "Mi hanno chiesto se, oltre alla staffetta, avessi voluto fare anche i 1500 e i 5000 metri. Ovviamente ho risposto di sì, anche se i cinque chilometri il secondo giorno, sono stati dispendiosi». Alla fine gli applausi richiesti dallo stesso speaker della manifestazione che ha voluto che l'atleta vercellese si presentasse al pubblico: «Ero l'atleta meno giovane, forse per questo hanno voluto intervistarmi. Non credo di fare nulla di speciale". Curioso come, dopo il rientro abbia voluto riprendere subito gli allenamenti: «Avevo un po' le gambe indurite: ma dopo qualche giro mi sono sciolto. Meno male che non ho aspettato dei giorni per riprendere». La scaletta di lavoro di Corvetti, anche in vista del record mondiale di staffetta, non cambia: "Mi alleno al campo Coni almeno tre giorni alla settimana, alla mattina. Spesso da solo visto che trovare giovanotti più o meno della mia età, non è facile. A parte Catania dove ho fatto i 5000 preferisco lavorare sulle gare veloci".

### **La preoccupazione dei familiari**

L'alimentazione è importante? "Seguo una dieta bilanciata, che possa andare bene alla mia età. Mangio di tutto ma con moderazione, com'è deve essere per tutti, anche quelli che non praticano lo sport. Mangio tre noci al giorno e un po' di vino ai pasti". Come hanno preso in famiglia questa sua passione per lo sport? "È ormai da tanti anni che faccio atletica. Sono contenti anche se mi dicono sempre di non esagerare. Nelle trasferte più lunghe, come a Catania, mi segue mio figlio Augusto, l'unico dei tre già in pensione. È bello poter condividere queste gare con le persone care".

Per il record del mondo (da battere il 7'28"53 del 2023), Corvetti (il più vecchio del quartetto) dovrebbe correre con il trio Marchioni-Vanda-Paderno. Entrare nella storia non ha età



## MARCO OLMO INVECCHIARE NON È UN LUSO

Marco classe 1948, ultramaratoneta. Sulla soglia dei 60 ha vinto due volte di seguito l'Ultra Trail du Mont Blanc. Ora, a 77 anni, corre cento km nel deserto.

Afferma: "il bello di questo sport è che gareggi con i campioni, a tennis o calcio non puoi"



## SPORT SENZA ETÀ a cura della redazione

## QUANDO IL NUOTO NON HA ETÀ

### CARLO PALLAGROSI SI LAUREA CAMPIONE TRICOLORE

di Massimiliano Pistilli da testata giornalistica A. Porcu



Il noto imprenditore frusinate vince il titolo tricolore nel mezzofondo sprint in acque libere. Dodici tappe disputate nelle più belle località marine. Un successo frutto della passione e della grande preparazione. Un esempio per tanti sportivi: si può coniugare l'attività agonistica con gli impegni professionali

Per professione si occupa di calzature, per passione si muove scalzo: veloce, velocissimo nell'acqua che lo circonda intorno alla piscina. Carlo Pallagrosi, classe 1966, imprenditore di punta nel settore delle calzature e appassionato nuotatore, ha trasformato la sua passione in un traguardo nazionale: è il nuovo campione italiano Master 55 nel mezzofondo sprint in acque libere. Un titolo conquistato al termine di dodici tappe che hanno toccato alcune delle località marine più suggestive d'Italia. L'ultima, prevista a Cosenza, è saltata per il maltempo, ma la prova di Quercianella, vicino Livorno, è bastata a blindare la classifica generale e a regalare a Frosinone un nuovo motivo d'orgoglio sportivo.

Resistenza, tecnica, forza mentale. Sono queste le tre armi che hanno permesso a Carlo Pallagrosi di imporsi in una delle discipline più dure e affascinanti del nuoto: il mezzofondo in mare aperto.

In un circuito che ha radunato atleti esperti da tutta Italia, tra onde, correnti e scenari naturali mozzafiato, l'imprenditore frusinate ha saputo distinguersi con prestazioni di altissimo livello. Preparazione atletica rigorosa, determi-

nazione granitica e passione smisurata hanno fatto la differenza in un contesto altamente competitivo.

