

SELEZIONE STAMPA

(A cura dell'Ufficio stampa Uisp)

10/06/2009

ARGOMENTI:

- "Accendiamo la Notte" : la corsa dell'Uisp contro la violenza sulle donne
- Doping: le confessioni del ciclista Kohl; i risultati dell'indagine nell'ambito della campagna "positivo alla salute" (2 pagg.)
- Arriva a Roma il festival del Fitness

Le donne podiste

«accendono la notte»

Sabato al Quadraro
contro la violenza
Poche ore dopo
c'è l'«Americana»

MARCO BONARRIGO

☉ Una notte accesa da una corsa per donne, un pomeriggio illuminato da un'Americana a Roma. Il podismo romano nel prossimo fine settimana propone due manifestazioni originali e piene di significati che oltretutto si incrociano nello

stesso luogo: piazza San Giovanni in Bosco, cuore del popolarissimo Tuscolano, che promette due pienoni.

La città è nostra L'appuntamento con «Accendiamo la Notte. Contro la violenza sulle Donne» è per sabato. L'idea è del Coordinamento Uisp di Roma, l'obiettivo quello di riappropriarsi dello spazio urbano lanciando un messaggio forte sul tema della violenza contro le donne e della difesa degli spazi urbani. Il percorso segue viale dei Consoli e torna verso la partenza invertendo la mar-

cia a piazza San Giovanni in Bosco. Tutte le informazioni su percorsidonne.uisp.it

Quanti sprint Poco più di mezza giornata dopo, a partire dalle 16 di domenica, la stessa piazza San Giovanni Bosco si animerà per una manifestazione unica nel panorama cittadino. «Un'Americana a Roma» è in realtà cinque corse in una, tutte all'interno dell'anello di 400 metri (guarda caso la lunghezza di una pista di atletica...) della piazza. Alle 16 si comincerà con i bambini dai 6 ai 12 anni, che sprinteranno sul-

la distanza di 50 metri. Alle 17 ci sarà il ritorno in città di Richard Whitehead, il formidabile biamputato di Manchester che lo scorso marzo ai Fori Imperiali, correndo in 2 ore e 56', ha polverizzato il record di categoria sulla maratona. Al Quadraro Richard proverà a realizzare un insolito primato mondiale sui mille metri lanciati, che dovrà correre sotto i 3'30".

La formula Alle 17.40 sarà la volta del «5000 delle stelle», riservato a duecento amatori e con iscrizioni aperte sia sul posto che su skyrunner.it. Dopo cinque giri a velocità controllata, sarà gara vera con eliminazione immediata per tutti gli atleti che verranno doppiati dai concorrenti di testa. Alle 18 e 10 (donne) e alle 19 (uomini) le due Americane vere e proprie. La formula è la più spettacolare dell'atletica su strada: si corre per 15 (donne) e 25 giri, alternando mezzo giro a velocità controllata dietro macchina e un altro mezzo a tutta. Chi transita per ultimo sulla linea del traguardo, viene eliminato, chi sopravvive all'ultimo spareggio vince.

GAZZETTA dello SPORT

10 - 06 - 2009

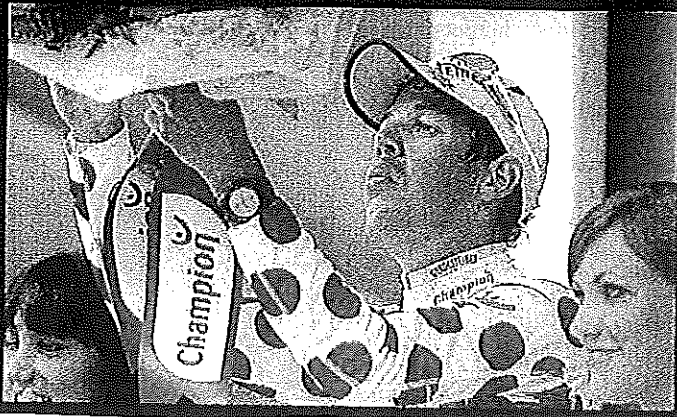
La confessione di Kohl «Tre trasfusioni al Tour Il sangue arrivava in aereo»

