

# PAROLE SULL'ACQUA

## Il futuro è tricolore



In questo numero:

- Le giovanili della pallanuoto
- Tennis
- Sincro
- I nostri corsi





### Scudetto Under 19 femminile

Per la prima volta il Beauty Star Plebiscito entra nell'albo d'oro del campionato juniores femminile Under 19. Vittoria meritatissima e grande tris per la società di via Geremia che, dopo i titoli categoria Ragazze Under 15 ed Allieve Under 17 del 2007, conferma di essere sicuramente una delle migliori realtà italiane a livello giovanile. Al termine della finalissima, vinta 15 a 6 contro la sorpresa Nervi di Carolina Marcialis, e dopo una storica semifinale, conquistata a pochi secondi dal termine contro la rivale di sempre, il Rapallo, è scoppiata la festa per uno scudetto che in ottica futura proietta le ragazze di Sellaroli e Koutuzova ad essere tra qualche anno competitive per lo scudetto seniores. Il 12 giugno 2008 resterà una data indelebile nella storia della società, e nella mente di questo splendido gruppo di ragaz-



**LAURA BARZON**

Titolo Europeo della categoria Under 17 per la Nazionale italiana composta dalle ragazze nate nel '91 (e negli anni seguenti), conquistato a Győr (Ungheria). Tra loro anche la nostra Laura Barzon, autrice di un gol in semifinale contro la Russia, superata per 18-17 dopo i rigori, e di altre due reti nella finalissima (entrambe nel quarto tempo), vinta per 10-7 sulle padrone di casa dell'Ungheria.

**MARTINA E ILARIA SAVIOLI**

Beauty Star presente nel titolo europeo Juniores vinto dalla nazionale femminile di pallanuoto a Chania (Creta) battendo l'Ungheria per 9-8 in finale. La rete decisiva, infatti, a 19' dai supplementari, è stata realizzata dalla padovana Martina Savioli, centrovasca del Beauty Star, 18 anni compiuti a settembre. Tre le reti complessive per lei nella finalissima, che ha visto in acqua anche la gemella Iliara, stesso ruolo.

ze, che di fronte ad un numerosissimo pubblico accorso a Vigevano da Padova, hanno sventolato di nuovo il tricolore, forse quello più importante, l'ultimo in progressione del settore giovanile. Il tecnico Andrea Sellaroli: "È lo scudetto della conferma del gruppo con il quale io e Natalia abbiamo iniziato a lavorare quattro anni fa: Anna Giora, Laura Barzon, Iliara e Martina Savioli, Carmen Roncaia, Gaia Piazza, Giada Pegoraro, Sara Errichiello, Cinzia Rosso, Elena Tofanin. È lo scudetto anche delle piacevoli sorprese, arrivate da giocatrici da poco approdate alla pallanuoto: Iliara Santinello, classe '93. Assente per infortunio Monica Barboni, e Sara Dario, classe '94, che nonostante la giovanissima età sta facendo passi da gigante. Questo terzo scudetto e le convocazioni di ben 7 delle atlete sopra citate nelle varie Nazionali giovanili, hanno sicuramente "condizionato in modo positivo" il nostro mercato per quanto riguarda la serie A1. Concorro con il presidente Lino Barbiero e sposo il progetto: le ragazze le abbiamo in casa!".

### Under 15 maschile

Ottima anche la stagione degli Under 15 guidati da Andrea Fassina, che dopo aver fatto man bassa nel girone Triveneto, concluso peraltro a punteggio pieno, si sono qualificati per i Quarti di finale nazionali, disputati a Padova il 5 e 6 luglio. I ragazzi di Fassina hanno sconfitto meritatamente Vigevano e President Bologna, e perso di misura con il blasonato Nervi, entrando così anche loro tra le 16 migliori compagini del panorama nazionale, e qualificandosi per il girone semifinale di Camogli, contro le "grandi" Savona, Camogli, e Alma nuoto Roma (queste ultime risultate poi rispettivamente campione e vice-campione d'Italia). I ragazzi hanno maturato così un'importante esperienza, annullando il gap con Savona e Alma Nuoto, che ci hanno sconfitti di misura, e comportandosi più che dignitosamente contro i fortissimi camogliani. Anche i nati 1993 e 1994 fanno ben sperare per il futuro e meritano una citazione particolare: Filippo Gianzo, Umberto Giaccon Davide Vigiani, Luca Galante, Alvisio Zeppelli, Federico Tonello, Marco Masiero, Francesco Robusto, Giacomo Rossi, Adrian Kalemba, Leonardo Piccolo, Andrea Doro, Luca Vettore e Riccardo Galante.

### Under 17 maschile

Si conclude positivamente la stagione degli Under 17, guidati da Davide Molena, che anche quest'anno, pur essendo passati di categoria dopo lo splendido 6° posto dell'anno scorso nell'Under 15, hanno confermato di essere un ottimo gruppo su cui lavorare in ottica Prima Squadra. Pur confrontandosi infatti con atleti di un anno più grandi, e a quest'età le differenze, fisiche e tecniche sono molto marcate, i ragazzi di Molena si inseriscono tra le 16 realtà migliori del panorama maschile nazionale, e a Napoli, l'1 e il 2 luglio, hanno giocato a viso aperto e messo in difficoltà nientemeno che Posillipo, Bogliasco e Salerno, tre delle migliori scuole pallanuotistiche italiane. Manuel Scarin, Giacomo Conte, Filippo Barzon, Marco Benvegnù, Gianmarco Rigon, Gabriele De Luca, Piero ed Andrea Squillacè, Alessandro Prete (tutti classe '92), Giacomo Rossi ('93) e i soli Alberto Tono, Luca Pegoraro e Marco Riili a giocare contro i pari età del 1991, hanno dimostrato una continua crescita e miglioramento e, partita dopo partita, una sicurezza ed una maturità tecnico-tattica che fanno ben sperare per la prossima stagione.

### Ciao Armando

All'ingresso degli impianti c'è un giovane albero. È in ricordo di Armando, il nostro parcheggiatore tuttora, che ha perso la vita in un tragico incidente. Era al Plebiscito da tanti anni, un punto di riferimento e benvenuto da tutti noi, che lo vogliamo pensare ogni volta che entriamo nel centro sportivo.



