

# TENNIS CLUB C10

magazine  
2023



Numero unico a cura del TENNIS CLUB C10 Rovereto - Stampa **la grafica** - Mori (TN)



**REALE  
MUTUA**

REALE GROUP

**AGENZIA DI  
ROVERETO**

Via Maioliche, 53 Leno Center  
38068 Rovereto (TN)  
Tel. 046 4439533  
Fax 046 4439571  
[www.realemutuarovereto.it](http://www.realemutuarovereto.it)



# FARMACIA THALER

FARMACI OMEOPATICI - COSMESI - **ELETTROCARDIOGRAMMA**  
AUTOANALISI: COLESTEROLO - TRIGLICERIDI - GLICEMIA  
TRATTAMENTI PER CAPELLI - ARTICOLI PER NEONATI E PER DONNE IN GRAVIDANZA  
ALIMENTI NATURALI - INTEGRATORI  
E MOLTI ALTRI ARTICOLI PER LA CURA E BENESSERE DEL PROPRIO CORPO

38060 ROVERETO - Via Dante, 1/bis - Tel. 0464 421030 - [www.farmaciathaler.it](http://www.farmaciathaler.it)

Laboratorio Orafo *Omodeo*  
creazione gioielli



Via Tartarotti, 10 ~ Rovereto (TN)  
Telefono 348 5912686



- 2 **Attività 2022**
- 4 **Premiazioni 2022**
- 6 **Ricordando...**
- 8 **Campionati sociali**
- 9 **Torneo di Natale**
- 10 **PTR Instruction**
- 12 **Serie C 2003**

**Redazione**  
Mauro Galvagni

**Collaboratori**  
Luciano Botti, Roberto Setti,  
Marco Sossass,  
Antonio Zandonati

**Impaginazione grafica**  
Mauro Galvagni

**Fotografie**  
Matteo Festi,  
Mauro Galvagni

**Stampa**  
**la grafica** S.r.l. - Mori (TN)



## editoriale

di Mauro Galvagni

Il 2022 ha riservato grandi soddisfazioni per la nostra attività. I campionati a squadre e i tornei individuali hanno visto le nostre formazioni e i nostri atleti combattere per le posizioni di vertice. La semifinale conquistata nella serie D1 e

i primi due posti raggiunti rispettivamente da Stefano Gretter e Alessandro Maronato nel Grand Prix Trentino di terza categoria ne sono la riprova. Erano anni che questo non accadeva. Ma pure gli altri atleti non sono stati da meno, rappresentando sempre il nostro circolo al meglio delle loro possibilità.

Il tennis è uno sport per certi versi difficile, ma proprio per questo è uno sport che poi dà soddisfazioni, a cui l'atleta rimane legato nel corso degli anni. Ci fa sempre piacere il ritorno tra le nostre file di alcuni giocatori che con le loro gesta hanno contribuito ai risultati che il club ha ottenuto nel corso degli anni, proiettandolo tra i circoli più in vista del Trentino.

Buona lettura.

**OAKLEY®**

**O T T I C A**  
**I M M A G I N I**

ROVERETO VIA F.LLI FONTANA 4/A 0464/420738

# Campionati e tornei

La stagione 2022 è stata assolutamente positiva per il Tennis Club C10. Il club ha partecipato alla serie D1, classificandosi al 2° posto del girone 1. Grazie a 4 vittorie, ottenute contro Centro Val di Sole, Trento, Arcade Grillo e Borgo, la squadra composta da Maronato, Gretter, Loro, Colorio, Ambrosi, Pancheri, Slomp, Manica e Angheben, ha conquistato l'accesso ai playoff che si sono giocati a settembre. L'incontro che vedeva opposto il C10 al Brentonico è stato molto combattuto, deciso solamente nelle gare di doppio a favore dei tennisti dell'altopiano, dopo che la nostra squadra conduceva 3 a 1 le gare di singolare.

Nei tornei individuali i nostri atleti si sono distinti, dominando la classifica del Grand Prix Trentino del singolare di terza categoria. Stefano Gretter, finalista all'Ata Battisti e Rovereto, semifinalista ad Arco e Mezzolombardo, si è qualificato per il Master e ha vinto la classifica finale. Alessandro Maronato, vincitore a Rovereto e Brentonico, al Memorial Caumo Over 35, e semifinalista a Trento, si è qualificato anche lui per il Master, raggiungendo le semifinali e classificandosi al secondo posto della classifica di categoria. Lorenzo Loro, finalista a Tesero e vincitore a Peio, ha raggiunto il 14° posto finale.