Le sacche le portava il manager dell'austriaco: «Presi il Cera, i primi 10 erano tutti dopati». Critiche al passaporto biologico

Bernhard Kohl
3° e maglia a pois

Anni: 27
Squadra: Gerolsteiner

Bernhard Kohl è nato il 4 gennaio 1982 a Wolkersdorf (Austria). Ha un diploma di spazzacamino. Il debutto nel 2003 alla Rabobank, poi ha corso con T-Mobile e Gerolsteiner. Prima del Tour 2008 (3° e maglia a pois di migliore scalatore) era stato solo campione nazionale nel 2006 (AP)



⊗ Agghiacciante. Tutta la geografia del doping raccontata passo per passo. L'austriaco Bernhard Kohl, positivo al Cera (Epo di terza generazione) al Tour 2008, spodestato dal 3° posto e appena ritiratosi, confessa in un'intervista al quotidiano francese *L'Equipe* i particolari del programma doping che organizzò con l'aiuto dell'allora manager Stefan Matschiner e degli scienziati del laboratorio Humanplasma di Vienna, con cui aveva cominciato a collaborare nel 2005.

Patto del 10% La tecnica era quella dell'autotrasfusione. «Per il Tour 2008 decidemmo che avrei avuto il meglio del meglio. La preparazione cominciò nell'agosto 2007, quando mi sottoposi al primo prelievo di sangue — racconta Kohl, 27 anni —. Un altro lo feci a novembre: un litro per volta. Il sangue venne "preparato" in laboratorio, congelato ed etichettato. Si occupava personalmente di tutto il mio manager. L'aveva deciso dopo lo scandalo dei Giochi invernali

di Torino 2006, che aveva coinvolto i fondisti austriaci clienti del laboratorio. I ragazzi di Humanplasma l'avevano formato. I prelievi avvenivano in un piccolo appartamento dell'Alta Austria, affittato da Matschiner. Tra noi c'era un patto morale: gli davo il 10% dei miei guadagni».

In 20 minuti Il manager, oltre che infermiere, era anche galoppino del doping: «Per il Tour avevo quindi a disposizione quattro sacche di sangue da mezzo litro — continua Kohl —. L'Epo, l'ormone della crescita e l'insulina li avevo presi in precedenza. Feci tre trasfusioni: dopo la sesta tappa, prima dei Pirenei e prima delle Alpi. Non ho mai fatto la quarta. Il mio manager è arrivato tre volte in aereo dall'Austria. Scongelava il sangue lì, lo trasportava refrigerato nel bagaglio da stiva e lo portava in albergo. Facevo le trasfusioni tra le 18 e le 20. Dipendeva dagli impegni con la stampa e dall'ora dei massaggi. Lui mi inviava un sms: "Puoi passare

nella mia camera". L'intera operazione durava venti minuti, non di più».

Errore Perché allora il Cera? «Mezzo gruppo era convinto che non fosse rintracciabile. Io l'ho avuta da un altro corridore. Me la sono iniettata da solo, tre giorni prima del Tour. Così ero tranquillo. Dopo i primi casi non ho avuto paura, ma quando ho saputo che l'Agenzia francese avrebbe proceduto a nuove analisi mi sono detto: sono morto, ma siamo tutti morti! Stranamente ci hanno preso solo in tre. Sono convinto che i primi dieci della classifica avrebbero potuto essere positivi».

Contro l'Uci Kohl assolve i dirigenti della Gerolsteiner («Non c'era doping di squadra e per me il boss Michael Holczer non sapeva nulla»). Non il passaporto biologico dell'Uci: «I corridori al top sanno come mantenere stabili i valori del sangue. L'Uci ci mandava i resoconti dei controlli a sorpresa: su quelli ci regolavamo».

