

TENNIS CLUB C10

MAGAZINE

2004

18a edizione



Numero unico a cura del TENNIS CLUB C10 Rovereto - Stampa la grafica Mori



**CASSA RURALE
DI ROVERETO**
BANCA DI CREDITO COOPERATIVO



dal 1899 con Voi

STUDIO 2C

**servizio infortunistica
consulenza e
recupero sinistri**

**Assicurazioni
COMMERCIAL UNION INSURANCE**

di CAPUTO VINCENZO E GIANLUCA

**ROVERETO - Corso Rosmini, 84
Tel. 0464 434770 - Fax 0464 424755**



SUPERMERCATI



ROVERETO Piazza S. Antonio, 1
SUPERMERCATO

ROVERETO Via Benacense, 50
GRANDE MAGAZZINO

ROVERETO Via Lungo Leno SX, 152
il negozio del FRESCO

MONCLASSICO Via Nazionale
CENTRO COMM. CLASSIC CENTER

SOMMARIO



Prima pagina	2
Winter Tennis Cup 2004	4
Gemellaggi	5
Serie C 2004	6
Attualità	7
Club news	8
Preparazione fisica	9
Attività 2003	10
Partnerschaft	11
Ptr instruction	12



5



6

Redazione
Mauro Galvagni

Collaboratori
Luciano Botti, Alberto Fracchetti, Gino Galvagni, Andrea Gazzini, Loris Giongo, Roberto Setti, Marco Vecchi

Impaginazione grafica
Mauro Galvagni

Realizzazione copertina
Emanuel Festini

Stampa
La Grafica S.r.l. - Mori (TN)



editoriale

Con la pubblicazione di C10 Magazine andiamo a ripercorrere come consuetudine le tappe più significative della scorsa stagione sportiva e facciamo un primo bilancio sui campionati e le attività in corso di svolgimento. Il 2003 è stato sotto tutti i punti di vista ricco di soddisfazioni per il nostro club. Il titolo nella serie C maschile a squadre ha costituito l'apice di una intensa attività che ha visto il Tennis Club C10 protagonista su più fronti. Oltre che dai campionati a squadre sono arrivati buoni risultati da quasi tutte le manifestazioni ai quali il nostro club e i nostri atleti hanno partecipato. E questo ci vincola non poco per il futuro. Non sarà facile ripetere le gesta della scorsa annata sportiva ma la voglia e l'impegno certo non mancano. Un segnale forte è già arrivato con il secondo posto ottenuto nella serie C a squadre 2004 e dai buoni piazzamenti delle rappresentative veterani. Alessandro Maronato è stato poi splendido protagonista del primo torneo stagionale del Gp Trentino di terza categoria, classificandosi al secondo posto. Questi risultati sono di buon auspicio per questa stagione sportiva che sta entrando nel vivo.

Un grazie va come sempre agli sponsor e agli enti pubblici che da sempre ci sostengono credendo nella validità delle nostre proposte.

Buona lettura!

MAURO GALVAGNI

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

Via Fontana, 4 - Rovereto (TN)

tel. 0464 42 07 38

Stagione a 360°

A Tullio Angheben
il titolo sociale 2003



Priva di alcuni dei protagonisti della positiva stagione agonistica, l'edizione numero diciotto del classico torneo sociale di 4ª categoria è stata vinta con pieno merito da Tullio Angheben che in finale ha prevalso su Franco Rizzi per 6-1 7-6. Semifinalisti Giancarlo Ravagni e Alessandro Maronato. Nel torneo di recupero vittoria di Paolo Buratti su Stefano Collini per 6-7 6-1 6-3.

Salvezza raggiunta
in serie D2

Si è conclusa positivamente l'ultima appendice dei campionati a squadre 2003 per il Tennis Club C10. La formazione "B" partecipante alla serie D2 ha infatti vinto brillantemente lo spareggio per evitare la retrocessione, sconfiggendo il Tennis Club di Tione semifinalista della serie D3. Alla formazione composta da Marco Bee, Stefano Miotto e Giancarlo Ravagni, sono bastate le gare di singolare per imporsi sui quotati avversari. Nel corso del campionato la squadra del Tc C10 causa infortuni e indisponibilità dei singoli atleti si era complicata il cammino nel proprio raggruppamento giungendo al 5° posto e dovendo così ricorrere allo spareggio per riconfermarsi nella categoria.