Nel Grand Prix Trentino di quarta categoria, si sono registrate le buone prove di Loris Giongo e Tullio Angheben il quale ha raggiunto anche la semifinale di quarta categoria al torneo Open di Arzachena.

Sono arrivati ottimi risultati per i nostri atleti anche dai campionati provinciali individuali veterani disputati sui campi della Baldresca a Rovereto. Lorenzo Loro si è confermato campione negli Over 50 dove in finale ha battuto



**La formazione di D1: da sinistra, Gretter, Maronato, Pancheri, Loro**

Alessandro Giovanazzi col punteggio di 6-1 6-1. In semifinale il portacolori del C10 aveva avuto la meglio in un match tiratissimo contro Stefano Del Dot per 7-5 3-6 10-5. Lorenzo Loro ha inoltre raggiunto la finale nell'Over 40, sconfitto da Simone Ziglio, e la semifinale nell'Over 45. Alessandro Maronato, come nella edizione 2021, è giunto in finale nella categoria Over 35, sconfitto dal campione in carica, il forte valtellinese Sasha Rampazzo, con punteggio di 6-3 6-0. Ha partecipato alla categoria Over 55 anche Loris Giongo che è arrivato in semifinale.

Marco Sossass ha raggiunto le semifinali della categoria Over 70 ai Campionati Italiani Intercral andati in scena dal 12 al 19 giugno 2022 a San Vincenzo, in provincia di Livorno. Il portacolori del Tennis Club C10, per l'occasione ha rappresentato l'Unicredit, forte compagine da sempre ai vertici di queste manifestazioni. Dopo aver vinto tre incontri, tutti al tie-break

del terzo set, in un tabellone affollato di partecipanti, Sossass si è arreso nell'incontro che gli avrebbe permesso l'accesso alla finale. Per lui comunque un buon risultato tenuto anche conto dell'alto tasso tecnico dei partecipanti a questa edizione.



**Stefano Gretter vincitore del Grand Prix Trentino di terza categoria**

# Assemblea annuale

Sabato 18 marzo 2023 si è svolta l'assemblea annuale del Tennis Club C10. Nel corso della riunione il presidente Mauro Galvagni ha fatto notare che nel 2022 sono state riprese tutte le attività che l'emergenza pandemica aveva limitato o addirittura costretto la società ad annullare. Nel 2022 c'è stato anche un aumento degli associati al club che è di buon auspicio per le attività future. La stagione 2022 ha fatto registrare buoni risultati sia per quanto riguarda l'attività a squadre che la partecipazione degli atleti ai tornei individuali. La formazione partecipante alla serie



Angheben e Maronato, vincitori del Grand Prix C10 2022

D1, dopo il secondo posto della fase a girone ha guadagnato l'accesso ai play-off, dovendosi arrendere al Brentonico. Risultati prestigiosi sono stati conseguiti anche dagli atleti; Stefano Gretter e Alessandro Maronato si sono classificati rispettivamente al primo e secondo posto del 39° Grand Prix Trentino, mentre Lorenzo Loro, vincitore dei campionati provinciali over 50, ha concluso anche lui la stagione nella posizione di vertice del circuito trentino. Come sempre in autunno sono andati poi in scena i campionati sociali, seguiti dalle premiazioni sociali e dal consueto Torneo di Natale che ha concluso una stagione molto intensa. Tra i temi emersi dalla discussione in assemblea, quello più importante riguarda le tariffe per l'uso degli impianti comunali di tennis per le attività della società. Le puntuali richieste rivolte all'amministrazione comunale per beneficiare di tariffe agevolate, in quanto ricordiamo che il club paga le ore campo come un normale privato, cosa del tutto anomala per una società sportiva, non hanno avuto ancora risposta. Auspichiamo che si arrivi presto ad soluzione anche perché le tariffe, dal 1 gennaio 2023, hanno subito un aumento medio di circa il 50%.