Aquaria 2001 di Piove di Sacco si è aggiudicata il Campionato Interregionale Under 13 di pallanuoto maschile. Le finali si sono svolte nell'impianto di Piove di Sacco. Nella finalissima Aquaria 2001 ha battuto Trieste per 13-7. I giocatori allenati da Giorgio Chiovato: Trovò D.; Barboni M.; Scartabello L.; Savio M.; Maistrello Giov.; Benetazzo T.; Bordin F.; Camporese U.; Tessari M.; Simoni S.; Menegazzo G.; Calzavara M.; Bordin G.; Rosso N.; Faggian D.



Innanzitutto gli aggiustamenti a livello di staff. Con Joey Paccagnella, responsabile tecnico del Sincro, Elena Lioia è la nuova allenatrice in seconda della Prima Squadra. Giulia Mormando e Joey seguiranno Esordienti A, Junior e Ragazze. Elena Lioia (sempre con Joey) le Esordienti B. Francesca Lorenzato si occuperà invece della Scuola Sincro, le atlete più giovani, mentre le Amatoriali sono affidate a Michela Venturini. Chiaro l'obiettivo stagionale, ovvero salire ancora nella classifica nazionale per società. Il Plebiscito era dodicesimo nel 2007, salito poi all'ottavo posto nel 2008.

"In questo sport i miglioramenti li vedi nel lungo periodo, spiega Joey Paccagnella, "già quest'anno volevamo portarci alle spalle delle società più titolate, e ci siamo riusciti. Sono sempre stata molto ambiziosa, anche da atleta. Non ero certa però di riuscire a salire così tanto già la stagione scorsa, per cui sono molto felice e orgogliosa delle ragazze".

Un traguardo che significa anche sacrifici e allenamenti quotidiani. "I sacrifici sono condivisi con tutti. Noi allenatrici, ma anche le atlete, e i genitori. Per non parlare della società, in particolare del presidente Lino Barbiero, che ci ha sempre sostenuto. Siamo fortunate sia come spazi acqua, che come organizzazione. La nostra è una bella realtà. Ringrazio pubblicamente anche Maura Militelli, la seconda allenatrice dell'anno scorso, che quest'anno non ci sarà: i risultati sono anche merito suo".

Intanto un'atleta del Plebiscito è stata segnalata alla Federazione. Si tratta di Giada Finco, giovane speranza della categoria Ragazze, che sarà seguita da vicino dallo staff della Nazionale, dove potrebbe essere inserita in futuro. Quanto alla prossima stagione, le gare inizieranno nel 2009. "Per il momento ci alleniamo sodo", riprende Joey, "da ottobre è partita anche la Scuola Sincro per le più piccole. L'obiettivo è portare qualcuna in Nazionale, anche se io sono molto prudente, non voglio illudere nessuno.

Ci fa piacere che nell'ambiente ci siano molti commenti positivi su di noi. Al di là dei risultati, mi sembra che siamo apprezzate come gruppo, come educazione e comportamento. Io cerco di trasmettere anche dei valori morali che vanno oltre la tecnica, e questo ci contraddistingue".

La Prima Squadra, dall'età media piuttosto giovane, sarà sempre composta da 12 atlete, e la rosa potrà di volta in volta pescare anche dal vivaio. Il capitano è Giulia Camporese, "da ammirare per la tenacia e la volontà che dimostra", conferma Joey. "Ha una passione infinita, è un punto di riferimento per tutte noi". Lo staff è completato dai dirigenti Dimitri Barbiero e Claudio D'Ascanio.

"Ho iniziato nel 1988, quando avevo solo sei anni. E non ho più smesso". Giulia Camporese è l'atleta più 'esperta' d'Italia del nuoto sincronizzato. Nessuno, in attività, ha raggiunto la sua 'veneranda' età di 26 anni. È ancora giovanissima, ovviamente, ma nel sincro è un traguardo ragguardevole. Soprattutto è il capitano del Plebiscito, un vero punto di riferimento per tutte le ragazze. Dal 2001 lavora come impiegata in un ufficio commerciale, studia Giurisprudenza all'università di Padova, e si allena. Tanto, e con passione. Ogni pomeriggio, dopo il lavoro, corre in piscina, e resta in acqua con le compagne. "In realtà mi alleno un po' meno di loro", minimizza Giulia, "legata come sono agli orari dell'ufficio. Per me non è un vero sacrificio, perché questo sport mi dà ancora una carica incredibile. Mi piace stare nel gruppo, do una mano a Joey quando le serve, ho anche il brevetto di istruttore di secondo livello, e ho insegnato per due anni alla scuola Sincro, seguendo in pratica le ragazze che oggi sono Esordienti A e B".

Però Giulia si considera prima di tutto un'atleta. "Beh, in effetti guardando le statistiche della Federazione degli ultimi due anni, sono la più vecchia d'Italia con i miei 26 anni, e ne sono orgogliosa. Vedo che riesco a conciliare sport e lavoro, e tanto mi basta". A Giulia accadono anche episodi curiosi con le sue compagne di squadra: "Beh, c'è chi ha 13 anni, metà di me, e in spogliatoio a volte mi chiedono consigli sull'interrogazione che avranno a scuola il giorno dopo. Anche le loro mamme spesso mi rincuorano, sono contente che continui ad allenarmi, e sono piccole, grandi gratificazioni per noi che facciamo questo sport solo per passione". Un rapporto di fiducia che si è creato anche con il tecnico Joey Paccagnella: "Joey ha un anno più di me, fino a poco tempo fa ci allenavamo insieme, lei per me è come una sorella. Io cerco di essere utile, lei sa che può fidarsi di me, se c'è qualche problema nel gruppo o di altro tipo, ci confrontiamo, ne parliamo". Sul futuro, Giulia non si sbilancia. "Finiamo questa stagione, poi vedremo. Per il momento l'equilibrio tra sport, studio e lavoro funziona". Ecco, semmai a Giulia manca il tempo per un fidanzato, ma non rinuncia agli amici, alla discoteca, al divertimento. E se troverà l'uomo giusto, confessa, è pronta a sacrificare uno dei suoi impegni, ma non dice quale...