“Il mare è una sfida continua – ha raccontato Pallagrosi – ogni onda, ogni corrente ti mette alla prova. Questa vittoria è il frutto di anni di sacrifici e passione”: spirito di un atleta capace di trasformare lo sport in filosofia di vita. La sua impresa testimonia come lo sport resti un motore inesauribile di energia e benessere a ogni età.

E adesso? Pallagrosi non si ferma. Già pronto un nuovo calendario di sfide in mare, per continuare a cavalcare le onde della passione, della competizione e di quella forza che solo l'acqua sa insegnare.

## DAGLI ENTI DI PROMOZIONE SPORTIVA a cura di Renato Bandera

Una prima volta. Un passo storico e significativo per disciplinare in modo chiaro e condiviso la presenza degli Enti di Promozione Sportiva sul territorio.

Nella seduta ordinaria del 13 novembre, presso la Sala della Giustizia Sportiva del CONI, il Coordinamento Nazionale degli Enti di Promozione Sportiva riconosciuti dal Comitato Olimpico ha approvato all'unanimità dei presenti e in un clima di grande compattezza il Codice di Comportamento degli EPS.

Un documento che definisce con maggior rigore i principi che dovranno guidare i rapporti tra gli Enti: correttezza, responsabilità e coerenza nella missione quotidiana di promuovere uno sport per tutti anche con modalità competitiva che contribuisca alla coesione sociale del Paese.

Gli Enti si impegnano quindi a promuovere la lealtà e il fair play nelle loro azioni quotidiane e nelle competizioni, contrastando qualsiasi condotta che possa compromettere l'integrità dei risultati sportivi e generare forme di concorrenza contrastanti con le previsioni del codice.

Nella consapevolezza di svolgere una funzione cruciale nel panorama sportivo del nostro Paese, gli EPS si impegnano a diffondere una pratica sportiva sicura e accessibile a tutti i livelli, privilegiando percorsi formativi di qualità che elevino le competenze a vario titolo e valorizzino, attraverso lo sport, la salute e il benessere, l'inclusione e l'integrazione sociale, l'educazione e la cultura sportiva e ambientale.

Con l'approvazione del Codice, gli EPS rinnovano e rafforzano l'impegno a garantire una corretta e trasparente gestione delle risorse pubbliche, fondamentale per promuovere una cultura della responsabilità e dell'efficienza all'interno dei meccanismi di funzionamento degli Enti di Promozione Sportiva.

Il documento prevederà una ulteriore appendice che delinea le procedure di rilevamento delle eventuali violazioni al Codice e di irrogazione delle relative sanzioni e per la quale verrà richiesto un approfondimento specifico nell'ambito dell'attuale discussione sulla Riforma della giustizia sportiva.



## DAL MONDO DELLA SCUOLA a cura della redazione

### L'IPER PROTEZIONE GENITORIALE E ADOLESCENTI FRAGILI: L'ECESSO DI CONTROLLO DANNEGGIA GRAVEMENTE LO SVILUPPO EMOTIVO

Il punto di vista della psichiatra Adelia Lucattini

di Andrea Carlino da [orizzontescuola.it](http://orizzontescuola.it)



L'equilibrio tra protezione e autonomia rappresenta una delle sfide più complesse per i genitori di adolescenti. Adelia Lucattini, psichiatra e psicoanalista ordinario della Società Psicoanalitica Italiana, evidenzia come l'eccesso di controllo genitoriale possa compromettere gravemente lo sviluppo emotivo dei ragazzi.

Le ricerche pubblicate su *Frontiers in Psychology* nel 2025 dimostrano che il controllo psicologico troppo rigido favorisce l'emergere di emozioni negative negli adolescenti, traducendosi in difficoltà

relazionali e comportamenti aggressivi. "Quando i genitori assumono sempre il ruolo decisionale per il figlio, l'adolescente può interiorizzare l'idea di non essere capace di cavarsela da solo", spiega la specialista in un'intervista rilasciata a Marialuisa Roscino.

L'iperprotezione impedisce lo sviluppo di riflessività, pensiero critico e introspezione, creando individui fragili con bassa tolleranza alla frustrazione. *BMC Psychology* conferma come questo stile educativo generi ansia scolastica e comprometta l'autostima, preparando inadeguatamente i giovani ad affrontare le sfide della vita adulta.