## TENNIS CLUB C10 ASD

**Tennis Club C10 associazione sportiva dilettantistica - Indirizzo:** via Trieste, 15 - 38068 Rovereto (TN). Telefono e Fax: 0464/431683. Internet: [www.tennisc10.com](http://www.tennisc10.com) E-mail: [tennisc10@tennisc10.com](mailto:tennisc10@tennisc10.com)

**Anno di fondazione:** 1986.

**Presidente:** Mauro Galvagni.

**Vicepresidente:** Andrea Gazzini.

**Consiglieri:** Andrea Colorio, Marco Manica, Alessandro Maronato, Pierpaolo Omodeo, Roberto Setti.

**Staff tecnico:** Mauro Galvagni - Istruttore FIT di 2° grado e Professional PTR 6A, prof. Roberto Setti - preparatore atletico (ISEF). **Medico:** dott. Alessandro Maronato.

**Campi tennis:** Centro Comunale Tennis Baldresca - Rovereto (5 campi in terra e 5 in sintetico coperti). **Quote sociali:**

socio sostenitore euro 35,00, socio ordinario euro 25,00, socio agon. U16 euro 50,00, socio agon. O16 euro 80,00. **Attività agonistica svolta:** Winter Cup Serie "C", Serie D, Under, Veterani. Fun Cup Open e Senior Cup +100 maschili. **Manifestazioni organizzate:** Coppa "Città della Pace", Torneo Sociale e Torneo di Natale "Shoot-out".

**Atleti:** Gabriele Ambrosi, Tullio Angheben, Rolando Ballestriero, Andrea Bedeschi, Gianluca Caputo, Andrea Colorio, Mauro Galvagni, Alberto Gazzini, Andrea Gazzini, Loris Giongo, Stefano Gretter, Lorenzo Loro, Marco Manica, Alessandro Maronato, Francesca Maronato, Pierpaolo Omodeo, Massimo Pancheri, Giancarlo Ravagni, Franco Rizzi, Piero Slomp, Marco Sossass, Adriano Trentini.

# I protagonisti della stagione



*Maronato e Gretter, atleti dell'anno*

Sabato 22 ottobre 2022 si è svolta la serata di premiazioni di fine anno del Tennis Club C10 presso l'auditorium del Brione a Rovereto. Alla presenza di numerosi soci, sono stati premiati gli atleti che si sono distinti nel corso dell'anno e i vincitori dei campionati sociali. Il presidente Mauro Galvagni ha evidenziato che il 2022 è stata una annata molto positiva per la società che si è qualificata per i play-off di serie D1 con gli atleti che si sono resi protagonisti del Grand Prix Trentino di terza categoria. Stefano Gretter e Alessandro Maronato si sono classificati infatti al primo e secondo posto della graduatoria finale, raccogliendo nel corso della stagione ottimi risultati. A completare il successo degli atleti del C10 si aggiunge il quattordicesimo posto nel Grand Prix di Lorenzo Loro e i buoni risultati degli altri atleti in quello riservato alla quarta categoria.

Sono stati premiati quali atleti dell'anno 2022 Stefano Gretter e Alessandro Maronato; un premio

speciale è stato consegnato a Lorenzo Loro che tra i tornei vinti può annoverare il titolo provinciale Over 50 Fit.

La speciale classifica stilata in base agli incontri vinti nei tornei del Grand Prix vede vincitori a pari merito Tullio Angheben e Alessandro Maronato con 15 vittorie, terzo Lorenzo Loro con 14 vittorie. La serata è proseguita con le premiazioni dei campionati sociali: il singolare di terza categoria è stato vinto da Stefano Gretter su Alessandro Maronato, semifinalisti Piero Slomp e Stefano Genetti, Piero Slomp ha trionfato nel singolare di quarta su Franco Rizzi, mentre la coppia Maronato e Razzino ha avuto la meglio nel doppio di terza categoria su Loro e Ravagni. Sabadino Razzino ha infine vinto il singolare "B" di quarta categoria.

Il presidente Mauro Galvagni a conclusione della serata ha rivolto un ringraziamento a tutti gli sponsor che hanno contribuito a rendere possibile l'attività e la riuscita della serata, nonché un plauso ad atleti, dirigenti e soci per l'impegno profuso.