Pieno merito dunque a questi tre atleti che hanno scritto un'altra pagina importante della storia del sodalizio roveretano.

Nuovo successo del Tc C10
nel Quadrangolare a squadre "C10 Cup"



I partecipanti all'edizione 2003 della C10 Cup.

Il Tennis Club C10 si è aggiudicato anche la 16ª edizione della "C10 Cup", quadrangolare nazionale a squadre Open, disputatosi a fine agosto sui campi in terra rossa della Baldresca. Il successo per i padroni di casa è giunto al termine di una finale molto combattuta vinta per 3 a 1 sull'Alta Val di Non di Cavareno. Al di là di quanto dica il risultato non è stato facile per i ragazzi del C10 conquistare questa edizione del torneo. La giovane squadra schierata ha trovato infatti, nei numerosi atleti di buon livello presenti alla manifestazione, dei validi ed irriducibili avversari che con le loro giocate spettacolari sono stati protagonisti di partite di ottimo livello. La finale ha visto fronteggiarsi le due squadre meglio attrezzate e determinante è stato il successo ottenuto, nel match d'apertura, da Andrea Colorio sul pari classifica Silvano Fondriest, giunto al termine di una partita molto ben giocata da entrambi i contendenti. Nelle altre partite vittorie abbastanza agevoli per Michele Fondriest e Stefano Miotto che peraltro concludendo imbattuti il torneo sono stati i trascinatori della formazione roveretana. C10 e Alta Val di Non in semifinale avevano avuto la meglio rispettivamente di Sportivando per 4 a 1 e del Tennis Benaco per 3 a 1. Al Tc C10 è andato il trofeo messo in palio dall'Assessorato allo Sport del Comune di Rovereto. Nella finale di consolazione, il Tennis Benaco di Sirmione, del maestro Alberto Ghizzi, ha prevalso per 3-2 su Sportivando al quale non è bastato l'apporto di Ivan Dorigatti.



Da sinistra, Silvano Fondriest, Andrea Colorio.

Un super Manica nel Trofeo Newport



I semifinalisti dell'edizione 2003.

Marco Manica si è aggiudicato la 12ª edizione del Torneo di Natale - Trofeo Newport. Il tennista roveretano si è imposto in una bella finale sul giovane compagno di squadra Alessandro Maronato resosi protagonista dell'eliminazione, in semifinale, del maestro di Sportivando Ivan Dorigatti. Nel corso del torneo, ormai un appuntamento classico di fine stagione, i 16 partecipanti suddivisi in 4 gironi hanno dato vita a partite molto combattute e di buon valore tecnico. Da sottolineare in particolare, oltre alle prove fornite dai finalisti, il bel torneo giocato dall'altro tennista del Tc C10 Michele Fondriest, arresosi in semifinale a Manica dopo averlo impegnato parecchio nella prima frazione di gioco, e la conferma di Andrea Gazzini, a suo agio sulle superfici rapide.

Il Consiglio regionale premia il Tc C10



Da sinistra, il dott. Franco Panizza, Andrea Colorio, Mauro Galvagni, Andrea Gazzini, Michele Fondriest, Marco Manica.

La Presidenza del Consiglio regionale del Trentino Alto-Adige ha conferito una targa premio alla squadra di Serie C maschile del Tennis Club C10, per la conquista del titolo di Campione Trentino 2003. Il Vicepresidente del Consiglio regionale, dott. Franco Panizza, nel consegnare la targa si è complimentato per il grande impe-

gno profuso degli atleti nella preparazione e la forte determinazione dello staff tecnico-dirigenziale che hanno consentito il raggiungimento di un traguardo che conferma il Tennis Club C10 nell'élite regionale di questa disciplina sportiva e pone le basi per un futuro ricco di soddisfazioni.

