

NOTIZIARIO ATTIVITÀ DICEMBRE 2024



Il vero vincitore non è colui che vince sempre ma colui che perde e continua ad avere il coraggio di mettersi in gioco.

[Michele Acanfora]

A.S.D. BIEFFESPORT

A.S.D. Bieffesport

Via Alessio Olivieri, 15
Milano



CONTATTI

Fabio Della Vedova

Cell. +39 3355230950

Email fabiodellavedova@hotmail.com

CALENDARIO ATTIVITÀ

30/11-1/12/2024 Under 11/13/15/17 Banzai Cup
15/12/2024 Midi Tennis Banzai Cup
2-3/11/2024 Under 11/13/15/17 Banzai Cup
22-23/12/2024 Tornei di Natale

Il responsabile del codice di condotta a cui rivolgersi per segnalazioni di abusi, violenze e discriminazioni è Fabio Della Vedova
Email fabiodellavedova@hotmail.com

Info e contatti per tornei visitare sito

www.banzaicup.it

www.bieffesport.com

JOMA **HEAD**

SEMPRE ATTENTI E RISPETTOSI VERSO LE DIVERSITÀ



Con l'introduzione del Decreto Legislativo 28 Febbraio 2021. n. 39 noto come "Riforma dello Sport", si promuovono in maniera decisa anche nello sport, i valori di parità, di non discriminazione, di tutela dei minori, di contrasto alla violenza di genere, per prevenire e contrastare qualsiasi fattispecie di abuso, violenza e discriminazione.

In tal senso con piacere e condivisione abbiamo adottato come Associazione un modello di Organizzazione e Controllo nonché un Codice di Condotta a tutela dei minori, per la prevenzione delle molestie, della violenza di genere, e delle discriminazioni per ragioni di etnia, religione, convinzioni personali, disabilità, età o orientamento sessuale.

Lo potete trovare nelle bacheche del CS Kennedy e anche sul sito dell'associazione, e speriamo diventi un aiuto ulteriore al nostro cammino di Centro Educativo allo Sport.

Continueremo a promuovere un ambiente di apertura all'ascolto, in relazione a questioni che riguardano la tutela dei minori, per facilitare l'esposizione di problematiche e/o segnalazioni circa atti discriminatori o presunti abusi;

Continueremo ad assicurare la condivisione e diffusione di un senso di responsabilità comune tra i membri dello staff, in materia di discriminazioni, tutela di bambini, bambine e adolescenti e persone adulte;

Continueremo ad incoraggiare le persone di minore età ad esporre problemi e preoccupazioni;

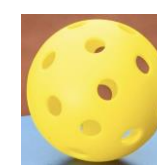
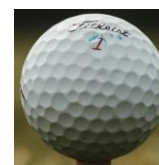
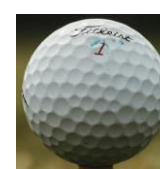
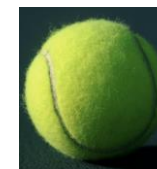
Renderemo coscienti i genitori o i tutori dei diritti di bambini, bambine e adolescenti, su ciò che è accettabile o inaccettabile e su cosa fare se sorge un problema;

Saremo come sempre chiari verso genitori e tutori circa l'atteggiamento professionale che potranno aspettarsi dai collaboratori dell'A.S.D. Bieffesport, nonché dai relativi rappresentanti e chiarire nel dettaglio cosa si può fare in caso di problematiche relative ad abuso su bambini. Siamo certi che cercando sempre di creare le migliori condizioni di dialogo e di ambiente potremo evitare problematiche e favorire una crescita e condivisione tra tutti i protagonisti della vita sportiva nella nostra Associazione.

Abbiamo nominato Fabio Della Vedova responsabile contro gli abusi, violenze, e discriminazioni della nostra Associazione Sportiva. Per qualsiasi informazioni a riguardo o segnalazioni a riguardo è possibile contattarlo direttamente: fabiodellavedova@hotmail.com

NON SIAMO MIGLIORI O PEGGIORI, SIAMO TUTTI DIVERSI.