*Maronato e Gretter, finalisti del torneo sociale di terza categoria*



*Piero Slomp campione sociale di quarta categoria*



*Maronato e Razzino vincitori del doppio*



*Lorenzo Loro premiato per i risultati ottenuti nel 2022*



*Sabadino Razzino vincitore del singolare "B"*



*Un momento della serata*



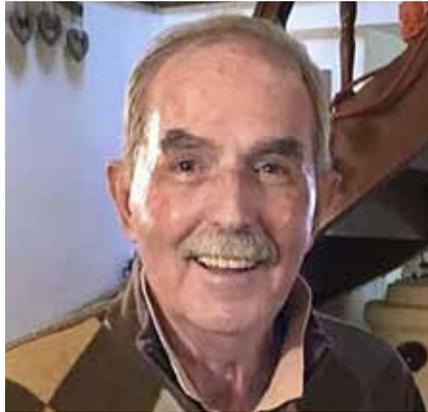
*La premiazione dei campioni*



# Ottorino e Ezio

di Marco Sossass

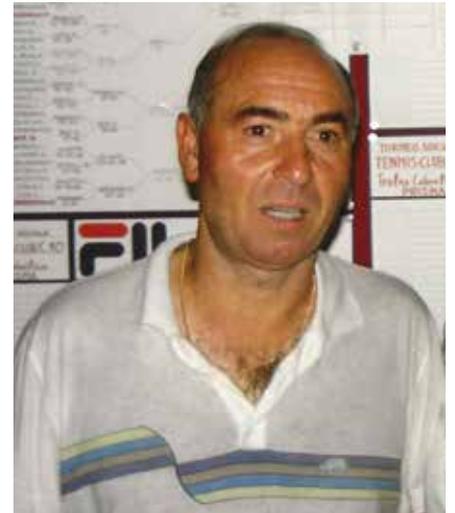
Nell'orribile 2022 sono venute a mancare a distanza di pochi mesi due figure che seppur profondamente diverse tra loro, hanno segnato un pezzo di storia sportiva nel tennis e nello sci. Il primo e più famoso, Ezio Damolin, ci ha lasciati nel mese di marzo e a pochi mesi di distanza se n'è andato pure Ottorino Ruffo. Ero legato da una sincera amicizia con tutti e due e vorrei ricordarli anche se così diversi tra loro, ma con le stesse passioni. Ezio è arrivato al tennis tardi, da autodidatta, ma da grande atleta quale è stato non ci ha messo molto a raggiungere discreti livelli, avendo l'agonismo nel sangue. Oltre ad aver partecipato alle olimpiadi di Grenoble e vinto 9 titoli italiani tra combinata nordica e salto con gli sci ha giocato per diversi circoli tennis italiani, facendosi benvolere ovunque. Di Ottorino che dire? Sotto la scorza di uomo



**Ezio Damolin**

scorbutico è sempre emersa la sua tenacia e volontà di apprendere ed insegnare, cosa che faceva, soprattutto nelle lezioni di sci in modo inimitabile. Sono stati un suo regalo i miei primi paia di sci quando insegnavo alle scuole medie di Folgaria. Dietro la sua maschera bartaliana di "gli è tutto sbagliato, gli è tutto da rifare" è sempre stato disponibile e paziente a dare lezioni di tennis nei vari circoli di Rovereto

e Mori. E anche quando, provato da infortuni e malattie, ha dovuto smettere l'attività fisica non è mai mancata la sua presenza ovunque si giocasse a tennis o si sciasse. Comunque sempre con quel sottofondo di voler spiegare a chi secondo lui non capiva lo sci ed il tennis. Ci mancheranno entrambi.



**Ottorino Ruffo**



## VACANZE 2023

### TENNIS

Per adulti, ragazzi e famiglie  
di tutti i livelli di gioco

Portorose (SLO) - Marlungo (BZ) - Umago (CRO)