PETROLVILLA

Prodotti
Petroliiferi

& BORTOLOTTI

AMMINISTRAZIONE E DIREZIONE, Trento - Via Brennero, 171/18 - tel. 0461 433 333 - fax 0461 433 349
www.petrovilla.it - e-mail: info@petrovilla.it

DEPOSITI IN TRENTINO

	☎	Fax
TRENTO Gardolo	0461 960 888	- 0461 961 144
VILLA LAGARINA	0464 412 222	- 0464 461 245
PIEVE DI BONO	0465 674 144	- 0465 674 959

DEPOSITI IN ALTO ADIGE

BOLZANO	0471 977 188	- 0471 977 612
BRUNICO	0474 552 260	- 0474 553 186
LA VILLA (Val Badia)	0471 843 133	- 0471 843 170

ORIS DI LASA	0473 739 921	- 0473 739 775
Schönthaler Gentilini s.r.l.	0473 739 921	- 0473 739 775
CORTINA		

Zandonella s.r.l.	0436 3430	- 0463 860 709
-------------------	-----------	----------------



**UN SERVIZIO
INEGUAGLIABILE**

Depositi nel Veneto: Verona, Cologna Veneta (VR) Vicenza, Sossano (VI), Padova

I giovani crescono



Le squadre del Parcines e del Tc C10

Si è conclusa con un onorevole terzo posto, alle spalle di S. Giorgio e Rungg, la partecipazione del Tennis Club C10 all'edizione 2004 della Winter Tennis Cup di Serie C. Inserita in un girone molto competitivo, la giovane squadra roveretana, composta da Alessandro Maronato, Andrea Colorio, Michele

Fondriest, Giulia Battocletti, Marco Manica e Andrea Gazzini, si è ben comportata aggiudicandosi gli incontri con Tione, Levico e Parcines, pareggiando con il Bressanone e arrendendosi di misura con le prime due classificate S. Giorgio Brunico e Rungg Appiano, dimostrandosi unica alternativa

allo strapotere delle formazioni altoatesine.

Buone le indicazioni giunte dalle prestazioni dei singoli a dimostrazione della crescita agonistica e dell'impegno profuso dai giovani del C10 nel corso del campionato.

Laboratorio Orafo Omodeo

**RIPARAZIONI
E CREAZIONE GIOIELLI**

marchio autorizzato ★ TN 97

ROVERETO - Via Tartarotti, 10 - Tel. 348 5912686

Coppa "Città della Pace" con gli amici toscani

di MAURO GALVAGNI

Dal 18 al 20 luglio una ventina di tennisti dei club di Caprese Michelangelo e Subbiano, cittadine toscane della provincia di Arezzo, sono stati ospiti del Tennis Club C10 in occasione della 7ª edizione del torneo nazionale Open a squadre Coppa "Città della Pace". La manifestazione, dalla tradizione ormai consolidata, si è svolta sui campi del Centro Tennis Baldresca e si è articolata nella disputa di quattro singolari e un doppio maschile, e un doppio misto. La vittoria finale è andata ai padroni di casa che si sono imposti per 5-1 sulla rappresentativa Toscana capitanata dal maestro Paolo Rossi. La venuta a Rovereto dei tennisti della Valtiberina ha costituito un momento molto significativo dell'attività del Tennis Club C10 in quanto prosegue e rinsalda i legami del gemellaggio siglato tra i club nel 1994; in quell'occasione furono i tennisti roveretani a far visita alla cittadina che diede i natali a Michelangelo Buonarroti, e da allora l'iniziativa prosegue ogni anno con molto entusiasmo da ambo le parti. Dopo essere stati accolti ufficialmente dall'assessore Laezza nella Sala Consigliare del Municipio di Rovereto, il programma di questa tre giorni di sport, ha permesso agli ospiti toscani di conoscere alcuni dei luoghi più caratteristici della Vallagarina, come il



I componenti delle rappresentative che hanno dato vita al torneo.

Castello di Avio, la Campana della Pace e il Museo di Arte Moderna e Contemporanea di Trento e Rovereto. Alla premiazione conclusiva ha presenziato il vicepresidente del Consiglio Regionale, Franco Panizza, che portando il saluto della Presidenza del Consiglio si è complimentato con gli organizzatori per la valenza sportivo-turistica dell'iniziativa.

Nella foto a destra, Cristina Franchetti, Loris Giongo e Alessio Luzzi presidente del Ct Caprese Michelangelo.



Un momento della visita al Museo di Arte Moderna e Contemporanea di Trento e Rovereto.