Federico Fusetti

### JOEY IN SARDEGNA

Joey Paccagnella ha partecipato la scorsa settimana al raduno collegiale della nazionale Juniores a Cagliari. Una bella soddisfazione per il tecnico padovano, entrato nello staff della coordinatrice federale Patrizia Giallombardi.





# Beauty Star Plebiscito

## Un deciso rinnovamento

SPONSOR TECNICO:



# C.S. Plebiscito

## Tra passato e futuro



Il futuro passa da qui. Ma anche il presente non è niente male. In casa Beauty Star si pensa già al prossimo campionato di pallanuoto di A/1, torneo che sarà caratterizzato da un deciso rinnovamento. Ma si pensa anche a quello che è accaduto a mezzo mondo di distanza da qui. Sono state infatti

addirittura due le ragazze della prima squadra convocate dal Ct Maugeri per le Olimpiadi di Pechino: la ventitreenne Federica Rocco e la ventinovenne Francesca Pavan. Entrambe sono reduci dagli Europei che il Setterosa ha disputato a Malaga, chiudendo con il quarto posto, e tutte e due si sono involate verso la Cina, dove l'Italia ha cercato, purtroppo senza fortuna, di bissare il titolo a cinque cerchi conquistato quattro anni or sono ad Atene. Federica e Francesca, peraltro, sono solo la punta di diamante di una società che continua a prestare atlete alla Nazionale, praticamente in tutte le categorie. Sono infatti ben dieci le giocatrici della società che, quest'estate, hanno difeso i colori azzurri: con l'Under 19 Giora, Ilaria e Martina Savioli e Aiello, pronte per gli Europei di settembre a Creta; con l'Under 17 Laura Barzon, che ad agosto avrà i campionati continentali in Ungheria; e infine, impegnate nei raduni del Progetto Giovani, Errichiello, Santinello e Dario. Un ulteriore segno, se mai ce ne fosse bisogno, di come Padova abbia lavorato bene in questi anni, facendo crescere tutta una promettente nidiata di talenti. Ecco perché la dirigenza della polisportiva di via Geremia ha deciso di puntare ancora più decisamente sul vivaio per la prossima stagione. "Abbiamo abbassato

**C.S. PLEBISCITO**  
Via Geremia, 2/2  
35100 Padova  
Circonvallazione  
Arcella Stanga  
Capolinea Autobus N. 16  
Tel. 049 611133  
e-mail:  
infoplebiscito@2001team.com  
www.2001team.com

### QUADRANGOLARE

In precampionato il Beauty Star ha scaldato i muscoli partecipando ad un quadrangolare a Rapallo sabato e domenica 11 e 12 ottobre. In acqua, con le ragazze di Andrea Sellaroli, anche Bologna, Nizza, e le padrone di casa del Rapallo. "Abbiamo già partecipato ad un torneo a Bologna", spiega il tecnico Andrea Sellaroli, "questo è stato un ulteriore test, voluto proprio una settimana prima del campionato per migliorare il ritmo partita. E poi è stata l'occasione per confermare gli ottimi rapporti di collaborazione e amicizia che ci sono, in particolare con Rapallo e Bologna".

### AI FEMMINILE - GIRONE ANDATA

1° giornata (18/10/08) Beauty Star - Nervi 12 - 6	7° giornata (22/11/08) Fiorentina - Beauty Star
2° giornata (25/10/08) Roma - Beauty Star 4 - 10	8° giornata (29/11/08) Beauty Star - Messina
3° giornata (1/11/08) Orizzonte CT - Beauty Star 11 - 2	9° giornata (3/12/08) Beauty Star - Rapallo
4° giornata (8/11/08)a Beauty Star - Ortigia	10° giornata (13/12/08) Varese - Beauty Star
5° giornata (12/11/08) Fiorentina - Beauty Star	11° giornata (20/12/08) Beauty Star - Rari Nantes Bologna
6° giornata (15/11/08) Beauty Star - Imperia	

Un trasferimento reso possibile anche per l'ottima collaborazione con la sua società di provenienza, il GN Osio, che ha dimostrato grande disponibilità nel consentire ad una loro atleta di valore di potersi esprimere nella massima serie. Se l'età media del gruppo fosse effettivamente molto più bassa rispetto all'ultimo campionato, però, salirebbero le quotazioni di Kutuzova, che, con la sua indubbia esperienza, farebbe da «chiocciola» al gruppo, permettendo alle più giovani di maturare alle sue spalle.

«Nel primo anno forse potremmo perdere qualche posizione rispetto al quarto posto dello scorso torneo - sottolinea coach Andrea Sellaroli, confermato alla guida del team - ma, se alziamo lo sguardo, le prospettive cambiano completamente e questo ricambio generazionale assume tutta un'altra fisionomia. La stessa pallanuoto italiana è chiamata a un deciso rinnovamento e noi, che abbiamo vinto l'ultimo scudetto Under 19, grazie alle nostre giovani saremo in prima fila nelle prossime stagioni». Il Beauty Star parteciperà ancora alla Coppa Len, competizione europea le cui ultime finali sono state disputate proprio a Padova. "Quest'anno ogni vittoria andrà festeggiata", conclude il tecnico Andrea Sellaroli, perché manca un po' di esperienza. Siamo però convinti che il gruppo sia ottimo in prospettiva, e la società crede molto in questo progetto".

Nove giocatrici della rosa su tredici provengono proprio dal settore giovanile del Plebiscito, mentre nello staff tecnico entrano anche Conti e Rytova, due portieri che si dedicheranno proprio alla crescita di questo ruolo, compreso il settore maschile. Confermato per la quarta stagione lo sponsor Beauty Star.

Diego Zilio

Il Plebiscito tra gruppo storico e nuove leve. Dopo aver metabolizzato l'amara retrocessione dall'AI, il settembrino del Plebiscito è pronto a ripartire per vivere una stagione da protagonista e possibilmente tentare da subito la risalita nella massima serie.