  
**VANDERMEER**  
TENNIS UNIVERSITY EUROPE

IN CAMPO DAL 1976

SCOPRI LA PROGRAMMAZIONE COMPLETA  
[WWW.VANDERMEERTENNIS.IT](http://WWW.VANDERMEERTENNIS.IT) - 0473/230097

# Gian Paolo Ferrari

di Marco Sossass

Uno dei meriti per cui verrà ricordato come uomo politico e dirigente sportivo Gian Paolo "Pipeto" Ferrari sicuramente è quello di avere interpretato entrambi i ruoli sempre a servizio della comunità. Mi riferisco soprattutto al suo operare affinché tutte le società sportive avessero pari dignità nell'utilizzo delle strutture comunali, con tariffe agevolate che permettessero anche alle più piccole di operare sul territorio. Qualche sua "visione" non è andata nel verso giusto, tipo quella di spostare tutta l'attività tennistica alla Baldresca, suscitando reazioni e resistenze che hanno portato al mantenimento dei campi di Lungo Leno, ma ciò nonostante, diventato vicesindaco, ha accettato di buon grado quanto gli si era rivolto contro. Oltre al Circolo Tennis di cui oltre che bravo giocatore ne è stato presidente per 17 anni, va sicuramente ricordate per i suoi vent'anni di presidenza

dell'U.S. Quercia, dove, praticamente da solo, ha tenuto in piedi la sezione della pallacanestro che era a malapena sopportata nell'ambito generale, avendo come riscontro eterna gratitudine da parte dei giocatori di cui ha condiviso personalmente le fatiche e il divertimento. È grazie a

lui, che il basket roveretano, ormai orfano di ricambi generazionali è rinato con la sua presidenza alla San Marco Basket che a livello giovanile ha spopolato anche al di fuori dei confini regionali. Che il suo esempio sia di stimolo a quanti hanno in mano il futuro dello sport roveretano.



Ferrari ad una premiazione del Tc C10



## PITTURE E RESTAURI

I COLORI 18 s.a.s. di Gasperini Francesco  
38060 VOLANO (TN) - Z.I. Via Salenghi, 66/4

C.F./P.IVA 02504500220

Tel. 3483933004

e-mail: [icolori18snc@gmail.com](mailto:icolori18snc@gmail.com)

[www.icolori18.it](http://www.icolori18.it)

# Gretter e Slomp nuovi campioni



*I finalisti del singolare di terza categoria, Stefano Gretter e Alessandro Maronato*

Stefano Gretter è il nuovo campione sociale del singolare di terza categoria del Tennis Club C10. Questo il responso dei campionati sociali che si sono giocati l'8 e 9 ottobre 2022 sui campi comunali della Baldresca. Nella finale che lo vedeva opposto al pluricampione sociale Alessandro Maronato, il tennista trentino, tesserato per il Tennis Club C10, è stato autore di una prestazione maiuscola che gli ha permesso di avere la meglio sul solido gioco del rivale. Dopo aver perso il primo set al tie-break, Gretter riusciva a contenere il gioco dell'avversario e ad aggiudicarsi la seconda frazione di gioco, sempre al tie-break. A quel punto tutto si decideva nel terzo set, alla lotteria del tie-break. Dopo un avvio equilibrato, a Gretter riusciva l'allungo decisivo, andando a vincere col punteggio di 10-5. Entrambi i giocatori quest'anno sono stati protagonisti di un'annata strepitosa con Gretter trionfatore del Grand Prix Trentino di terza



*I finalisti del singolare di quarta categoria, Franco Rizzi e Piero Slomp*

categoria, proprio davanti al compagno di squadra Maronato, e pertanto questa finale si preannunciava equilibratissima, come dimostra il risultato finale. Terzi a pari merito Stefano Genetti che ha perso dal vincitore, e Piero Slomp che ha ceduto a Maronato.

Slomp si è comunque rifatto nel singolare di quarta categoria dove ha battuto 4-1 4-1 il campione sociale uscente Franco Rizzi, prendendosi una bella rivincita.

Nel doppio maschile la coppia composta da Alessandro Maronato e Sabadino Razzino, dopo aver battuto in semifinale il duo Stefano e Cristian Genetti, si è aggiudicata il titolo vincendo la finale contro i favoriti numero uno, Lorenzo Loro e Giancarlo Ravagni col punteggio di 4-0 5-3.

Nel singolare "B" vittoria di Sabadino Razzino su Giancarlo Ravagni.