Le strategie educative vincenti per l'autonomia giovanile

La letteratura scientifica più recente identifica nello stile educativo "supportivo" la chiave del successo genitoriale. *PMC Psychology Reports* dimostra che il sostegno all'autonomia, combinato con affetto e calore emotivo, favorisce un attaccamento sicuro che funge da base protettiva duratura.

"Un buon equilibrio educativo si traduce nel messaggio: 'Prova, se hai bisogno io ci sono'", sottolinea Lucattini. *Frontiers in Public Health* evidenzia come il coinvolgimento genitoriale, accompagnato da comunicazione efficace, riduca significativamente comportamenti problematici quali aggressività, abuso di sostanze e condotte trasgressive. Le pratiche più efficaci includono regole chiare ma negoziabili, dialogo autentico e rinforzi positivi. La ricerca conferma che genitori caldi e comprensivi, ma con aspettative definite, favoriscono migliori risultati emotivi e psicologici rispetto a stili caratterizzati da controllo negativo o ambiguità.

Il dialogo come antidoto ai conflitti adolescenziali

La separazione-individuazione adolescenziale genera inevitabilmente conflitti familiari, fenomeno che la psicoanalisi considera parte integrante del percorso verso l'autonomia. *European Sociological Review* rileva come l'ansia genitoriale eccessiva si correli con sintomi interiorizzanti nei figli, perpetuandosi nel tempo.

"I genitori che si preoccupano osservano, sostengono, incoraggiano; i genitori ansiosi controllano per evitare il proprio disagio interno", chiarisce la psicoanalista. *Journal of Child Psychotherapy* dimostra che interventi specialistici coinvolgenti i genitori nell'esplorazione delle proprie angosce migliorano significativamente la qualità relazionale familiare.

La comunicazione autentica emerge come elemento fondamentale: quando gli adolescenti percepiscono che la loro voce conta, si riducono le ribellioni aggressive mantenendo legami familiari saldi. L'approccio vincente combina fermezza affettiva, apertura al dialogo e capacità di "contrattazione", permettendo ai giovani di esprimere le proprie ragioni senza compromettere l'autorevolezza genitoriale.

## DAL MONDO DELLA SCUOLA a cura della redazione

### VIVIAMO LA CULTURA DELLA VELOCITÀ, MA SERVE UN'EDUCAZIONE PIÙ LENTA

di Giuseppe Lavenia da [orizzontescuola.it](http://orizzontescuola.it)



“La strada migliore è la più veloce.” Così ci hanno insegnato, così ci hanno abituato a credere. Fin da piccoli impariamo che correre è sinonimo di bravura. A scuola conta finire il compito in meno tempo, al lavoro il premio va a chi consegna prima, in famiglia ci sentiamo ripetere “sbrigati, non perdere tempo, muoviti”. È una sorta di educazione invisibile che attraversa la società intera: la lentezza è diventata un difetto, la velocità una virtù.

Ma a forza di correre non ci accorgiamo che stiamo perdendo ciò che davvero conta. La fretta ci ruba il tempo. Non solo il tempo per fare, ma il tempo per vivere: per respirare, per ascoltare, per guardare, per sbagliare, per restare. Ogni volta che scegliamo la strada più veloce, rinunciando a un pezzo di esperienza. Non vediamo i dettagli, non ascoltiamo le persone, non sentiamo i profumi.

La logica della fretta non è solo una faccenda scolastica: è la regola che guida il lavoro, la società, perfino le relazioni. Nel mondo del lavoro si misura tutto in efficienza e rapidità: chi consegna prima vale di più, anche se ha pensato meno. Nella società tutto è istantaneo: la consegna a domicilio, il click che ti porta ciò che desideri in poche ore, il messaggio che deve ricevere risposta immediata. E nel digitale questa corsa diventa norma: un contenuto dura dieci secondi, una foto scompare in ventiquattr'ore, un video ti chiede di scorrere ancora. Fermarsi equivale a sparire. I ragazzi lo apprendono presto: non conta la profondità, ma la velocità di consumo.