Il presidente Lino Barbiero con Nicolas Vincenzetti

La formula scelta dalla società per costruire un organico competitivo è quella di tenere unito il gruppo di ragazzi che ha saputo portare in alto la squadra partendo dalla serie B e con il loro

aiuto inserire alcuni dei giovani più promettenti che arrivano proprio dalla serie B. Per quanto riguarda la panchina, dopo l'addio di Andrea Pisano, la società ha optato per una soluzione "casalinga", con la promozione di Fabrizio Cattaruzzi, già coach della squadra di serie B che nello scorso campionato ha ottenuto un più che lusinghiero quinto posto. A fronte della poca esperienza come tecnico di A2, il triestino ha il vantaggio non da poco di conoscere molto bene sia i "senatori", suoi ex compagni di squadra, che gli elementi più giovani, da lui allenati lo scorso anno e nelle giovanili. Risalta anche la questione legata allo straniero. Dopo Powers e Zubcic, anche Damir Glavan ha lasciato il Baxi per approdare al Primorie di Fiume, sua città natale, dove oltre a giocare potrà mettere a frutto la sua laurea in ingegneria. Arriva così Antonio Sentic, nato a Dubrovnik l' 8 Luglio del 1986. Sentic ha iniziato a giocare a pallanuoto all'età di sette anni nelle file dello Jug Dubrovnik. Durante la sua carriera giovanile ha vinto sette campionati croati in tutte le categorie, fino ad arrivare a giocare i campionati europei giovanili di Istanbul, vincendo la medaglia di bronzo. Pur essendo da sempre impiegato nel ruolo di centro boa, all'età di 17 anni passa nella Prima Squadra dello Jug, e si adatta a giocare anche in posizioni diverse, come in quella di difensore centrale. Due anni fa il tecnico croato (di Dubrovnik) della R.N. Salerno decide di portarlo in Campania, dove gioca per due anni, arrivando quarto al primo tentativo e quindi ai play off, e dove l'anno scorso ha raggiunto la finalissima con il Civitavecchia, persa dopo aver concluso al primo posto la stagione

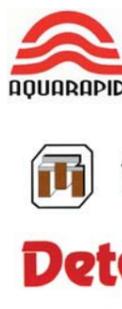
regolare. Il tecnico del Plebiscito Fabrizio Cattaruzzi: "E' un giocatore che seppur giovane ha già una buona esperienza anche in Italia, e completa molto bene il nostro organico. Pur potente al centro, è anche un ottimo nuotatore e un buon difensore, e incarna la fisionomia del giocatore moderno, capace di giocare in tutte le posizioni. Inoltre provenendo dallo Jug ha un'ottima scuola e un altrettanto efficace tiro. La scelta è stata fatta di comune accordo con Mate Jurcevic, mio illustre predecessore, che ora, seppur impegnato in altre esperienze, trova il tempo di darci ottimi consigli". Il primo colpo di mercato era già stato messo a segno con l'ingaggio del ventisettenne portiere Nicolas Vincenzetti che nelle ultime tre stagioni ha vestito la calottina della Rari Nantes Salerno. Nato a Losanna (Svizzera) e in possesso del doppio passaporto italo-tedesco, Vincenzetti è pallanuotisticamente cresciuto a Pesaro, per poi passare a Bologna, Cremona e Salerno, società con la quale negli ultimi due campionati ha raggiunto i play off di A2. «Vincenzetti ci era stato segnalato proprio da Mate Jurcevic già due anni fa - sottolinea il diesse Guido Taglia - e in queste stagioni è sempre stato nella rosa dei portieri che tenevamo d'occhio. A Salerno però allenava un croato amico di Jurcevic e quindi eravamo restii a portargli via un elemento così importante. Quest'anno non potevamo aspettare, Caprani ci ha comunicato di volere rimanere in AI e perciò abbiamo deciso di puntare su di lui». Positivo anche il commento del diretto interessato: "A convincermi - afferma Nicolas Vincenzetti - sono stati i programmi del Baxi, che vuole puntare a risalire in AI. Il gruppo che scende dalla massima serie è forte e quindi le possibilità per fare bene ci sono. A segnalarmi a Jurcevic è stato Sitic, il mio scopritore ai tempi di Pesaro, e da allora il Baxi mi ha sempre seguito".

Massimo Candotti

### A2 MASCHILE

Girone di andata	ORE
6/12/08	
Quinto-Plebiscito	18.00
13/12/08	
Plebiscito-Imperia	15.00
20/12/08	
Camogli- Plebiscito	19.00
10/01/09	
Plebiscito-Bergamo	18.30
17/01/09	
Plebiscito-Modena	18.30
24/01/09	
Torino-Plebiscito	18.30
31/01/09	
Plebiscito-Bologna	18.30
7/02/09	
Como-Plebiscito	18.30
14/2/09	
Trieste-Plebiscito	18.30
21/2/09	
Plebiscito-Arenzano	18.30
28/2/09	
Chiavari-Plebiscito	18.00

Girone di ritorno	ORE
7/03/09	
Plebiscito-Quinto	18.30
14/03/09	
Imperia-Plebiscito	16.30
21/03/09	
Plebiscito-Camogli	18.30
28/03/09	
Bergamo-Plebiscito	19.30
4/04/09	
Modena-Plebiscito	17.30
25/04/09	
Plebiscito-Torino	19.30
2/05/09	
Bologna-Plebiscito	18.00
9/05/09	
Plebiscito-Como	19.30
16/05/08	
Plebiscito-Trieste	19.30
23/05/09	
Arenzano- Plebiscito	17.00
30/05/09	
Plebiscito-Chiavari	18.30





Il 3 settembre è iniziata la nuova stagione della Scuola Tennis all'interno del Centro Sportivo Plebiscito, accompagnata da molte novità, tra cui: due nuovi campi in terra rossa che si aggiungono agli 'storici' 5 e 6 e ai sei campi in sintetico. Per ripararsi dal freddo invernale 8 campi saranno coperti, tra cui quattro con tensostruttura. Ma il particolare più rilevante è l'ambiente creatosi ormai all'interno del circolo, grazie ad uno staff di tecnici preparato e motivante, tra cui spiccano volti noti e novità. Facciamo una piccola carrellata del nostro staff:

- Gli **istruttori federali** **Denys Parmentier** (anche coordinatore delle attività) e **Tomasz Zarzycki** (ormai conosciuti ai più) e la new entry **Caterina Marusic** (impareremo a conoscerla).
- Gli 'aiutanti' **Federica Banfi**, **Enzo Danieletto**, **Tommaso Zanin**, **Alessandro Paunescu** e **Beatrice Barbiero**
- Il responsabile didattico e **maestro federale** **Paolo Frasson**



Tanti nuovi nomi dunque tra i collaboratori che quest'anno contribuiranno a migliorare la qualità degli allenamenti anche per i tennisti 'ai primi colpi'. Proprio a causa dell'incremento degli iscritti sono stati aggiunti due campi in terra. Ma aggiungere spazio non basta: con l'aumento dei collaboratori si riuscirà a incidere notevolmente sulla qualità di gioco (diminuendo il numero di allievi per maestro gli allenamenti si presenteranno sempre più intensi e mirati, sempre tenendo in considerazione le capacità e i livelli dei corsisti).