*I protagonisti della finale del doppio: da sinistra, Sabadino Razzino, Alessandro Maronato, Giancarlo Ravagni e Lorenzo Loro*

## RISULTATI DELLE FINALI

### Terza categoria maschile

Stefano Gretter b. Alessandro Maronato 4-5  
5-4 10-5

### Quarta categoria maschile

Piero Slomp b. Franco Rizzi 4-1 4-1

### Doppio terza categoria maschile

Alessandro Maronato-Sabadino Razzino b. Lorenzo Loro-Giancarlo Ravagni 4-0 5-3

# Maronato si aggiudica il torneo

Alessandro Maronato ha vinto il torneo di Natale organizzato dal Tennis Club C10 sui campi della Baldresca a Rovereto. Il torneo, giunto quest'anno alla sua 30ª edizione, ha visto al via gli atleti protagonisti di questa positiva stagione del club locale che si sono fronteggiati nella tradizionale e collaudata formula a tie-break.

I gironi preliminari hanno visto qualificarsi alla fase finale i primi tre classificati di ogni raggruppamento. In semifinale, nella parte alta del tabellone, Alessandro Maronato ha avuto la meglio su Luca Avancini, vincitore nei quarti di finale su Tullio Angheben per 9-7 7-4, con un duplice 7-3; nell'altra semifinale Stefano Gretter ha prevalso su Loris Giongo, che si era aggiudicato il quarto di finale su Piero Slomp per 9-7 8-6, col punteggio di 7-3 7-4. La finale vedeva pertanto di fronte i due finalisti degli ultimi campionati sociali che si sono giocati nel precedente mese di ottobre. Alessandro Maronato, molto attento nelle fasi più delicate dell'incontro, è riuscito ad avere la meglio sul quotato avversario, prendendosi così la rivincita su Stefano Gretter campione sociale in carica, vincendo il match



*I semifinalisti: da sinistra, Avancini, Gretter, Maronato, Giongo*



per 7-3 8-6. Il presidente Mauro Galvagni, complimentandosi con i giocatori che hanno dato vita a questo consueto appuntamento di fine stagione, ha sottolineato

come per il Tennis Club C10 siano importanti queste manifestazioni, occasione di ritrovo tra tutti gli atleti che rappresentano il club nei vari campionati e tornei.



*Stefano Gretter e Alessandro Maronato, finalisti del torneo*

## RISULTATI

### Quarti di finale

Luca Avancini b. Tullio Angheben 9-7 7-4, Loris Giongo b. Piero Slomp 9-7 8-6

### Semifinali

Alessandro Maronato b. Luca Avancini 7-3 7-3, Stefano Gretter b. Loris Giongo 7-3 7-4

### Finale

Alessandro Maronato b. Stefano Gretter 7-3 8-6

Tradotto da TennisPro USA 2022



# 8 STRATEGIE FONDAMENTALI NEL SINGOLO E COME ALLENARLE

---

## Edgar Giffening

*Edgar Giffening era un junior di alto livello in Messico e ha giocato per l'Università del Texas dove ha conseguito una laurea in economia e una laurea in fisiologia dell'esercizio. Iniziando come assistente allenatore nella sua università, Edgar ha allenato giocatori agonisti negli ultimi 25 anni. Ha allenato negli Stati Uniti, in Germania e in Messico. È stato relatore in molte convention nazionali e internazionali di coach (ITF, PTR, ITA, USTA, DTB, FMT) ed è partner di TennisGate.*

---

Se i giocatori non hanno un chiaro obiettivo tattico per ogni punto, non saranno in grado di giocare all'altezza del loro potenziale. La buona notizia è che ci sono solo un numero limitato di opzioni strategiche nel singolo. Ecco un elenco di 8 concetti strategici essenziali con alcune idee su come praticarli.

### **Supera l'avversario**

L'obiettivo è vincere il punto mantenendo la palla in gioco fino a quando l'avversario non sbaglia; quindi, la consistenza e la profondità sono essenziali.

#### *Esercitazioni*

1 - Un giocatore colpisce cross e l'altro lungolinea. Prova a vedere quante palle riescono a colpire senza commettere errori.

2 - Gli allievi giocano punti "senza winner". Sono autorizzati a muovere la palla ma è vietato tentare un colpo definitivo. Se capita di effettuare un winner attraverso una serie di tiri piazzati, il punto è valido. Variazione: i giocatori effettuano dei punti in cui non sono autorizzati a colpire la palla che rimbalza all'interno dell'area di servizio. L'attenzione è rivolta alla profondità.