TC C10 b. RAPPR. TOSCANA 5-1

Risultati

Manica b. Terziani 6-4 6-4; Miotto b. Rossi 6-4 6-2; Fondriest S. b. Milani 6-2 6-0; Fondriest M. b. Gnassi 6-1 6-1; Giongo/Slomp b. Rossi/Milani 6-4 6-2; doppio misto Franchetti/Milani b. Luzzi/Razzino 6-3 7-5

Grande prova del nostro team

Si è conclusa con un altro prestigioso piazzamento, la partecipazione del Tennis Club C10 alla fase regionale del campionato di serie C maschile 2004. Con all'attivo quattro vittorie, due pareggi e una sola sconfitta, la formazione roveretana, vincitrice della passata edizione, si è classificata al secondo posto, contendendo fino alla fine il primato all'Ata Battisti di Trento. Si è trattato di un risultato sicuramente positivo considerando anche che il club non ha potuto contare sull'apporto di Andrea Fava, impegnato nel campionato di B2.

La squadra composta da Gregor Krusic, Tomaz Berendijas, Marco Manica, Alessandro Casagrande, Andrea Colorio, Michele Fondriest, Alessandro Maronato, Loris Giongo e Mauro Galvagni ha saputo nel corso della competizione far fronte anche a situazioni difficili, riuscendo ad esempio a strappare un prezioso 3 a 3 sui campi del Ct Trento, una delle formazioni più quotate, dopo essersi trovata in svantaggio per 3 a 1. Neppure l'Ata Battisti, che poteva contare tra le sue fila diversi giocatori che lo scorso hanno avevano disputato



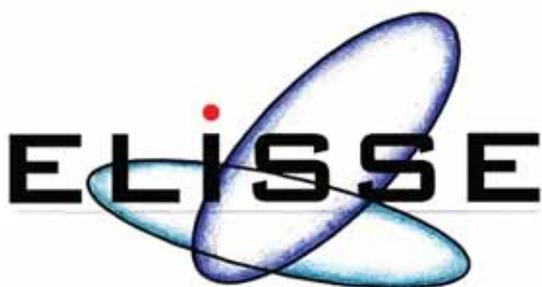
Da sinistra, Andrea Colorio, Gregor Krusic, Alex Casagrande, Michele Fondriest, Marco Manica, Mauro Galvagni.

con successo la Serie A2, è riuscita ad imporsi con facilità sui giocatori del Tennis Club C10, tant'è che il match si è deciso solo dopo la disputa delle gare di doppio.

Nel corso del campionato il Tennis Club C10 ha dimostrato di essere una

formazione ben quadrata ed organizzata, composta da giocatori motivati e di buon livello. Per gli atleti più giovani la possibilità di giocare al fianco di giocatori esperti e di elevato livello uniti all'esempio di professionalità in allenamento e in gara dei nostri Gregor Krusic e Tomaz Berendijas ha costituito un'importante esperienza per la loro crescita tennistica.

L'INFORMATICA PER LE AZIENDE



ELISSE INFORMATICA

Via Zeni, 8 Sede Tecnofin - 38068 Rovereto (Tn)
Tel. 0464.44.33.22 - Fax 0464.44.33.23 - Cell. 335.32.60.00
e-mail: info@elisse.it

CONSULENZA INFORMATICA - FORNITURE HARDWARE E SOFTWARE REALIZZAZIONE RETI LAN
OTTIMIZZAZIONE SISTEMI INFORMATIVI - COMMERCIO ELETTRONICO
PORTALI WEB - ASSISTENZA HARDWARE E SOFTWARE



Tomaz Berendijas

RISULTATI

Pol. Besenello - Tc C10	1-5
Tc C10 - Ct Pergine	3-3
Tc C10 - Ct Cavalese	6-0
Ct Trento - Tc C10	3-3
Tc Mori - Tc C10	0-6
Tc C10 - Ct Mezzolombardo	6-0
Ata Battisti - Tc C10	4-2

Classifica: Ata Battisti pt. 14; Tc C10 pt. 10, Ct Trento e Ct Mezzolombardo pt. 9; Ct Pergine pt. 8; Pol. Besenello e Ct Cavalese pt. 3; Ct Mori pt. 0

I protagonisti...