TENNIGMISTICA



189 g

176 g

155 g

Nelle tre colonne, di cui sotto viene evidenziato il peso complessivo, sono distribuite quattro palline da tennis, quattro palline da golf e quattro palline da pickleball. Sapreste dire quanto pesa ogni pallina?

NEWS DAL CAMPO



Auguri a

1/12 Simon, 3/12 Luca M., 5/12 Daniele,
6/12 Federica, 10/12 Martina, 16/12 Francesca N.,
20/12 Eleonora e Riccardo, 23/12 Camilla G.
30/12 Elio, 31/12 Luccia.

ATTIVITÀ NOVEMBRE

Ecco una carrellata di foto e notizie relative ai tornei che si sono svolti nel mese di novembre relativi alla Banzai Cup.

Amatori Maschile



Finale tiratissima che si conclude 7/5 al match tie break e vede vincere **Giorgio Crippa** contro **Emiliano Nava**.

Amatori femminile



La finale del torneo femminile vede vincitrice **Michela Andreella** su **Valentina Lamanna**.

TORNEI MIDI TENNIS



Tantissimi i partecipanti al MIDI: nella categoria 2013/2014 ha vinto **Bossi Mattia** sul "bieffino" **Gabriele Congiu** mentre nella categoria 2015/2016 ha vinto **Smart Luca** in finale con **Giorgiani Giuseppe**. BRAVISSIMI A TUTTI I PARTECIPANTI.

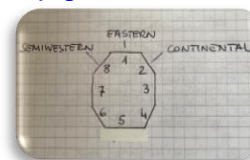
UNDER 11 - 13 - 15 - 17



Ecco i vincitori delle categorie under, ragazzi/e che gestiscono già autonomamente le partite:
UNDER 11: **Filippo Zamborlini**
UNDER 13: **Francesco Baglieri**
UNDER 15: **Alessandro Maltese**
UNDER 17: **Francesco Amato**

UNA PAGINA DA COSTRUIRE INSIEME: le impugnature (seconda parte)

Continuiamo con la trattazione delle impugnature affrontando il rovescio (parlo sempre dei destrimani ma facilmente si possono specchiare le situazioni per i mancini). Il rovescio si può effettuare a una mano oppure a due mani. Per quanto riguarda il primo facciamo riferimento allo schema sotto riportato per definire le tipologie di impugnature.



Come detto nello scorso numero se mettete tenar e ipotenar sulla faccia n. 2 otterrete la presa continental (questa impugnatura è uguale sia per il dritto che per il rovescio), se li posizionate sulla faccia n. 1 otterrete l'impugnatura eastern di rovescio e sulla faccia n. 8 la presa si chiama semiwestern.

specificare le impugnature che possono avere entrambe le mani: le più utilizzate sono mano destra continental e mano sinistra eastern di dritto oppure mano destra eastern di rovescio e mano sinistra eastern di dritto.



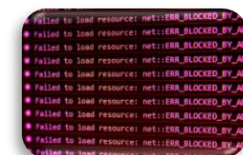
Partendo da sinistra in sequenza trovate le immagini di presa eastern e semiwestern di rovescio a una mano e rovescio a due mani con presa continental e eastern di rovescio della mano destra.

NON TUTTI SANNO CHE... regole e curiosità

... continua ... LA CORREZIONE DEGLI ERRORI

Come possiamo correggere l'errore del turno di battuta nel tiebreak? La regola dice "se l'errore viene scoperto dopo che è stato giocato un numero pari di punti l'errore è corretto immediatamente. Se l'errore è scoperto dopo che è stato giocato un numero dispari di punti, l'ordine delle battute rimane così alterato".