### **Forza l'avversario**

Questa strategia prevede di essere aggressivi fin dall'inizio del punto, colpendo forte e cercando di anticipare la palla.

#### *Esercitazioni*

1 - Il battitore ha 3 servizi (2 prime palle) ma deve concludere il punto in tre colpi incluso il servizio.

2 - Il battitore ha un servizio e il ricevitore deve terminare il punto in 3 colpi inclusa la risposta.

### **Gioca il tuo colpo migliore**

Il modo più semplice per migliorare il tuo gioco senza cambiare molto è giocare il tuo colpo migliore più spesso.

#### *Esercitazione*

Contrassegnare il campo in modo che l'area di gioco misuri circa 2/3 delle dimensioni normali del campo. Giocare dei punti solo con il proprio colpo migliore: girare intorno alla palla in caso sia nel lato del colpo debole. Se l'avversario riesce a far giocare il colpo più debole, perdi il punto. Solitamente il colpo migliore è il diritto, ma potrebbe non esserlo.

### **Gioca sul punto debole dell'avversario**

Fai in modo che l'avversario giochi il suo colpo più debole più volte per garantirti un vantaggio.

#### *Esercitazione*

Giocare dei punti in cui uno dei giocatori deve indirizzare la palla solo su un lato del campo mentre l'altro può colpire su tutto il campo.

Questo include il servizio. Iniziare il punto su una zona bersaglio; un buon modo per farlo è indirizzare la risposta verso il lato da cui proviene il servizio.

### **Attacca la rete**

Mettere pressione all'avversario prendendo la rete è una strategia molto utile quando si gioca contro atleti consistenti o che hanno un lato debole.

#### *Esercitazioni*

1 - Svolgere dei punti in cui il battitore esegue serve & volley sulla prima di servizio e il ricevitore effettua chip & charge sulla seconda di servizio.

2 - Giocare dei punti in incrociato in cui è concesso cambiare direzione solo se si effettua un attacco.

### **Porta l'avversario a rete**

Molti giocatori non si sentono a proprio agio a rete e costringerli a coprire questa zona di campo li metterà in una posizione vulnerabile.

#### *Esercitazione*

Giocare delle partite in cui un vincente con la smorzata vale 3 punti e vincere il punto contro un giocatore a rete vale 2 punti.

### **Usa la varietà per forzare errori o palle corte**

Colpire palle diverse è molto più difficile che rigiocare colpi simili più e più volte. Diversificare il gioco è un ottimo modo per costringere l'avversario a commettere errori o inviare palle corte da attaccare.

#### *Esercitazione*

Giocare dei punti in cui i giocatori non sono autorizzati a effettuare la stessa tipologia di colpo per due volte consecutive. I giocatori devono variare la rotazione, la traiettoria e la profondità in ogni colpo.

### **Aprire il campo**

In generale, il giocatore che si muove di più ha più probabilità di perdere. Aprire il campo sfruttando le angolazioni è un ottimo modo per forzare gli errori o creare opportunità per giocare il winner.

#### *Esercitazione*

Svolgere dei punti in cui i giocatori non sono autorizzati a superare con i piedi la linea laterale del doppio o un prolungamento di essa. Se un giocatore costringe l'avversario ad effettuare un colpo esternamente al campo di doppio, il punto è concluso. Il drill è un ottimo modo per lavorare sugli angoli e allo stesso tempo sullo spostamento diagonale verso la palla anticipandola ed evitando di andare a giocare colpi molto esterni alla zona centrale del campo.

---

**Concentrarsi su questi concetti strategici è un ottimo modo per semplificare l'allenamento tattico e preparare i giocatori a competere contro qualsiasi avversario. Le esercitazioni sono solo degli esempi. Puoi facilmente trovare altre opzioni per lavorare sulle diverse strategie fondamentali.**

---

# 20 anni fa lo storico titolo

di Mauro Galvagni



*La squadra vincitrice del titolo*

Una delle più grandi affermazioni ottenute dal Tennis Club C10 nella sua storia ultra trentacinquennale è il titolo di serie C Trentino conquistato nel 2003.