COPPE - TROFEI - TARGHE
LYMPIC

**OGGETTISTICA PROMOZIONALE
PERSONALIZZATA**

38068 ROVERETO (TN) - Via del Perer, 10 - Lizzana
Tel. e Fax 0464 430944

Attività 2004



via Trieste, 15 - 38068 Rovereto
 Telefono e Fax: 0464/431683
 E-mail: tennisc10@tennisc10.com
<http://www.tennisc10.com>
Anno di fondazione: 1986
Presidente: Mauro Galvagni
Vice presidente: Maria Meneghelli

Consiglieri: Marco Bee, Renzo Boscato, Gino Galvagni, Loris Giongo, Marco Manica, Giancarlo Ravagni, Stefano Miotto, Roberto Setti.

Campi: Centro Comunale Tennis Baldresca - Rovereto (5 campi in terra e 2 in green-set coperti nel periodo invernale)

Lo staff tecnico:

Mauro Galvagni - Professional PTR-CONI/CSEN Map Point 4A
 prof. Roberto Setti - preparatore atletico (ISEF) settore agonistico

Attività agonistica svolta:

Serie "C", Serie "D", Over 35, Over 55, Fun Cup Open e Senior Cup +100 maschili



APPUNTAMENTI

gennaio-marzo: Winter Tennis Cup
marzo-aprile: incontri amichevoli in preparazione della stagione agonistica
aprile: inizio Campionati a squadre di Serie C, D2, Over 35, Over 55 maschili
luglio: fase eliminatoria Fun Cup Open maschile
16-18 luglio: Trofeo "Michelangelo" a Caprese Mich.lo
21-22 agosto: 17° quadrangolare nazionale a squadre "C10 CUP" Open
28 agosto-5 settembre: 18° torneo sociale (junior e open)
4-5 settembre: 8ª Coppa "Città della Pace" Open a squadre
14-17 ottobre: Master Fun Cup 2004 a Portorose
novembre: stage agonistico presso il Van der Meer Euro-Training Center di Marleno
18 dicembre: 15ª edizione torneo di Natale "Shoot-out" trofeo Newsport



Pierpaolo Omodeo

AGONISTI 2004

atleta	class.
Pietro Balestra	
Rolando Ballestriero	4.2
Patrizia Basei	4.2
Marco Bee	4.3
Tomaz Berendijas	2.8
Renzo Boscato	
Gianluca Caputo	
Alex Casagrande	3.5
Stefano Collini	4.5
Andrea Colorio	3.5
Michele Fondriest	4.1
Mauro Galvagni	
Andrea Gazzini	4.4
Loris Giongo	4.3
Gregor Krusic	2.6
Marco Manica	3.4
Alessandro Maronato	4.2
Stefano Miotto	4.1
Pierpaolo Omodeo	
Markus Polesnig	2.3
Giancarlo Ravagni	4.5
Ernesto Razzino	
Sabadino Razzino	4.4
Alessandro Reale	4.4
Franco Rizzi	4.1
Roberto Setti	
Piero Slomp	4.4
Marco Sossass	4.4

TESSERAMENTO 2004

QUOTE ASSOCIATIVE

Socio sostenitore Euro 20,00
Socio ordinario Euro 10,00
Socio agon. U16 Euro 30,00
Socio agon. O16 class. Euro 50,00

FARSI SOCIO AL TENNIS CLUB C10 OFFRE I SEGUENTI VANTAGGI:

Tesserata TC C10
 Tessera FIT CARD con assicurazioni SPORTASS e RAS
 Tornei riservati ai Soci (Sociale individuale e a squadre, Shoot-out di Natale)
 Stages agonistici in collaborazione con PTR-Italia
 Programmi di preparazione atletica
 Possibilità di partecipare a Tennis Camp in Italia e all'Estero

"TC C10 Magazine" Annuario del Club
 "TC C10 News" informazioni periodiche sull'attività
 Calendari di tutti i tornei FIT (sono disponibili a richiesta i calendari ATP-WTA-ITF)
 "Trentino Tennis News" rivista della FIT (solo per tesserati agonisti)
 Pagina WEB InterNet (<http://www.tennisc10.com>)

Sconto sugli acquisti presso NEWSPOINT Company
 Sconto sull'abbonamento alla rivista "IL TENNIS ITALIANO"
 Giornata a disposizione per prova racchette
 Gemellaggi con altri Tennis Club e incontri amichevoli
 Cena sociale

