

Sommario

PREMIO FAIR PLAY	1
LA SERATA DI CULTURA SPORTIVA	1
RIFLESSIONI	2
PANATHLON CLUB PAVIA	3
I NOSTRI SOCI	3
LA PAGINA DEL DIRETTORE	5
TENNIS	5
PARALIMPIADI	5
MATTARELLA ABBRACCIA I MEDAGLIATI DI PARIGI. RICEVUTI ANCHE I "QUARTI "	6
LE DONNE PAVESI	6
MONDIALI DI HANDBIKE	6
REMARE SEMPRE	7
A PROPOSITO DI SINNER	7
LA PAGINA DEL CLUB DI NOVARA	8
GLI ABUSI NELLO SPORT PROSEGUONO	9
ALCUNE PRECISAZIONI SULLA TECNICA DI RE-BREATHING DI MONOSSIDO DI CARBONIO (CO)	9
GEMELLAGGI	10
AREA 3	10
AREA 11	10
AREA 4	10
AREA 9	10



**CONGRATULAZIONI
AL NOSTRO SOCIO
LELE VIETTI
CAMPIONE DEL
MONDO DI TENNIS**

PREMIO FAIR PLAY

di Aldo Lazzari

LA SERATA DI CULTURA SPORTIVA

Dopo la pausa estiva il Panathlon Club Pavia ha organizzato presso la Canottieri Ticino la serata di cultura sportiva. Prima della conviviale si è svolta l'assemblea straordinaria per le modifiche allo statuto ed al regolamento del Club. Lo statuto è stato adeguato alle modifiche recepite del Panathlon International e dagli altri Club.

Il Premio Fair Play è stato il fulcro dell'incontro ed è stato assegnato, non al gesto, ma alla carriera a tre dirigenti della Provincia di Pavia che hanno dedicato la loro vita alle discipline sportive del calcio e dell'atletica leggera. Gian Paolo Chierico, allenatore di calcio, dopo essere stato un ottimo giocatore (n.10) che si ispirava a Gianni Rivera, ha concluso la carriera a Casteggio dopo 60 anni di onorata attività. Per una vita vissuta sulle piste di Atletica leggera sono stati premiati Gianni Tempesta dirigente Uisp per 40 anni tra cui 20 dedicati ai carcerati e Franco Buttirolti fondatore della società Scalo Voghera.



Alla serata ha partecipato la neo assessore allo sport Angela Gregorini che ha illustrato le iniziative per lo sport pavese. A Ilario Lazzari è stato consegnato un premio speciale per i 26 anni come socio Panathlon, mentre a Claudio Gregori e Marinice Chiappero è stata assegnata una pergamena per i 10 anni di appartenenza al Club di Pavia a firma del Presidente.



Claudio Gregori e Marinice Chiappero



Ilario Lazzari

Infine sono stati presentati e spillati due nuovi soci, si tratta di Cesare D'Angelo e Lorenzo Pisani per la categoria pallacanestro. I soci sono stati presentati da Antonio Maggi che con dovizia di particolari ha illustrato le attività dei nuovi soci e la loro fattiva presenza nel territorio lomellino della Provincia di Pavia.



Cesare D'Angelo e Lorenzo Pisani

RIFLESSIONI

di A. Porcaro –

GLI IMPIANTI

Terminate le Olimpiadi e le Paralimpiadi, ammirabili sotto diversi aspetti ma soprattutto per partecipazione e ascolti TV, mi viene spontanea una riflessione: Le Olimpiadi dovrebbero essere un'occasione per atleti, dirigenti, mass media, politici, da sfruttare per migliorarci, per vivere in un mondo più adatto alle diverse esigenze e alle diverse età. Dove per diverse esigenze e diverse età si intende che lo sport non è solo quello visto a Parigi nei mesi di luglio-agosto ma è anche quello normale, quello che vediamo tutti i giorni, praticato sui campi, nelle palestre, negli oratori, fatto da giovani, da ricchi e poveri e soprattutto da anziani o per meglio dire "vecchi".



Sì, anche da vecchi, anzi forse è il caso di pensare proprio a quelli che hanno superato l'età matura perché costituiscono buona parte, se non la maggioranza, della popolazione europea. Partendo da dati OCSE nel 2023 il 21,3 % della popolazione europea pari a 448,8 milioni di individui ha più di 65 anni (in Italia la percentuale è del 24%) e secondo l'ONU nel 2050 gli over 65 nel mondo saranno 1,6 miliardi.

Se dunque l'invecchiamento della popolazione è tanto rapido e crescente mentre la nostra società e noi stessi ci vogliamo sempre più attivi e più in salute ed anche a più di 80 anni pretendiamo di vivere ancora vispi e vegeti e soprattutto più in salute, allora occorrerebbe tentare di affrontare il problema dell'invecchiamento cercando rimedi per rallentarlo e soprattutto prevenirlo.

