



RASSEGNA STAMPA
LIBERTAS PORDENONE
DAL 14 AL 21 AGOSTO
ANNO 2017

tennis volley

VOLLEY - SERIE B

La "guru" Sara Cinquanta entra nello staff tecnico della Friultex



GRINTOSA Sara Cinquanta rinforza il settore tecnico della Friultex Chions

Nazzareno Loreti

PORDENONE

A Chions arriva un pezzo da novanta.

FRIULTEX - Sara Cinquanta, classe 1986, due lauree (una delle quali in Scienze motorie) e tanta esperienza sul campo da più di 10 anni: seguirà le Under 14, 15 e il gruppo delle dodicenni della Libertas Fiume Veneto. Una storia lunga, quella di Sara, che ha iniziato con un periodo di apprendistato a Crema, fino ad approdare nel 2011 alla Pro Patria Milano. Lì ha seguito atlete d'interesse nazionale, al fianco di Federico Di Toma. Due titoli provinciali e un argento regionale Under 13 sono gli ultimi risultati lombardi per lei, prima di passare la frontiera, arrivare in Svizzera e occuparsi del settore giovanile del Lugano, dal minivolley alle Under 15. Il suo palmares si è poi allargato ulteriormente, tanto che in tre anni ha vinto tre campionati cantonali e due titoli nazionali. Nelle ultime due stagioni è stata responsabile dei percorsi selettivi del Cantone. Nel marzo 2016 si è messa al collo la medaglia d'oro elvetica come selezionatrice del Ticino. Le Under 12 delle società che collaborano con il Chions Fiume saranno invece affidate a Roberta Peruch. Si è così completato il quadro dello staff tecnico gialloblù, con Luca Parlatini (B2 e Under 18), Simone Molinaro (serie D e Under 16) e Daniel Cornacchia (Under 13). Da rilevare che il tecnico storico della

Friultex, Glasco Sellan, allenerà il Codognè in B2 femminile, mentre la sua ex collaboratrice Donatella Soldan si occuperà del vivaio del Cappella Maggiore. Gli allenamenti inizieranno oggi. Prima di campionato il 14 ottobre a Villatora di Saonara con la Vispa Dolo.

INSIEME - Con l'ingresso del martello Zinajda Aliaj, il roster della squadra è quasi al completo. Dopo gli inserimenti di Federica Russo e della palleggiatrice Mira Zanco, all'appello manca ancora una centrale. Il raduno è previsto per mercoledì, nella palestra cittadina di via Vesalio. Esordio al PalaGallini il 14 ottobre con il Torri di Quartesolo.

GORI WINES - Chiusa la campagna acquisti del Prata. Sarà uno squadrone: conservato lo zoccolo duro della passata stagione, formato da Calderan, Della Corte, Corazza, Radin, Deltchev e Tassan, sono arrivati Stefano Rigonat, Alberto Gionchetti, Luca Saraceni, Marco Norbedo e Giacomo Rampin. La Gori Wines giocherà la prima partita di campionato il 14 ottobre a Trebaseleghe contro il Silvolley. Il derby maschile con il Futura si disputerà il 14 gennaio 2018 a Cordenons (ritorno a Prata il 28 aprile). Gli allenamenti inizieranno il 28 agosto. Dal 31 al 3 settembre ritiro in Alta Badia.

MARTELLOZZO - Si sta ultimando la squadra in attesa della ripresa degli allenamenti, fissata per il 29 agosto. Arriverà una nuova banda di peso. Intanto il neotecnico Lucio Battisti, oltre che sui confermati Federico Spizzo, Gianluca Colussi, Sirio Fantin, Marco Badin, Lorenzo Zanuttighi, Elvis Vidotto e Matteo Pegoraro, potrà contare sulla banda Andrea Paludet e sul regista Andrea Calderan, "promossi" dal vivaio. La Martellozzo esordirà in casa il 15 ottobre.

La Gori Wines
è uno squadrone
Martellozzo:
serve una banda

Valcellina teatro dello Stage Multidisciplinare del Vittorio Veneto

tremilasport.com/altri-sport/valcellina-teatro-dello-stage-multidisciplinare-del-vittorio-veneto/

21/8/2017

Da

[Redazione Online](#)

-

21 agosto 2017

La Valcellina è stata la cornice perfetta per il **1° Stage Multidisciplinare di Arti Marziali del Judo Libertas Vittorio Veneto**, una delle più importanti e storiche associazioni venete di judo.

Dopo il successo dell'evento "**alle origini del Judo**", in cui molti praticanti di judo sono venuti a contatto con la matrice marziale e la filosofia del Budo, nel mese di luglio l'istruttore della società vittoriese **Fabio Tonon** ha proposto una nuova interessante iniziativa ad arricchire l'ormai tradizionale ritiro estivo del settore Judo.

L'attività, che ha previsto l'approfondimento delle discipline di judo, aikido e budo, nonostante fosse in forma sperimentale, ha registrato un grande successo portando ad **Andreis e Barcis** un gran numero di praticanti nel fitto periodo di ferie e di chiusura estiva delle palestre.