Attività fisica e salute

di **ROBERTO SETTI**

La ricerca medica negli ultimi decenni ha accumulato una gran quantità di dati in base ai quali si può affermare che l'attività fisica, se praticata con costanza, progressività e gradualità contribuisce in modo determinante al mantenimento di un buono stato di salute sia fisica che mentale. Inoltre la pratica sportiva ha un ruolo di prevenzione e di cura nella maggior parte delle malattie funzionando anche da supporto alle terapie. Purtroppo in questi anni le abitudini di vita in generale seguono ritmi e tempi tali da consentire limitate esperienze di movimento e di gioco. Mentre aumentano i momenti di sedentarietà (televisione, videogiochi, studio, ufficio, automobile) il tempo dedicato al gioco libero in grandi spazi

e senza vincoli è andato progressivamente calando se non in alcuni casi scomparendo. Il movimento dunque produce degli effetti e degli adattamenti sul nostro corpo. Per quanto riguarda l'apparato osseo il movimento agevola la produzione di nuove cellule ossee stimolando la crescita del tessuto stesso, aumenta la circolazione sanguinea con un conseguente maggior apporto di calcio; sulle articolazioni mantiene elastiche le componenti delle articolazioni stesse (tendini, muscoli, legamenti) mantenendo così un buon grado di scioltezza articolare; sui muscoli il movimento aumenta la capacità di lavoro, la forza e il deposito di sostanze energetiche necessarie per la contrazione muscolare riducendo inoltre il rischio di lesioni muscolari. Fondamentali sono inoltre gli effetti che il movimento provoca sul sistema

cardiocircolatorio e respiratorio. Diminuisce la frequenza cardiaca a riposo e durante il lavoro muscolare ed inoltre il cuore dopo il lavoro ritorna ai valori normali di frequenza più rapidamente. Aumenta la capillarizzazione muscolare che permette un maggior afflusso sanguigno e quindi un più facile scambio di O_2 con CO_2 . Per quanto riguarda la respirazione c'è un aumento della capacità vitale (quantità di aria che un soggetto è capace di espellere dai polmoni dopo aver fatto una profonda inspirazione), un abbassamento della frequenza respiratoria e una riduzione dei tempi di recupero. Perché questo succeda, si diceva all'inizio, ci si deve applicare all'attività fisica con regolarità e con costanza. Due, tre allenamenti la settimana con carichi di lavoro progressivi e con attività calibrate alle capacità e all'età.



Costruzione e progettazione
contenitori metallici speciali



www.omacontenitori.com

OMA srl - v.del Lavoro 15-38063 AVIO(Tn)
telefono: 0464.684086 telefax.684087



Il prof. Roberto Setti, docente di educazione fisica al Liceo "A. Rosmini" di Rovereto, è responsabile del settore giovanile e preparatore atletico del Tennis Club C10.



Una stagione da incorniciare

A fine novembre si è svolta presso la Casa Sociale di Lizzanella, l'assemblea annuale con le premiazioni della stagione sportiva 2003 del Tennis Club C10. Numerosi soci ed atleti hanno preso parte all'evento, occasione di consuntivo per il club roveretano protagonista di un'altra magnifica annata caratterizzata dalla conquista del titolo di campione regionale di serie C maschile a squadre.

Dalle relazioni che si sono succedute nel corso della serata sono emersi dati sicuramente confortanti sull'attività svolta dal sodalizio presieduto da Mauro Galvagni. Buoni risultati sono stati infatti ottenuti anche dalle formazioni che hanno partecipato alla Winter tennis Cup, alla D2, ai campionati veterani, alla C10 Cup, alla Coppa Città della Pace e all'Annafest-turnier.

Gli atleti del Tc C10 si sono espressi molto bene anche a livello individuale, dove oltre alle vittorie di Tomaz Berendijas al torneo ITF di Capodistria e di Andrea Fava all'open di Sirmione, vanno ricordati i numerosi piazzamenti di Marco Manica, Andrea Colorio, Andrea Gazzini e Michele Fondriest nei tornei di singolare e doppio del Gran Prix Trentino FIT. Parole di elogio a questo proposito sono arrivate dalle



Alcuni dei protagonisti della stagione 2003, con l'Assessore allo Sport, Cristian Sala e il vicepresidente FIT, Vincenzo Berloff.

autorità presenti. L'Assessore allo Sport del Comune di Rovereto, Cristian Sala e il vicepresidente del Comitato Trentino FIT, Vincenzo Berloff, si sono complimentati con i dirigenti della società per il positivo lavoro che stanno svolgendo.