Per la **SAT** (dai 4 ai 18 anni) sono stati istituiti ben 4 turni bisettimanali e 5 turni monosettimanali in più rispetto all'anno scorso, iniziando i primi turni alle 15,00, per venire incontro ad ogni possibile difficoltà di partecipazione a causa di altri impegni. Inoltre, per i ragazzi più indaffarati, ci sono nuove proposte al mercoledì e al sabato.

Per i **corsi adulti** invece sono stati istituiti corsi monosettimanali, che interessano il mercoledì.

### ... novità, non in cantiere, ma nella realtà.

I nuovi progetti sono rivolti a tutti gli atleti dei corsi e sono intesi ad avviare alla pre-agonistica e al gruppo agonistico tutti i gruppi che vi parteciperanno. Ma diamo un'occhiata alle novità:

- **PROGETTO MINI-TENNIS:** Rivolto ai gruppi attraverso i quali tutti i tennisti sono passati: i bimbi dai 5 agli 8 anni. Sarà un progetto di avvio al gioco del tennis divertendosi, con attività legate al coordinamento motorio, supervisionati dall'istruttore Tomasz.
- **PROGETTO UNDER:** All'interno dei vari corsi verranno identificati e seguiti maggiormente quei bambini che si dimostreranno dotati di particolari capacità motorie e di apprendimento, così da poterli subito inserire nelle attività propagandistiche e agonistiche nelle categorie Under 10,12 e 14. Responsabile sarà il maestro Paolo Frasson.
- **PROGETTO PROPAGANDA:** L'istruttore Denys sarà responsabile della realizzazione di gruppi di lavoro specifici e adeguati ai livelli di gioco e alle attività. Sarà proposto a bimbi e ragazzi con buone capacità tecniche, motorie e mentali, per avviare anch'essi alle attività agonistiche, proponendo in primis una terza lezione tecnica.
- **PROGETTO JUNIOR SQUASH:** I responsabili Federica Banfi e Luca Visonà (istruttore nonché forte giocatore a livello internazionale di squash) insegneranno le tecniche di base di questo sport poco conosciuto ma molto interessante e propedeutico al tennis a ragazzi dai 15 ai 18 anni che già hanno una discreta capacità tecnica e hanno voglia di cimentarsi in uno sport moderno.



- **PROGETTO ASA: ALTA SPECIALIZZAZIONE ADULTI:** un vero e proprio corso per gli agonisti adulti. Si tratta di un programma dalle 2 alle 3 sedute settimanali di allenamento e potenziamento rivolto ai giocatori che si cimentano in tornei, supervisionati dal maestro Paolo Frasson.

### Non solo primi passi, ma anche giocatori con voglia di affermarsi: l'agonismo.

Dopo aver parlato dei progetti per le 'nuove leve', parliamo delle novità per gli agonisti, che quest'anno hanno dimostrato di 'fare sul serio'.

D'altronde 'quando si è vincenti... si riparte da zero, o meglio... mai stare seduti sugli allori', asserisce il direttore sportivo Gianfranco Barbiero.

Dopo una stagione decisamente entusiasmante e ricca di risultati per i ragazzi sia nelle prove individuali che in quelle a squadre ottenuti grazie al lavoro svolto lo scorso anno e all'impegno e alla passione dedicata all'attività sia dagli atleti che dai relativi tecnici (...ma in cui la fame di vittorie è ancora insoddisfatta), quest'anno si punta a migliorare ulteriormente classifiche e risultati.

Innanzitutto dalla prossima stagione tutti i ragazzi (in totale circa 40) dagli 8 ai 16 anni saranno vigilati dal 'big coach' maestro Paolo Frasson che coordinerà tutte le attività (tecniche ed atletiche), i programmi individuali e a squadre dei ragazzi (tornei e campionati).

Essendo aumentati i ragazzi si sono anche diversificate ulteriormente le esigenze di ognuno e proprio per andar loro incontro e soddisfare la loro voglia di migliorare:

- vi sono ben 4 campi a loro disposizione.
- Sono aumentate le ore in cui inserirli in differenti gruppi (dalle 14,00 alle 18,30 il lunedì e il giovedì e dalle 14,00 alle 20,00 il martedì, mercoledì e venerdì)

- I programmi di lavoro sono aumentati da 3 a 4 volte alla settimana con 6-8 ore di attività settimanale tra cui preparazione atletica.
- ...e soprattutto l'inserimento nello staff di tecnici di nuove figure di spicco!

- **Caterina Marusic:** Un'88 friulana attualmente classificata 2.6, con un palmares di tutto rispetto: ha vestito la maglia azzurra nell'under 14 e 16, è stata tra le prime otto giocatrici ai campionati italiani under 14 e 16, ha partecipato ai campionati europei giovanili a squadre, vice-campionessa italiana a squadre nel 2003. Attualmente vanta numerose partecipazioni a tornei open nazionali ed internazionali.

'Cate', oltre che collaboratrice di Paolo, dalla prossima stagione entrerà a far parte a tutti gli effetti della nostra 'famiglia' partecipando con noi al campionato a squadre femminile di serie C.

Ragazza molto positiva e ancora tennista professionista nonché studentessa, sarà d'esempio per tutti i nostri giocatori (sia per i più grandi che per i più piccoli) per la dedizione, la passione e il comportamento professionale che la caratterizzano in campo.