Eppure, è proprio nella scuola che possiamo insegnare un altro modo di stare al mondo. Gli insegnanti lo fanno: non è facile. Ci sono programmi da rispettare, verifiche da fissare, scadenze che non lasciano respiro. La pressione di “arrivare fino in fondo” è reale. Ma dentro quei vincoli c'è lo spazio per scegliere un ritmo diverso. Perché il programma indica la meta, ma il passo lo decide chi insegna. E il passo può fare la differenza tra correre e osservare, tra accumulare nozioni e costruire conoscenza.

C'è un pensiero che non diciamo mai abbastanza: correre sempre ci rende ciechi, non solo verso gli altri, ma verso noi stessi. Quando i ragazzi vivono costantemente in accelerazione, non imparano solo a trascurare il mondo intorno: imparano a non sentire più le proprie emozioni. A non accorgersi della tristezza, della rabbia, della paura. La velocità diventa anestesia. È forse questa la vera emergenza: una generazione che rischia di crescere incapace di fermarsi per ascoltare il proprio mondo interiore.

Cari insegnanti, è qui che entra in gioco la vostra forza. Non si tratta di abbandonare i programmi, ma di attraversarli con uno sguardo diverso. Una domanda lasciata aperta può valere quanto una lezione intera. Un silenzio rispettato può insegnare più di cento parole. Un errore accolto come occasione può trasformarsi in crescita. Ogni vostro gesto può essere un atto di resistenza alla cultura della fretta.

Perché la scuola non è soltanto un luogo dove correre per “finire il programma”: è il luogo dove si impara a stare. A dare senso al tempo. A comprendere che la vita non è uno sprint, ma un cammino da abitare. E allora, forse, la strada migliore non è la più veloce. È quella che ci restituisce lo sguardo, che ci fa vedere i dettagli, che ci permette di restare dentro noi stessi e accanto agli altri.

## SPORT E POLITICA a cura di Renato Bandera

### LO SPORT MERITA RISPETTO: RIFLESSIONI SULLO STATO DELL'ARTE DELLO SPORT NELLA NOSTRA SOCIETÀ



Fine anno e tempo di valutazioni sullo stato dello sport nella società, a tre anni dell'entrata in vigore della Riforma della L36/2021.

Costituzione, Art. 33, un Ministero dedicato, un'Agenzia Statale (Sport & Salute), una Legge apposita (36/2021), oltre all'introduzione della figura del Lavoratore Sportivo, sono segnali inequivocabili che l'attività sportiva merita attenzione e grande rispetto. Non è "un di più" solo per alcuni, ma è un tassello significativo del mosaico della vita quotidiana di molta parte della variegata popolazione del Paese.

Non solo per i successi prestigiosi, ottenuti ai vari livelli in tantissime Discipline, che illustrano il Paese, ma per la meritevolezza sociale che lo Sport si guadagna, giorno dopo giorno, con la sua pratica diffusa in ogni località ed in ogni fascia della popolazione, integrandola.

Dietro ogni realtà sportiva ci sono uomini e donne, famiglie in qualche caso, che si impegnano per far funzionare i meccanismi, oggi complicatissimi, delle Associazioni e Società Sportive delle Federazioni, degli Enti di Promozione, delle Discipline Associate.

Questo "servizio" diffuso, nei piccoli, medi e grandi aggregati urbani, costruisce comunità coese ed integrate, soprattutto per i giovani (tolti dal non far nulla e annoiati) e per gli anziani che, attraverso la pratica fisica di gruppo, socializzano evitando la solitudine.

I luoghi dello sport come motore di resilienza all'avvento del nuovo. L'elettronica, ma anche l'invenzione e l'importazione di novità (gli E-sport, il Padel, lo Skate, il Frisbee, lo Spinning ecc.) graditi a nuove e vecchie generazioni, dimostrano la capacità del mondo sportivo di cogliere le novità e le esigenze anche di gruppi di cittadine/i di nicchia.

Molte aggregazioni sportive hanno avviato percorsi di innovazione e di digitalizzazione che le pongono al pari di vere e proprie imprese. Basti pensare alla pratica delle prenotazioni online per accedere a palestre, campi da tennis, turni di utilizzo d'impianti, pagine web personalizzate e consultabili per verificare come questi strumenti siano diventati indispensabili per competere ed essere attrattivi nel comparto dello sport di tutti o in quello dell'agonismo.