Dopo varie partecipazioni, iniziate dal 1998, ottenendo risultati più che soddisfacenti, il club decise di inseguire con più decisione il titolo sfuggito di poco negli anni precedenti. La serie C, massimo campionato regionale, in quegli anni si disputava con la formula di cinque singolari e due doppi, con l'obbligo di schierare nei singolari un giocatore under 16. Per competere in un campionato così impegnativo, allo storico gruppo formato da Alessandro Casagrande, Andrea Colorio, Michele Fondriest, Mauro Galvagni, Andrea Gazzini, Gregor Krusic, Marco Manica e Alessandro Maronato, si aggiunsero il giovane vicentino Andrea Fava e lo sloveno Tomaz Berendijas. Il campionato fu subito molto impegnativo, ma, grazie all'organico di cui la squadra disponeva e all'organizzazione messa in campo dal club, il Ten-

nis Club C10 riuscì a imporsi in tutte le partite disputate. Uno degli obiettivi del club, oltre al risultato, era quello di impiegare tutti i giocatori, sia per consentire loro di fare esperienza, soprattutto ai più giovani, sia per essere sempre pronti nei momenti determinanti. E tutti diedero un contributo utile al raggiungimento di questo risultato. Dopo la vittoria spareggio per il titolo (4-3) sui campi dell'Ata Battisti di Trento, il campionato proseguì con lo spareggio per l'accesso alla fase nazionale, purtroppo perso, contro gli altoatesini del Valle Aurina.

Negli anni seguenti la squadra di serie C ottenne altri numerosi piazzamenti e l'accesso alla fase nazionale nel 2006, conquistata con la vittoria a S. Giorgio di Brunico. Di questa vittoria ci rimane la soddisfazione di essere stato il primo tra i club cosiddetti minori, a conquistare questo ambito trofeo. Alcuni dei componenti di quella fantastica formazione, in particolare i giovani di allora, negli anni successivi si sono affermati

a livello provinciale e regionale, e contribuiscono ancora adesso, con le loro prestazioni, ai buoni risultati della nostra attuale formazione impegnata nei campionati di D1 provinciale.



*Andrea Fava e Andrea Colorio*

A photograph of a woman with blonde hair, wearing a grey t-shirt, leaning over a young child with brown hair who is sleeping in a bed. The woman is kissing the child on the forehead. The child is wearing a white shirt with a hot air balloon pattern and is holding a brown teddy bear. The bed has striped bedding. The background is dark, suggesting a night scene. A blue line graphic runs diagonally across the image from the top left to the bottom right.

Oggi è il momento migliore  
per proteggere il tuo domani

Mantieni lo stesso tenore  
di vita anche in futuro

Con la consulenza Family Welfare calcoliamo  
il tuo gap previdenziale e ti offriamo un  
programma assicurativo personalizzato.



Cassa Rurale  
Alto Garda Rovereto  
CREDITO COOPERATIVO DAL 1892



Tutti i gruppi stampa utilizzati per la produzione sono marchiati **Heidelberg**



## La Grafica s.r.l.

38065 Mori (TN) - Via Matteotti, 16 - z.a.  
Tel. 0464 917444 - Fax 0464 910450

[www.lagrafica.net](http://www.lagrafica.net) - [info@lagrafica.net](mailto:info@lagrafica.net)

## Litografia e Casa Editrice che opera nel settore da oltre 40 anni

I punti di forza della nostra azienda sono le attrezzature all'avanguardia e il personale specializzato, questi elementi ci permettono di dare ai clienti un'assistenza completa e qualificata, dalle prime fasi della progettazione grafica, fino alla realizzazione dello stampato, con soluzioni moderne e personalizzate in grado di soddisfare ogni esigenza.

Lavoriamo nel campo editoriale, fornendo libri, riviste e pubblicazioni. Nell'area pubblicitaria siamo presenti con cataloghi, depliant, opuscoli, volantini, manifesti, calendari e tutti i tipi di stampati commerciali.

I nostri clienti sono case editrici, aziende, dettaglianti, studi pubblicitari, enti pubblici e privati. Forniamo servizi di stampa litografica, composizione e progettazione grafica.



Azienda con certificazione FSC®,  
il marchio della gestione forestale responsabile

SOLO I PRODOTTI IDENTIFICATI COME FSC® SONO CERTIFICATI

*Il nostro impegno per un futuro migliore*