Molti premi sono stati poi assegnati agli atleti che maggiormente si sono distinti nel corso dell'anno. In particolare meritano di essere menzionati il premio

di atleta dell'anno conferito a Michele Fondriest uno dei giovani più promettenti a livello provinciale, per l'impegno e serietà dimostrati nelle attività a cui ha partecipato, e quelli attribuiti a Manica, Gazzini e Colorio per la qualificazione al Master del Gran Prix.

Nelle elezioni che hanno concluso la serata c'è stata la riconferma del direttivo uscente presieduto da Mauro Galvagni.



Gardavini

38066 - RIVA DEL GARDA - Via Monte Oro, 5/b

A Forchheim per l'Annafest-turnier

Prosegue con grande entusiasmo il gemellaggio tra il Tc C10 e il Tc Forchheim. Nel mese di luglio i tennisti roveretani sono stati infatti ospiti degli amici tedeschi in occasione dell'Annafest, festa suggestiva e di antica tradizione che come consuetudine vede



Scambio di doni tra i due club gemellati dal 1989.

coinvolti tutti gli abitanti di questa bella città della Baviera, gemellata dal 1989 con Rovereto. Dopo essere stati ricevuti nella sede del Municipio dal primo cittadino, Franz Stumpf, gli atleti del Tc C10 si sono misurati con gli amici tedeschi in un simpatico torneo che ha

visto la vittoria, al termine di una serie di incontri molto combattuti, della rappresentativa roveretana composta da Piero Slomp, Stefano Miotto, Fausto Ghezzi, Michele e Silvano Fondriest. La permanenza a Forchheim per questo evento, ha permesso alla rappresentativa del Tc C10 di approfondire le conoscenze e rinsaldare i vincoli di amicizia che legano i due club da oltre dieci anni. Significative a questo proposito le numerose escursioni alle quali i giocatori dei due club hanno partecipato e che hanno consentito ai roveretani di conoscere da vicino i luoghi più belli della Frankonia, la pittoresca regione di Forchheim.

AGENZIA VIAGGI ASSOLATI

via degli Alpini, 1- 38060 Villa Lagarina (TN)
Tel. 0464 411478 - Fax 0464 411983



Da sinistra, Stefano Miotto, Peter Grönefeld, Jurgen Langgüth, Piero Slomp.

Volèe dal bambino al pro

di MARCO VECCHI

Il tennis moderno fatto di ritmo, di potenza, di atleticità, lascia ben poco spazio alle discese a rete e alle conclusioni di volo. Tranne il caso di pochi specialisti del serve and volley, il gioco si svolge perlopiù a fondo campo, perché allora trattare l'argomento del gioco di volo? Secondo noi vi sono almeno tre validi motivi.

Primo: la volèe risulta essere il colpo più facile del tennis poiché il bersaglio da colpire, cioè il campo avversario, è più vicino che in tutti gli altri colpi.

Secondo: il bagaglio del giovane tennista deve essere inizialmente il più vasto possibile.

Terzo: nel giocatore professionista, l'abilità nel gioco di volo permette soluzioni alternative che, se impiegate anche poche volte in un match, possono risultare fondamentali per il conseguimento della vittoria.

Per sviluppare questo tema ritengo stimolante per il lettore riportare la sintesi di una relazione presentata ad Hilton Head Island da Alfredo Soliz Hinojosa, Advisor della Panamanian Tennis Federation, che ingloba spunti molto interessanti, che spaziano fra percezione e bilateralizzazione, fra allenamento alla concentrazione ed al problem solving, fra concetto di utilità dell'errore e feed back sensoriale.



MARCO VECCHI

**Master Professional PTR
International Workshop Leader**

Affermato Maestro di tennis, da oltre vent'anni si occupa di metodologie didattiche internazionali.

È iscritto all'albo professionale dell'A.I.P.S. quale Tecnico esperto in psicologia dello sport.