Molti fruitori di impiantistica si sono aggiornati ed informatizzati per poter continuare a praticare la disciplina condivisa con amiche ed amici, infatti.

Ora che l'attività sportiva si è trasformata da aggregazione spontaneistica alla dimensione di vera e propria attività economica (l'adozione della Partita IVA obbligatoria è dietro l'angolo del prossimo 31 dicembre!) la sfida sarà quella di consolidare le posizioni acquisite essendosi, i Dirigenti dello Sport, adeguati alle molteplici prescrizioni legislative, previdenziali, fiscali e giuslavoristiche innestate negli ultimissimi tempi nel comparto.

Molti Istruttori, Coach, Accompagnatori, Volontari si stanno professionalizzando seguendo Corsi in presenza, lezioni on line, webinar per dotarsi delle qualificazioni sportive richieste dalle normative attuali.

Un salto in avanti, questa preparazione, anche per il miglioramento delle relazioni psicologiche nei gruppi aggregati e nell'applicare tecniche scientificamente probanti nell'utilizzo della "macchina" corpo.

In questa fase di impianto del nuovo concetto di SPORT associazioni, di categoria e studi professionali, hanno scelto di aggiungere lo Sport alle attività sulle quali devono aggiornare le loro competenze. Diffondendo così una cultura più ampia specifica.

È il nucleo dei vecchi volontari che deve, ora, comprendere il posizionamento di ciò che gravita attorno allo sport nel complesso del Terzo Settore, sussidiario del pubblico in molti ambiti. Prima tutto l'impegno individuale poteva essere avulso da regole e formazione, dunque, di nessun valore economico; un "dono".

Oggi che tutto è regolamentato (forse troppo!) anche lo Sport merita il RISPETTO che compete a chi produce benefici alla società e, non ultima valutazione, può essere una fonte di reddito diffusa, soprattutto fra le giovani generazioni.



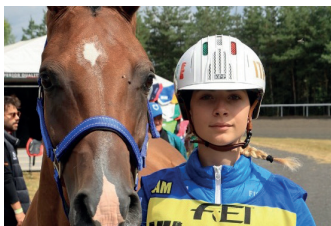
a cura di Cesare Beltrami

*In questa rubrica si tratta il tema del fair play. Si segnalano episodi di personaggi che hanno dato testimonianza dello spirito che dovrebbe animare sempre chi pratica lo sport, sia a livello mondiale, nazionale e/o territoriale. Gli sportivi, quelli veri, sanno quanto è importante conquistare un titolo o una medaglia, però sanno anche che senza l'onestà, la solidarietà, la fratellanza e la condivisione, ottenere quella medaglia sarebbe semplicemente come ottenere un ciondolo senza alcun valore. Questi sono dei veri e propri messaggi rivolti anche alle giovani generazioni che devono capire l'importanza dei valori che caratterizzano il mondo dello sport.*



### 2025 – TIM VAN DE VELDE (Belgio) Atletica

Ai Mondiali 2025 di Atletica, nell'ultima batteria dei 3000 siepi maschili Carlos San Martín, nelle battute iniziali della gara cade dopo un contatto con l'etiope Lamecha Girma, primatista mondiale. Il sudamericano è riuscito a rialzarsi, chiaramente sofferente. Il belga Tim Van de Velde, caduto nella riviera durante la gara e anch'egli attardato, lo ha supportato accompagnandolo verso la linea d'arrivo. San Martín ha chiuso in decima posizione con il tempo di 9:02.20, un centesimo meglio di van de Velde.



### 2025 – GLORIA TINABURRI (Italia) – Equitazione

La giovane cavallerizza del team La Bosana di Borgonovo (PC), era impegnata nella competizione Mondiali Giovani Cavalli in Francia, quando ha assistito alla rovinosa caduta di un'altra atleta. Gloria ha deciso di fermarsi ed aiutarla, a differenza degli altri concorrenti che hanno proseguito la gara. Un gesto che le è sicuramente valso la medaglia più preziosa, quella dell'altruismo..