GAZZETTA dello SPORT

10 - 06 - 2009

Doping, solo tre su dieci conoscono le sostanze illecite

I risultati di un'indagine della regione Emilia Romagna nell'ambito della campagna "Positivo alla salute" sulla lotta al doping. E nel corso del Giro d'Italia dei dilettanti, un'equipe medica controllerà i corridori in gara

BOLOGNA - Solo tre persone su dieci conoscono le sostanze o le pratiche dopanti. Ma nove su dieci non ne farebbero mai uso. È quanto emerge dall'indagine svolta nella regione Emilia Romagna e dal centro regionale antidoping nell'ambito della campagna "Positivo alla salute", incentrata sulla prevenzione e alla lotta al doping con programmi di informazione e comunicazione nelle scuole e nelle associazioni sportive. L'indagine, che verrà presentata in autunno ad una platea di medici, allenatori e dirigenti sportivi, è stata realizzata sulla base di mille interviste telefoniche a persone dai 16 ai 54 anni e con due focus group per sportivi amatori e dilettanti dai 18 ai 55 anni. "Dai dati - dice Ferdinando Tripi, direttore del Centro regionale antidoping - risulta che il 98,1% del campione ha sentito parlare di doping e il 65,7% ne conosce gli effetti negativi, ma solo tre intervistati su dieci sanno citare una sostanza o una pratica dopante. C'è dunque una concezione diffusa sulla slealtà causata dall'uso di sostanze illecite, ma ci vogliono interventi più mirati per una maggiore conoscenza di queste sostanze".

Nasce da qui il progetto "Positivo alla salute", che prevede, fra le altre cose, la creazione di un database sulle caratteristiche e sugli effetti delle sostanze dopanti. Il database è già consultabile gratuitamente sul sito internet www.positivoallasalute.it. "È l'unico sito in Italia ad avere queste peculiarità - dice Roberto Franchini, direttore dell'agenzia di informazione della regione - ed è rivolto sì ai giovani atleti, ma anche agli allenatori e agli insegnanti". Il progetto, promosso da cinque assessorati (Politiche per la salute, Cultura, Scuola, Agricoltura, e Università), comprenderà nel prossimo autunno anche alcune attività nelle scuole con la partecipazione, in qualità di testimonial, di alcuni sportivi famosi.

Il primo appuntamento concreto, invece, è per il 12 e 13 giugno prossimi con il "Villaggio della salute", organizzato in occasione della prima tappa emiliano-romagnola del Biogiro, il Giro d'Italia per ciclisti dilettanti "under 27". Si tratta di un camper-ambulatorio in cui un'equipe di medici dello sport farà alcuni prelievi ematici ai 168 corridori in arrivo alla tappa di Modena. "Lo scopo non è la ricerca di sostanze dopanti - sottolinea Tripi - bensì quello di tracciare un profilo fisico completo dell'atleta in condizioni di forte pressione agonistica". "Consideriamo lo sport come un pezzo di welfare - dice Alberto Ronchi, assessore regionale allo Sport - utile per la qualità della vita e anche per favorire l'integrazione. Occorre avviare un ragionamento anche di tipo culturale, in controtendenza rispetto al modello dominante. Vincere in una gara è la ciliegina sulla torta, ma la torta è il miglioramento della propria salute". (gm)



Fenomeno fitness

lo sport per tutti

ROMA - Per quattro giorni Roma sarà la capitale del fitness. Il Festival del Fitness sbarca per la prima volta nella Capitale. Da domani a domenica, 60.000 metri quadrati della nuova Fiera di Roma ospiteranno la più grande e prestigiosa kermesse mondiale che la stampa statunitense ha definito come la "Woodstock del Fitness". Nato vent'anni fa a Rimini, dopo una parentesi a Firenze, il Festival del Fitness vedrà la partecipazione di oltre 300.000 appassionati, molti dei quali stranieri, che suderanno, faticeranno e si divertiranno a ritmo di musica in attività di palestra e non solo.