- **Andrea Fava:** Giocatore professionista, best ranking ATP 903, attuale 1200, classifica italiana 2.2 (armonizzata 2.2 fuori). Nato a Vicenza, ha militato in serie B ed è il più forte giocatore attualmente domiciliato a Padova. Si allenerà per la preparazione atletica presso la nostra struttura e offrirà ai nostri giocatori l'opportunità di vivere da vicino lo spirito di sacrificio e la dedizione dei giocatori professionisti in piena attività. Seguirà in particolar modo i ragazzi più grandi, che hanno ambizioni internazionali.

'l'obbiettivo che ci siamo posti' dice Frasson 'quando abbiamo deciso di chiamare a collaborare con noi questi ragazzi, ancora forti atleti e giocatori, è anche di educare al professionismo alcuni nostri giovani atleti, affiancandoli nell'ottica di tutor non solo negli allenamenti in campo o nello svolgimento della preparazione atletica, ma anche come accompagnatori nei tornei importanti, nazionali ed internazionali'.

- **Mirko:** In realtà non è una new entry, poiché fa parte dello staff del Plebiscito da molti anni, ma come preparatore atletico segue i ragazzi solo dalla scorsa stagione... e i risultati del duro lavoro si vedono. La forma fisica dei ragazzi è stata molto invidiata, soprattutto nelle partite più lunghe e calde. Con la prossima stagione si occuperà di tutti gli agonisti, preparandoli a sopportare le fatiche della partita.

### ... Nuovi adepti per la nuova stagione.

Grazie ai grandi risultati dei nostri atleti, sempre più giovani tennisti talentuosi si rivolgono al C.S. Plebiscito per curare la loro preparazione fisica e tecnica invernale. Dunque, all'originario gruppo di agonisti formato da Paunescu 3.4, Valerio 4.1, Squadrin 3.2, Barbiero B. 3.5, Nanti 4.1, Barbiero C. 4.2, Barbiero L. 4.3, Tomasella 4.3 (classifiche 2008), si sono uniti nuovi giovani, già ampiamente conosciuti nell'ambiente tennistico:

Eros Lampioni, 2.8, rientrato a Padova dopo un'esperienza semestrale presso l'accademia di coach Pistolesi a Roma. Chiara Mendo, 3.2, proveniente da Cittadella, quest'anno ha colto numerosi risultati a livello internazionale. Francesco Mendo, 2.8, fratello di quest'ultima, ha anch'esso partecipato e colto numerosi risultati soprattutto a livello nazionale.

Tutti questi ragazzi fanno parte dell'élite dei giovani tennisti under padovani.

### ... C'è la 'Fila' fuori dalla porta!

non solo sogni e speranze dunque, ma certezze.

Certezze che ci hanno reso interessanti agli occhi di una grande realtà.

A metà estate siamo stati piacevolmente colti dalla visita, a sorpresa (promossa dal responsabile commerciale di una nota casa di abbigliamento tennistica e da alcuni amici maestri) da un gruppo di... esperti del 'pianeta tennis': due maestri e due dirigenti appartenenti all'entourage' del marchio Fila (un certo Borg vestiva la loro marca... Vi dice qualcosa?):

**Cristian Roric**, figlio del famoso giocatore, direttore commerciale Fila Italia.

**Giuseppe Sartori**, maestro responsabile del River Club Vicenza, della squadra di AI femminile.

**Massimo Sartori**, forse il più noto, poiché coach di uno dei giocatori più 'caldi' del momento, Andreas Seppi, e della giovane tennista ancora in ascesa Karin Knapp in quel di Caldaro.

La visita inizialmente volgeva alla ricerca di un punto di vendita dei loro prodotti nella nostra città. Ma dopo aver conosciuto la realtà del C.S. Plebiscito, i maestri, l'organizzazione delle attività, le nostre proposte per la prossima stagione e, soprattutto, dopo aver colto in tutto lo staff un'atteggiamento estremamente professionale ed un'estrema passione per lo sport, i dirigenti Fila hanno proposto un progetto nuovo e innovativo, che potrà dare visibilità sia al marchio che al circolo. Infatti il C.S. Plebiscito è stato inserito tra le loro 10 società 'osservate speciali' in Italia, in cui creeranno una speciale 'CLINIQUE FILA'. Ma cosa porterà di assolutamente innovativo e positivo quest'unione? Innanzitutto ci saranno delle iniziative che potranno far crescere i nostri atleti, di tutte le età: per esempio la possibilità di ospitare a novembre un'esibizione con uno dei giocatori della scuderia Fila e della scuola Sartori a Caldaro (tanto per citarne qualcuno... Andreas Seppi, Karin Knapp, il neo-convocato di Coppa Davis Fabio Fognini). Questa collaborazione inoltre garantirà ai nostri ragazzi una notevole 'visibilità' agli occhi di uno dei migliori coach italiani, che supervisionerà in alcune occasioni gli allenamenti a Padova e in seguito organizzerà per alcuni atleti degli stage intensivi nella sua accademia a Caldaro, nonché dei corsi di aggiornamenti per i maestri. Una possibilità dunque per il Plebiscito di aumentare visibilità e competenza sia dal punto di vista tecnico, grazie alla collaborazione tra maestri, sia dal punto di vista mentale, in quanto i ragazzi potranno 'toccare con mano' l'approccio alla vita dei tennisti professionisti di alto livello.

Beatrice Barbiero

### PAROLE SULL'ACQUA

Direttore Responsabile:  
Federico Fusetti

Art Direction:  
Beatrice Bernardinelli

Hanno collaborato:  
David Barbiero,  
Gianfranco Barbiero,  
Beatrice Barbiero,  
Diego Zilio,  
Massimo Candotti,  
Francesco Rinaldi

Progetto Grafico e  
Stampa: Chinchio  
Industria Grafica S.p.A.  
Editore: 2001 srl - via  
Montà, 28 - Padova  
Iscr. Reg. Stampa - Trib.  
di Padova: 1830 del  
18/12/02

Tiratura: 2500 copie



# Piscine, sport e benessere

## nuoto silver per la terza età



### altre attività

#### tennis

corsi ragazzi		durata 60'	
lunedì e giovedì	15:00 16:00 17:00 18:00		
martedì e venerdì	15:00 16:00 17:00 18:00		
mercoledì	15:00 16:00 17:00 18:00		
sabato	9:00 10:00		

corsi adulti (dal 18 anni)		durata 60'	
lunedì e giovedì	19:00 20:00 21:00		
martedì e venerdì	19:00 20:00 21:00		
mercoledì	19:00 20:00 21:00		