### 2003 – GIOVANNI BUSSEI (Italia) - Motociclismo

Diploma per il gesto

Durante una competizione motociclistica ad Imola ha infranto il regolamento pur di portare aiuto all'avversario Chris Vermaelen che era caduto.



### 2004 – MICHAEL GALEA, Calcio e STEPHEN AZZOPARDI, Allenatore (Malta)

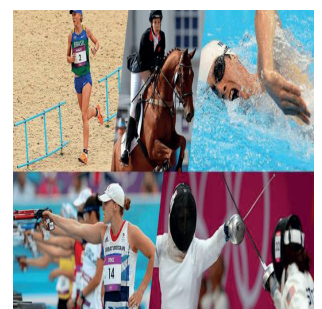
Diploma del P.I. per il gesto

Il 31 Ottobre 2004 durante un incontro con il St. Patrick, il Birkirkara stava vincendo 2-0 quando un difensore avversario è caduto a terra lasciando strada libera a Galea. L'allenatore Azzopardi a quel punto ha invitato Galea a fermare l'azione affinché l'avversario potesse ricevere soccorso. Galea ha tirato allora la palla fuori dal campo di gioco.

### 2003 – KARMEN MACHERIOTOU (Cipro) - Pentathlon

Diploma P.I. per il gesto

Ai campionati Pan-Ellenici di Pentathlon del 1° Ottobre 2004 si è verificato un errore nel registrare i risultati di un partecipante nella specialità della scherma, Adam Lambrini. Invece di una vittoria per 4-0, i risultati indicavano una sconfitta per 0-4. Pur considerando le lamentele, il risultato non poteva essere cambiato perché la partecipante aveva firmato il punteggio ufficiale (non avendo visto l'errore). Come risultato del 1° errore, Lambrini aveva perso metà del vantaggio che avrebbe avuto su Carmen Macheriotou, tradotto in 24 secondi (in altre parole la differenza sarebbe dovuta essere 48 secondi). Informata dal suo allenatore, Carmen non ha iniziato a correre fino a che non erano trascorsi 48 secondi. A circa 2000 m. Carmen ha raggiunto la Lambrini e alla fine ha vinto la competizione.





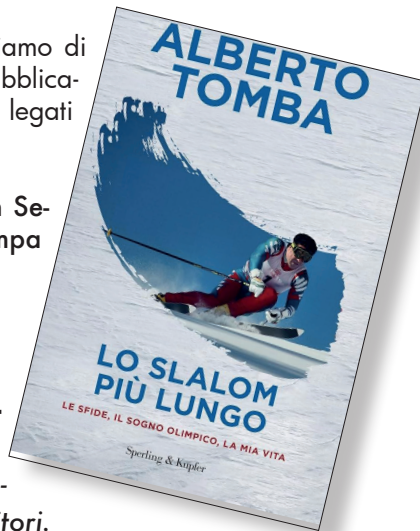
## LA LIBRERIA DEL PANATHLETA

In questa rubrica ci proponiamo di segnalare ai soci libri o pubblicazioni di argomento sportivo legati allo "spirito" del Panathlon.

Invitiamo i soci a fornire in Segreteria o all'Addetto Stampa indicazioni in merito.

Questo mese segnaliamo:

**Lo slalom più lungo -**  
*Le sfide, il sogno olimpico, la mia vita di Alberto Tomba* - Sperling & Kupfer Editori.



Se oggi tutti gli italiani sono diventati tennisti trascinati dai successi di Sinner e dalle conquiste della Coppa Davis, negli anni 80-90 tutti gli italiani erano diventati sciatori. L'indiscusso merito fu di "Tomba la bomba", uno sciatore "anomalo" nato a pochi chilometri dal centro di Bologna in un mondo dominato dai nativi della montagna. L'ex campione racconta le sue vittorie in tutto il mondo facendo rivivere l'emozione di un'Italia che sognava insieme a lui ogni volta che scendeva in pista.