Per il PTR riveste l'incarico di relatore dei corsi Standard Method 1, Standard Method 2, Fattore Mentale Basic ed Advanced. È in possesso della qualifica PTR di Master Professional ed è un esaminatore nazionale "National Tester". È socio fondatore di R.I.T.A. (Research Italian Tennis Association), associazione culturale che si propone di promuovere studi e ricerche scientifiche sul tennis. È autore del libro didattico Senior Tennis, edito dalla Società

Stampa Sportiva di Roma. Ha svolto numerosi viaggi di studio e di lavoro in Europa e negli USA: in particolare presso il Vic Braden Tennis College, la Van der Meer Tennis University e la Nick Bollettieri Tennis Academy. È stato il responsabile della W.C.T. Tennis Academy di Milano e Direttore Tecnico dell'Accademia di Milano. Collabora con la rivista il Tennis Italiano ed attualmente collabora con il T.C. Ambrosiano di Milano.

Soliz presenta palle da tennis regolamentari gialle e palle colorate in rosso ed in verde (s'intuisce che per un primo approccio potrebbero essere anche di maggiori dimensioni o depressurizzate) e propone esercizi senza racchetta dove l'allievo, a seconda del colore della palla che gli viene lanciata, deve controllarla o con la mano destra o con la sinistra o con i piedi o con il corpo. La distanza fra l'allievo ed il maestro è di non più di due metri senza alcun ostacolo frapposto.

Successivamente, l'allievo posto al di là della rete, dopo aver afferrato con le

mani la palla che gli viene lanciata, deve rimandarla in lungolinea o in diagonale a seconda del colore della palla stessa.

Affrontando esercizi con la racchetta, Soliz specifica di non dare nessuna indicazione tecnica ma solamente tattica: in palleggio di volo, la palla gialla deve essere rimandata lungolinea, la palla rossa in diagonale la palla verde dove si vuole. A questo punto viene introdotto un altro tipo di palla, metà gialla metà nera che viene chiamata palla luna e dà ad essa una grande rilevanza, affermando che sempre e fin da subito occorre stimolare l'allievo nel passare da una situazione di controllo ad una situazione di fare il punto. Quando compare la palla luna bisogna conquistare il punto!

Da ultimo, impiegando solo palle gialle, vengono posti dei bersagli in zone diverse del campo, sia in riferimento a volèe profonde che a volèe smorzate ed ognuno viene indicato con un numero 1, 2, 3, e così via. Il grado di difficoltà è progressivo sia nel numero dei bersagli posti, sia nel cambiamento dell'ordine numerico. L'allievo-giocatore posizionato nella hot seat riceve una serie di tre palle. Nel momento che il maestro invia una palla chiama un numero e verso quel target l'allievo deve indirizzare la propria volèe; se vi è un errore o una precisione insufficiente il maestro ripete il numero precedentemente chiamato per permettere quell'azione di feed-back utile ad aggiustare il movimento.



Tennis & Vacanze
alla Van der Meer Tennis University
presso il Südtiroler Tennis Camp di Marleno

Corsi settimanali per adulti, per tutti i livelli
da aprile a ottobre 2004
BASICS ● CONTROL ● TACTICS & STRATEGY

SPECIALE ADULTI
25-31 luglio MENTAL & POWER TENNIS
1-21 agosto HIGH PERFORMANCE TENNIS

SPECIALE GIOVANI
Junior Summer Camps dal 4 al 31 luglio
diretti dal Maestro e Coach Luigi Bertino

Rivista ufficiale: **TENNIS** Sito internet: www.vandermeertennis.it
Per informazioni: Tel. 0473 230097 – Fax 0473 212033 e-mail: vandermeertennis@dnet.it

Mondo Cinema

noleggior DVD e VHS 24h su 24h

DA NOI LA TESSERA È GRATUITA E IL PRIMO NOLEGGIO È OMAGGIO

a Rovereto in via Zotti 18 e Mori in via G. Marconi 21



la grafica

prestampa - stampa - legatoria



libri

cataloghi

riviste

pieghevoli

opuscoli

38065 Mori (TN) - Via Matteotti, 16 - z.a.

Tel. 0464 917444 - Fax 0464 910450

www.lagrafica.net - e-mail: info@lagrafica.net

casa editrice

NEWSPORT



NEWSPORT GROUP

MILLENNIUM Rovereto (TN), Via del Garda, 101 - 0464 425325

Mori (TN), Via del Garda, 37 - 0464 917496

Riva del Garda (TN), Viale Dante, 55 - 0464 521640

Rovereto (TN), Via Roma, 23 - 0464 432555

Quinta Strada

Rovereto (TN), Tartarotti, 38 - 0464 438610

Rovereto (TN), Via Scuole, 3 - 0464 431316