**prenotazione campi**  
sono disponibili tre campi in terra battuta, in Sportflex, o in erba sintetica: dal lunedì al venerdì dalle 8:00 alle 22:30, il sabato e la domenica dalle 8:00 alle 19:00 (per non soci prenotazione nelle 48 ore precedenti)



#### squash

lezioni private **durata 30'**  
da lunedì a venerdì dalle 17:00 alle 21:00

**prenotazione campi**  
sono disponibili tre campi con racchette a noleggio: dal lunedì al venerdì dalle 8:15 alle 22:30, il sabato e la domenica dalle 8:15 alle 18:45 (Fascia a prezzo agevolato, dal lunedì al venerdì, dalle 8:15 alle 12:00 e dalle 14:15 alle 17:15) (per non soci prenotazione nelle 48 ore precedenti)



#### calcetto

**prenotazione campi**  
sono disponibili i campi in Sportflex (coperti) ed erba sintetica (scoperti): dal lunedì al venerdì dalle 8:00 alle 19:00, il sabato e la domenica dalle 8:00 alle 19:00 (non è previsto il noleggio del pallone da gioco) (per non soci prenotazione nelle 48 ore precedenti)



### FREE CLIMBING DAY GIORNATA DELL'ARRAMPICATA SPORTIVA

TI ASPETTIAMO

SABATO 22 NOVEMBRE DALLE 10.00 ALLE 17.00

PER UNA PROVA GRATUITA DI ARRAMPICATA



Organizziamo corsi e attività di arrampicata per tutte le età.

- KIDS** Per bambini di età compresa tra i 6 e 8 anni. Un'ora di corso-gioco
- UNDER 14** Per i ragazzini nella fascia di età tra i 9 e 14 anni per un'ora di arrampicata e di insegnamento dei principi della sicurezza e dei nodi
- UNDER 18** Un'ora di corso per ragazzi dai 14 ai 18 anni. Impareranno le tecniche di arrampicata, tutti i nodi e le manovre di sicurezza
- ADULTI** Corso per adulti principianti, che desiderano imparare i primi fondamentali dell'arrampicata. Perfezionamento per completare la tecnica di arrampicata e apprendere le nozioni per programmare il proprio allenamento.

Con la competenza e la passione delle Guide Alpine Xmountain e di qualificati istruttori di arrampicata sportiva F.A.S.I.



grande evento a Padova!  
STAGE DI DANZA CON ANTHONY HEINLI!

sabato 22 e domenica 23 Novembre



### Anthony Heini

Coreografo e Ballerino di fama internazionale,



Anthony Heini si esibisce in numerosi spettacoli coreografati da Paul Taylor, Jose Limon, Lar Lubovitch, Angelin Preljocaj, David Parsons, Lachine, Peter Anastos, Martha Graham.

Nel 2001 entra a far parte dei "Momix" (in cui rimane per 6 anni) sia come ballerino che assistente di Moses Pendleton con tour mondiali di 1500 spettacoli. In seguito, si trasferisce definitivamente in Italia dove, in collaborazione con Emiliano Pellissari dei "NO Gravity" e Gianni Meis dei "Momix" lavora sia come danzatore, assistente alla coreografia e regia di scena allo spettacolo "Comix". Nel 2007 entra a far parte del nuovo spettacolo "Why" di Daniel Ezralow ed è ospite della trasmissione "Amici di Maria De Filippi". Con l'esperienza di una così intensa carriera da danzatore decide nel 2008 di avviare una propria compagnia, la "AH! Dance Theater Illusion".

#### ORARI LEZIONI:

SABATO 22 NOVEMBRE:  
Dalle 15 alle 16.45 livello principianti  
Dalle 17 alle 19 livello intermedio - avanzato

DOMENICA 23 NOVEMBRE:  
Dalle 11 alle 12.45 livello principianti  
Dalle 13 alle 15 livello intermedio - avanzato

Per info ed iscrizioni telefonare al: 3921815948 o scrivere a dancier28@libero.it

### piscine

#### corsi nuoto

nuoto amatore (6 mesi - 3 anni)		durata 30'	
sabato	09:30 10:00		
domenica	10:30 11:00		

nuoto baby (3 - 5 anni)		durata 40'	
lunedì e giovedì	15:40 16:20 17:00 17:40		
martedì e venerdì	15:00 15:40 16:20 17:00		
mercoledì	15:00 15:40 16:20 17:00		
venerdì	15:00 15:40 16:20 17:00		
sabato	09:50 10:30 11:10 11:50		



nuoto ragazzi (6 - 17 anni)		durata 50'	
lunedì e giovedì	15:30 16:10 16:50 17:30 18:10		
martedì e venerdì	14:50 15:30 16:10 16:50 17:30 18:10		
mercoledì	14:50 15:30 16:10 16:50 17:30		
venerdì	14:50 15:30 16:10 16:50 17:30		
sabato	10:20 11:00 11:40		

nuoto adulti (dal 18 anni)		durata 50'	
lunedì e giovedì	08:20 09:00 09:40 12:30 13:15 18:30 19:10 19:30 19:50 20:10 20:30 21:10 21:50		
martedì e venerdì	08:20 09:00 09:40 12:30 13:15 18:30 19:10 19:30 19:50 20:10 20:30 21:10 21:50		

nuoto libero		durata 50'	
lunedì, mercoledì e venerdì	dalle 7:15 alle 8:15 (solo abbonati)		
da lunedì a venerdì	dalle 12:30 alle 14:30 (solo abbonati)		
mercoledì	dalle 18:00 alle 23:00 (solo abbonati turni di 1h)		
sabato	dalle 8:30 alle 13:00 e dalle 14:00 alle 19:00		
domenica	dalle 9:00 alle 18:00		

nuoto libero estivo		durata 50'	
tutti i giorni (mercoledì sera fino alle 22:30)	dalle 9:00 alle 19:00		

NB: sconto universitari mercoledì sera dopo le 21:00 supplemento per abbonati domenica e festivi