Auguri vivissimi di buon compleanno a:  
**Cesare Beltrami, Brunella Bertoli, Chiara Ghiggi, Antonio Pegoiani, Stefano Rizzi, Paolo Scotti, Maurizio Vezzosi.**



## Le prossime Conviviali



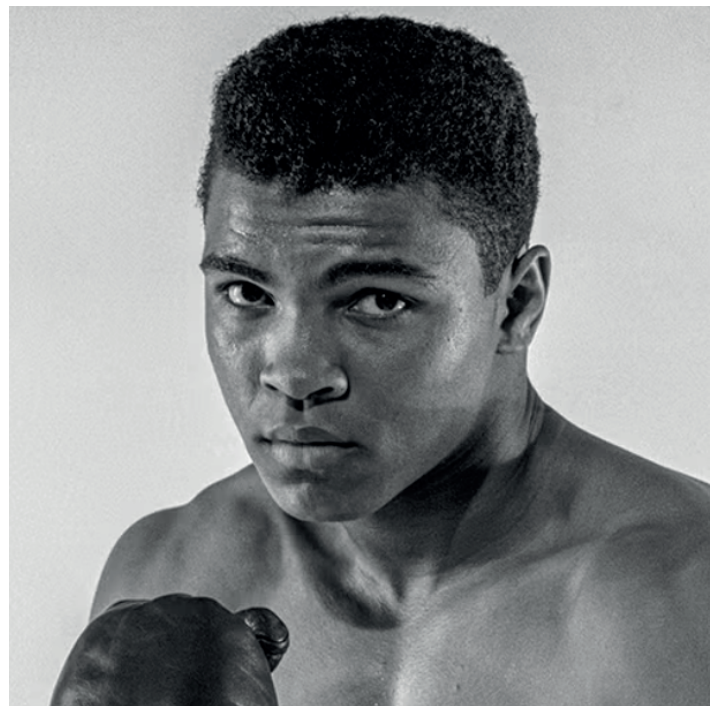
**Gennaio 2026 - Mercoledì 21**  
Cascina Moreni Assemblea ordinaria

**Febbraio 2026 - Martedì 17**  
Cascina Moreni - Tema da definire

## Frases del mese

*"Ho odiato ogni minuto di allenamento, ma mi dicevo: soffri ora e vivi il resto della tua vita da campione."*

(Muhammad Ali)



# Notizie dal Club...

- **I Presidente** ha rappresentato il Club all'intitolazione della piscina comunale ad **Alberto Garozzo** ed alla "Giornata Internazionale contro la violenza di genere" presso la Canottieri Flora
- Il Consigliere **Cesare Beltrami** ha rappresentato il Club alla "Festa dell'Atleta" della Canottieri Bissolati.
- Complimenti a **Renato Bandera, Cristina Coppola, Cristiano Dusi, Antonio Pegoiani** nominati Fiduciari del CONI provinciale che affiancheranno il Delegato **Alberto Lancetti** per il prossimo quadriennio.
- Un plauso ad **Oreste Perri** intervenuto ad inaugurare il ciclo d'incontri "Eccellenze cremonesi" presso la fondazione "Redentore" a Castelverde raccontando la sua avventura sportiva ed il suo impegno politico.
- Complimenti a **Massimo Ghezzi** per l'organizzazione del convegno dedicato alla figura del Safeguarder Office presso il centro CR2 Sinapsi. I lavori del convegno sono stati aperti da **Valentina Rodini** in qualità di membro della Giunta Nazionale CONI.

## INTITOLATA AD ALBERTO GAROZZO LA PISCINA COMUNALE

La piscina della nostra città è stata intitolata ad Alberto Garozzo, nostro socio per ben 32 anni ed infaticabile organizzatore del nuoto cremonese con un impegno che l'ha contraddistinto per un lunghissimo periodo. Alla cerimonia erano presenti il Presidente Giovanni Bozzetti ed il figlio, nostro socio, Claudio.



## PRESENTATA L'EDIZIONE 2025/26 DI "GIOCARRE GLI SPORT PER APPRENDERE"



Da Sinistra: Zanicchi, Mozzi, Bozzetti e Radi

Si è tenuta presso Palazzo Comunale la presentazione dell'edizione di quest'anno di "Giocare gli Sport per Apprendere", l'originale progetto educativo che il nostro Club sta portando avanti da tanti anni e destinato ai bambini della scuola d'infanzia e della scuola primaria Giovanni Radi, ideatore del progetto, e l'Assessore Luca Zanicchi hanno illustrato le modalità con le quali si svilupperà in quest'anno scolastico "Giocare gli sport per apprendere" e che presenterà alcuni aspetti innovativi sempre più coinvolgenti per i bambini e le loro famiglie. Alla presentazione erano presenti il Presidente ed altri Consiglieri.