Esempio: il primo giocatore (che chiameremo A) batte il primo punto del tiebreak, il secondo giocatore che chiameremo B) batte il secondo e il terzo punto del tiebreak, a seguire ad A spetterebbero in battuta il quarto, il quinto, l'ottavo e il nono punto e a B il sesto e il settimo, ecc... punto. Ma il sesto punto per errore lo mette in gioco A. Finito il punto e scoperto l'errore, si passerà la battuta per il settimo punto a B e nell'ottavo e nel nono punto ritorna al servizio A. Se non mi accorgo dell'errore e anche il settimo punto viene giocato alla battuta da A, i turni di battuta si invertiranno e quindi ottavo e nono punto verranno giocati al servizio da B.



segue ... le impugnature

di Francesca Guadagnoli



Come detto anche per il dritto possiamo affermare che nel rovescio i tipi di impugnature possono agevolare nel dare alcune rotazioni: ad esempio una presa semiwestern ha il vantaggio di favorire il colpo in top spin,

mentre la continental favorisce il colpo in back spin.

Tutti i giocatori e le giocatrici professioniste nel giocare il rovescio in back spin (quello che in maniera scherzosa possiamo chiamare palla tagliata o affettata) usano l'impugnatura continental, mentre per giocare colpi piatti o in top spin i giocatori/trici scelgono di farlo ad una mano o a due mani.

Il rovescio ad una mano è meno utilizzato soprattutto nell'era moderna caratterizzata da velocità di palla più elevate e più facilmente contrastabili con il rovescio a due mani. Per fare comunque degli esempi Federer per il rovescio usava una impugnatura eastern mentre Shapovalov è un giocatore che usa la presa semiwestern.

Per quanto riguarda il rovescio a due mani invece c'è da precisare che quando la mano destra usa una presa continental la mano dominante diventa la sinistra. Possiamo accorgerci del tipo di impugnature usate perché tendenzialmente chi impugna in questo modo al momento dell'impatto avrà il braccio dominante disteso mentre il braccio con la presa inferiore piegato (due esempi di questo tipo di rovescio sono Sinner e Djokovic). Al contrario chi usa una presa eastern di rovescio con la mano inferiore al momento dell'impatto avrà entrambe le braccia distese distribuendo equamente le dominanze: questo rovescio meccanicamente è simile al rovescio ad una mano (Nadal e Agassi sono un esempio di questo tipo di presa).

Infine anche se poco frequente la mano inferiore può impugnare girandosi leggermente verso la eastern di dritto e la mano superiore verso la semiwestern di dritto, in questo caso entrambe le braccia al momento dell'impatto saranno piegate (Ferrer ad esempio giocava questa tipo di rovescio).

INTERVISTA DOPPIA A MARGHERITA E MARCO



Da quanto tempo giochi a tennis?

Margherita: 3 anni

Marco: 16 anni

Quanti allenamenti fai a settimana?

Margherita: uno

Marco: due

Qual è la tua lezione di tennis ideale?

Margherita: dipende, se ho voglia di sfogarmi mi piace fare un allenamento più fisico altrimenti un allenamento più tecnico/tattico per migliorare i miei aspetti più deboli

Marco: una lezione funzionale per rafforzare i miei punti deboli

Preferisci dritto o rovescio?

Margherita: rovescio

Marco: rovescio

Fra voi due chi è più competitivo, regolare, chi prende più rischi, chi si arrabbia di più, chi si esalta di più quando fa un bel punto?

Margherita: Marco, Marco, io, indovina? Marco, Marco

Marco: io, io, Marghe, io tutta la vita, io tutta la vita

Da 1 a 10 nel tennis quanto è importante l'aspetto mentale, l'aspetto tecnico, l'aspetto tattico, l'aspetto fisico?

Margherita: 10, 8, 9, 8

Marco: 10, 6 (Medvedev), 8, 7

Su cosa basi il tuo gioco?

Margherita: cerco sempre di divertirmi

Marco: sulla tattica migliore da utilizzare a seconda dell'avversario che devo affrontare

Come cerchi di fare il punto a Marco / Margherita?

Margherita: ah perché riesco a fargli punto?

Marco: facendola muovere a destra e sinistra

Che consiglio gli / le daresti?

Margherita: mantieni la calma.

Marco: sii più paziente e muovi le gambe.