#### apnea e subacquea

saranno tenuti da Apnea Academy i corsi di apnea e rilassamento muscolare (in acqua e a secco)

lunedì e giovedì 20:30



#### ginnastica in acqua

acquafitness		durata 45'	
lunedì e giovedì	12:30 13:15 14:00		
martedì e venerdì	08:30 09:15 13:15 14:00 18:20 19:05 19:50 20:35		
mercoledì	08:30 13:15 18:20 19:05 19:50 20:35		
sabato	09:40 10:40 11:25		



ginnastica dolce in acqua		durata 45'	
mercoledì	09:15		

gestanti		durata 50'	
mercoledì	14:00		
sabato	12:30		

riabilitazione in acqua e a secco		durata 40'	
su appuntamento (iscrivere nominativo in segreteria)			

Acquasilver		durata 40'	
martedì e venerdì	09:50		

"Non sono nuoto"		durata 40'	
martedì e venerdì	08:20 09:10		
lunedì e giovedì	08:20 09:00 09:40		

#### agonismo e preagonismo

minipallanuoto (8 - 10 anni)		durata 16:20	
martedì e venerdì	16:20		

pallanuoto (11 - 13 anni)		durata 16:20	
martedì e venerdì	17:30		
mercoledì	16:00		

scuola sincro (6 - 10 anni)		durata 8:57	
lunedì e giovedì	16:10 17:15		
lunedì e giovedì	15:30		

nuoto propaggina (6 - 10 anni)		durata 16:20	
martedì e venerdì	16:20 17:20		

nuoto master		durata 20:30	
lunedì e giovedì	20:30		



### paestre

aerobica-step		durata 55'	
lunedì e giovedì	19:00	sala aerobica	
martedì e venerdì	14:30	sala aerobica	

aerobica		durata 55'	
lunedì e giovedì	09:10 18:00		
martedì e venerdì	13:00		

body & cardio fitness (dal 18 anni)		durata 55'	
lunedì, mercoledì e venerdì	dalle 7:00 alle 22:30	sala panoramica	

body & cardio fitness (over 18, over 60, over 70, over 80)		durata 55'	
martedì e giovedì	dalle 8:30 alle 22:30	sala panoramica	
sabato	dalle 8:00 alle 18:00	sala panoramica	
domenica	dalle 9:00 alle 13:00	sala panoramica	

body & cardio fitness (over 18, over 60, over 70, over 80)		durata 55'	
lunedì, mercoledì e venerdì	dalle 7:00 alle 17:00	sala panoramica	

body & cardio fitness (over 18, over 60, over 70, over 80)		durata 55'	
martedì e giovedì	dalle 8:30 alle 17:00	sala panoramica	

arrampicata sportiva		durata 90'	
Adulti 4 lezioni + 1 uscita	arrampicata		

Ragazzi		durata 90'	
corso principianti	martedì 17:30		
corso intermedio	giovedì 17:30		

balli latino americani		durata 90'	
mercoledì	21:30	sala aerobica	

capoeira		durata 55'	
lunedì e mercoledì	21:30	sala aerobica	

danza moderna-jazz		durata 8:57	
martedì e venerdì	16:30 17:30	sala musica	
	19:00 20:30		

jazz amatoriale		durata 8:57	
lunedì e giovedì	20:00	sala aerobica	

funk under 18		durata 8:57	
mercoledì	17:00	sala musica	

danza classica		durata 8:57	
mercoledì	18:30	sala musica	

cardio funk adulti		durata 8:57	
mercoledì	20:00	sala grande	



hatha yoga		durata 80'	
mercoledì	09:00 20:00	sala aerobica	

judo (13 - 18 anni)		durata 60'	
martedì e venerdì	18:00	sala aerobica	

karate ragazzi		durata 55'	
lunedì e giovedì	16:20 17:20	sala grande	

kick-boxing		durata 8:57	
lunedì e giovedì	20:30	sala grande	
martedì e venerdì	20:00	sala aerobica	

kick-tone		durata 55'	
lunedì e giovedì	20:30	sala grande	

pancatt		su appuntamento	
personale total training	durata 60'		
martedì e giovedì	13:00	sala panoramica	

pilates		durata 30'	
lunedì e giovedì	10:20	sala aerobica	
mercoledì	17:10 19:00	sala aerobica	
	20:00	sala musica	
martedì e venerdì	19:00	sala aerobica	

spin bike		durata 45'	
lunedì e giovedì	13:00 18:30 19:30 20:30	sala musica	

personal total training		durata 60'	
martedì e giovedì	13:00	sala panoramica	

tone & stretch		durata 55'	
lunedì e giovedì	16:00 17:00	sala aerobica	
martedì e venerdì	10:30 16:00 17:00	sala aerobica	

tone up		durata 55'	
lunedì e giovedì	18:30 19:30	sala grande	
martedì e venerdì	18:30 19:30	sala grande	

wellness		durata 30'	
sabato	10:00	sala aerobica	



## NUOTO SILVER

Il Plebiscito promuove un'iniziativa per gli anziani che non sanno nuotare, con lo slogan: "Io mi muovo, e l'acqua si muove intorno a me".

Gli obiettivi di questo corso di nuoto per la terza età sono:

- creare un percorso di conoscenza dell'acqua, che permetta di sviluppare le capacità sensoriali;
- insegnare il nuoto inteso come capacità di raggiungere l'equilibrio, la respirazione, il gesto motorio;
- creare un clima allegro, sereno, rilassante che permetta anche di creare nuove amicizie;
- migliorare la mobilità articolare, prevenire i traumi, migliorare la coordinazione;
- educare a respirare correttamente, abbinando anche tecniche di movimento/respirazione.

Il corso è seguito esclusivamente da tecnici federali della Federazione Nuoto. Per l'attività è obbligatorio il certificato medico. Il corso si svolge due volte alla settimana, della durata di 40 minuti per ciascuna lezione: martedì/venerdì, dalle 7.50 alle 8.30, oppure dalle 9.50 alle 10.30. Il costo è di 33 euro più il di quota di iscrizione.

## Nel prossimo numero:

- presentazione squadre pallanuoto
- il palaghiaccio
- pallanuoto serie B
- la squadra sincro
- la stagione del tennis