# ORGANIGRAMMA

## Consiglio Direttivo 2024-2025

### Presidente

Giovanni Bozzetti

**Ruolo e compiti istituzionali e iniziative per la Salute attraverso la pratica sportiva**

### Past President

Roberto Rigoli

**Addetto Stampa locale, mass media e rapporti con i Soci**

### Vice Presidenti

Silvia Toninelli

**Iniziative in ambito educativo, Attività e Progetti del Distretto Italia e del P.I.**

### Segretario

Andrea Bini

### Tesoriere

Giordano Nobile

### Cerimoniere

Luigi Denti

### Coordinamento Comitato di Redazione Notiziario e Presidente Commissione Premi

Cesare Beltrami

### Rapporti con Società sportive, Associazioni Varie, Referente Commissione ammissione nuovi Soci

Giordano Nobile

### Giovani e Scuola

#### Referente Commissione Fair Play

Giovanni Radi

### Rapporti con il CONI, Sport & Salute, Federazioni e Enti Promozione Sportiva

Maurizio Stagno

### Rapporti con gli Enti Locali e Presidente Commissione Sport Paralimpici

Pierluigi Torresani

#### NOTIZIARIO DEL PANATHLON CLUB CREMONA

Periodico gratuito

**DIRETTORE RESPONSABILE:** Andrea Sozzi

**COORDINAMENTO:** Claudia Barigozzi e Cesare Beltrami

**COLLABORATORI:**

Renato Bandera, Alceste Bartoletti, Andrea Bini, Roberto Bodini, Cesare Castellani, Francesco Masseroni, Mario Pedroni, Roberto Rigoli, Andrea Sozzi, Pierluigi Torresani.

**N.B.** La collaborazione è aperta a tutti i soci che possono inviare foto, notizie, contattando i coordinatori:

Claudia Barigozzi (+39 347 5796326 / claudiabarigozzi@libero.it)

Cesare Beltrami (+39 338 5072413 / cesare.belt@gmail.com)

o il Segretario:

Andrea Bini (+39 344.0216206 / segreteria.cremona@panathlon.net)

## Collegi 2024 - 2025

### Collegio dei Revisori dei Contabili

Claudio Bodini, Roberto Bodini, Roberto Romagnoli  
(Supplenti: Paolo Radi e Loris Ruggeri)

### Collegio Arbitrale e di Garanzia Statutaria

Graziano Galbarini, Francesco Masseroni, Fabio Tambani  
(Supplenti: Emilio Concari e Alberto Superti)

## Commissioni 2024 - 2025

### Commissione Past President

Cesare Beltrami, Graziano Galbarini, Francesco Masseroni, Giovanni Radi e Roberto Rigoli.

### Commissione Premi

Cesare Beltrami (Presidente) Pierettore Compiani, Felice Farina, Claudio Garozzo e Filippo Gobbi

### Commissione Fair Play

Giovanni Radi (Consigliere referente), Stefano Cosulich, Roberto Guareschi, Enrico Porro e Giancarlo Romagnoli

### Commissione Sport Paralimpici

Pierluigi Torresani (Consigliere referente), Alceste Bartoletti, Renato Bandera, Cesare Castellani e Giovanni Zeni

### Commissione Ammissione Nuovi Soci

Giordano Nobile (Consigliere referente) Aldo Basola, Monica Signani e Massimo Ghezzi.



I nostri riferimenti

Sede: Via Fabio Filzi, 35

26100 Cremona

Cell. Segretario +39 344.0216206

Cell. Cerimoniere +39 338 4421599

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

Indirizzi e-mail

[segreteria.cremona@panathlon.net](mailto:segreteria.cremona@panathlon.net)

[panathlon.cr@libero.it](mailto:panathlon.cr@libero.it)

Fax C.P. CONI +39 0372 457669