Un raduno volutamente immerso nella natura incontaminata attorno allo **chalet di Andreis della Polisportiva Villanova Libertas** per riscoprire le componenti fondamentali da coltivare per un praticante di arti marziali: **corpo, mente e spirito**.

Ragazzi ed adulti hanno potuto sperimentare le diverse discipline sotto la guida di un **team di insegnanti** che ha collaborato per la realizzazione di un programma marziale dai principi comuni.

Le passeggiate in riva al fiume tra i sentieri dei boschi, il risveglio all'alba per poter ammirare il sorgere del sole durante un allenamento ad alta quota e molto altro, sono state lo scopo di uno **stage a tutto tondo**, che puntava ad unire prima di tutto le persone e a far conoscere e promuovere le differenti arti.

Ad incorniciare i momenti alternativi alla pratica vi erano poi altre attività sempre dal timbro tipicamente orientale come: la **meditazione**, lo **shodo**, la **pittura** ed il **tiro con l'arco**.

Molto successo ha riscosso anche la **giornata senza tecnologia**: un momento importante, di riflessione, per cui a nessuno dei presenti era consentito l'utilizzo della luce elettrica o qualsivoglia oggetto tecnologico sia di giorno che di notte per 24 ore; la cena ad esempio è stata fatta a lume di candela.

Nella stessa giornata molti hanno prodotto piccoli utensili di uso quotidiano per migliorare la propria manualità, agevolare lo svolgimento di piccoli compiti ed imparare a **concentrarsi su una cosa alla volta** in modo metodico e



dedicato.

Le **serate attorno al fuoco**, in cui venivano raccontate le storie di ciascuna disciplina ed il loro sviluppo nel tempo, concludevano le giornate di allenamento, suscitando grandissima curiosità e domande da parte degli allievi.

Amicizia, condivisione e rispetto sono state le parole d'ordine dell'iniziativa che ha arricchito in modo considerevole e significativo ogni partecipante non solo sul piano tecnico ma su quello dell'esperienza.

Arti marziali: Il Judo Vittorio Veneto porta l'Oriente in Valcellina

 [tuttopordenone.com/arti-marziali/arti-marziali-il-judo-vittorio-veneto-porta-l-oriente-in-valcellina-10264](https://www.tuttopordenone.com/arti-marziali/arti-marziali-il-judo-vittorio-veneto-porta-l-oriente-in-valcellina-10264)

La Valcellina è stata la cornice perfetta per il **1° Stage Multidisciplinare di Arti Marziali del Judo Libertas Vittorio Veneto**, una delle più importanti e storiche associazioni venete di judo.

Dopo il successo dell'evento **“alle origini del Judo”**, in cui molti praticanti di judo sono venuti a contatto con la matrice marziale e la filosofia del Budo, nel mese di luglio l'istruttore della società vittoriese **Fabio Tonon** ha proposto una nuova interessante iniziativa ad arricchire l'ormai tradizionale ritiro estivo del settore Judo.

L'attività, che ha previsto l'approfondimento delle discipline di judo, aikido e budo, nonostante fosse in forma sperimentale, ha registrato un grande successo portando ad **Andreis e Barcis** un gran numero di praticanti nel fitto periodo di ferie e di chiusura estiva delle palestre.

Un raduno volutamente immerso nella natura incontaminata attorno allo **chalet di Andreis della Polisportiva Villanova Libertas** per riscoprire le componenti fondamentali da coltivare per un praticante di arti marziali: **corpo, mente e spirito**.

Ragazzi ed adulti hanno potuto sperimentare le diverse discipline sotto la guida di un **team di insegnanti** che ha collaborato per la realizzazione di un programma marziale dai principi comuni.

Le passeggiate in riva al fiume tra i sentieri dei boschi, il risveglio all'alba per poter ammirare il sorgere del sole durante un allenamento ad alta quota e molto altro, sono state lo scopo di uno **stage a tutto tondo**, che puntava ad unire prima di tutto le persone e a far conoscere e promuovere le differenti arti.

Ad incorniciare i momenti alternativi alla pratica vi erano poi altre attività sempre dal timbro tipicamente orientale come: la **meditazione**, lo **shodo**, la **pittura** ed il **tiro con l'arco**.

Molto successo ha riscosso anche la **giornata senza tecnologia**: un momento importante, di riflessione, per cui a nessuno dei presenti era consentito l'utilizzo della luce elettrica o qualsivoglia oggetto tecnologico sia di giorno che di notte per 24 ore; la cena ad esempio è stata fatta a lume di candela.

Nella stessa giornata molti hanno prodotto piccoli utensili di uso quotidiano per migliorare la propria manualità, agevolare lo svolgimento di piccoli compiti ed imparare a **concentrarsi su una cosa alla volta** in modo metodico e dedicato.

Le **serate attorno al fuoco**, in cui venivano raccontate le storie di ciascuna disciplina ed il loro sviluppo nel tempo, concludevano le giornate di allenamento, suscitando grandissima curiosità e domande da parte degli allievi.

Amicizia, condivisione e rispetto sono state le parole d'ordine dell'iniziativa che ha arricchito in modo considerevole e significativo ogni partecipante non solo sul piano tecnico ma su quello dell'esperienza.