PRIMO CITTADINO - Tra le attività promozionali, c'è anche il free climbing e il fitness duathlon, bici più arrampicata sportiva abbinata, che dovrebbe vedere in azione anche il sindaco di Roma, Gianni Alemanno, grande appassionato di alpinismo. Non solo aerobica o spinner, anche tanto judo, karate, atletica e canottaggio (curato dai tecnici delle Fiamme Gialle), basket, tennis e beachvolley. Venti palchi, 3.000 lezioni, 10 competizioni e corsi di formazioni per tutti i gusti.

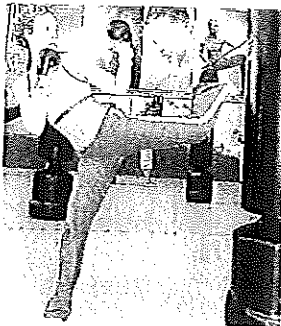
«Oggi l'attività in palestra, cui partecipano giovani e anziani, spalla a spalla, rappresenta un fenomeno sociale tra i più rilevanti in cui tutti traggono notevoli benefici fisici - spiega Gabriele Brustenghi, l'ideatore e il patron del Festival - Il Festival propone una vera e propria vetrina dello sport di base. Sarà un incrocio ideale di diversi ambienti dello sport praticato che consentiranno a chi verrà al Festival in tuta e scarpette di praticare le discipline che più ama o di provarne una nuova. I più bravi e blasonati istruttori del fitness saranno a Roma per presentare le ultime novità a livello mondiale».

OSPITI - Novità e personal trainer di lusso. Tra gli ospiti della manifestazione ci sarà Jill Cooper: presenterà in anteprima l'Aerobic Accelerator System, una macchina che aiuta a bruciare grassi saltando su un mini trampolino elastico. Presenterà il suo modello di allenamento Julie Imperiali, la personal trainer del presidente francese Sarkozy e della consorte Carla Bruni.

Il Sindaco Alemanno aprirà la kermesse con la sua passione: l'arrampicata. Tra i presenter più attesi, la preparatrice di Sarkozy e Carla Bruni

Da Rimini a Firenze fino al debutto romano Brustenghi, il patron «Merito della risposta di istituzioni e città»

20 palchi, 3.000 lezioni, 10 gare e tante nuove tendenze: dal Masala Bhangra di Bollywood al cardiotennis italiano



Su tutti spicca l'innovativo programma di fitness che trae origine da una danza popolare indiana. L'allenamento introduce i movimenti delle danze indiane Bhangra e Bollywood, trasformati in un facile format per il fitness. E' il "Masala Bhangra Workout", ideato dall'istruttrice indiana, Sarina Jain. Il programma sarà presentato in anteprima in Europa, ma sta già conquistando gli Stati Uniti, così come negli anni '80 fece l'aerobica di Jane Fonda.

TEST - Dai corsi per la difesa personale femminile curati da Marco Conforti agli esercizi della "strike zone blade", finalizzati a sviluppare addominali di ferro, al test di efficienza sul tapis roulant: chi riuscirà a percorrere un chilometro in meno di 6 minuti, riceverà un biglietto di ingresso gratuito al Festival. Sarà possibile effettuare il test anche in vari punti di Roma. Mentre alla Fiera sarà possibile misurarsi con la propria resistenza sui treadmill posizionati all'ingresso del Festival.

Saranno più di cento gli eventi in programma, decine di espositori, federazioni e palestre non solo della Capitale ma provenienti da tutta Europa, coinvolti per una rassegna che ci invidiano anche in America. «Il suo successo sta nella originalità della sua formula che la rende un evento unico al mondo - aggiunge Brustenghi - . Lo sbarco nella capitale e la risposta straordinaria avuta da parte delle istituzioni e dalle palestre romane mi fa ben sperare di poter raggiungere l'obiettivo di far diventare Roma la capitale del fitness, più di quanto già non lo sia con le sue migliaia di quotidiani praticanti».

Il Festival del Fitness è infatti stato inserito tra i grandi eventi del Comune di Roma, a poche settimane dall'appuntamento con i Mondiali di nuoto.

f.fa.

CORRIERE dello SPORT

10-06-2009