Una risposta possibile a questa richiesta, tra le altre, è fare sport.

Ma se per essere "sempre giovani" una risposta è fare sport, allora occorrono i mezzi, gli spazi, gli istruttori, i medici sportivi, insomma le "strutture".

Così le Olimpiadi e le Paralimpiadi e tutte le grandi manifestazioni oltre che a fare spettacolo dovrebbero servire a stimolare i governanti a mettere in grado anche la popolazione "normale", cioè di quella che non partecipa allo sport di vertice, a poterlo praticare.

Come?

Ma in primis favorendone la pratica con la costruzione di impianti. Non è possibile che in una piscina, così come capita quasi sempre, ogni corsia sia affollata da dieci-venti nuotanti, E nemmeno si può pensare che per fare qualche esercizio di ginnastica si debbano pagare 500/600 euro in palestre fatiscenti.

Auspicio cioè che i grandi eventi portino a capire che se vogliamo la popolazione ed anche i vecchi attivi allora bisogna che i politici si impegnino a considerare lo sport non solo uno svago o un mezzo per dimostrare una supremazia dell'uno sull'altro, ma che sia un mezzo di formazione per i giovani e una prevenzione per quelli come me, i vecchi.

PANATHLON CLUB PAVIA

I NOSTRI SOCI

7 SETTEMBRE GIORNATA MONDIALE DEL FAIRPLAY!

Edimes Sanmaurense Pavia e Aironi Robbio hanno iniziato ufficialmente la stagione 2024/25 e hanno voluto onorare la giornata mondiale del fair-play con una foto di gruppo prima della palla a due. Edimes Sanmaurense Pavia e Aironi Robbio ringraziano il Panathlon Club Pavia, presente con i soci Rossi, Castorina, e Suardi che hanno posato con le due squadre, gli arbitri e uno striscione che suona come buono auspicio per la stagione



OLIMPIADI PARIGI 2024

le gare e le medaglie di Boggioni



MONICA BOGGIONI 

PROGRAMMA GARA PARIGI 2024

29/08 | 200 STILE LIBERO S5
Batteria 11:50 - Finale 20:40

30/08 | 100 STILE LIBERO S5
Batteria 9:38 - Finale 17:35

03/09 | 50 DORSO S5
Batteria 10:25 - Finale 18:34

04/09 | 50 RANA SB3
Batteria 10:50 - Finale 19:00

07/09 | 200 MISTI SM5
Batteria 11:25 - Finale 20:00

SEGUI LE GARE su Rai2 o su RaiSport (canale 58)

OPPURE in STREAMING su RaiPlay o su Youtube canale: Paralympic games

RISULTATI DELLE GARE DI PARIGI:

29/08: 200 Metri S5 MEDAGLIA DI BRONZO
 30/08: 100 Metri S5 MEDAGLIA DI BRONZO
 03/09: 50 Metri dorso S5 bat. quinta
 04/09: 50 Metri rana SB3 bat. record europeo
 04/09: 50 Metri rana SB3 MEDAGLIA D'ORO
 07/09: 200 Metri misti SM5 bat. quarta

MEDAGLIA D'ORO MONICA BOGGIONI

50m rana femminili SB3



MONICA CI REGALA UN ORO!

Strepitosa Monica Boggioni, ancora una medaglia per lei, un ORO nei 50m rana femminili SB3.

Foto Ferraro/CIP

ALTRI PAVESI ALL'ORO

MEDAGLIA D'ORO FABRIZIO CORNEGLIANI

Crono su strada H1



Grande Fabrizio Corneigliani con un preziosissimo ORO nel crono su strada H1

Foto Pagliaricci/CIP



Daila Dameno centrato il bronzo nel tiro con l'arco
Mixed Team W1!
Foto Alegni/CIP

#BEACTIVE 2024

MONDIALI ANTIRAZZISTI MULTIETNICI DI CALCIO A 7



Un torneo di calcio multietnico e multiculturale #BeActive che si è svolto a settembre, presso il Campo sportivo della chiesa di Pombio in Via Furini. Una manifestazione che oltrepassa i confini dell'essere attivi nello sport, ma anche essere attivi nel sociale e nel solidale. In campo si sono sfidate alcune squadre delle comunità straniere insieme ad altre compagini italiane: Dimbalente (senegalesi), Comunità Romena Oltrepò Pavese, Centro Culturale Islamico, l'Associazione Sportiva Culturale Marocchina, Associazione Guineiani in Lombardia, Ironman Campoferro, l'associazione ecuadoregna, la Stanza Landini, gli Atletici dell'Istituto Maserati Baratta. Per un totale di 9 formazioni.



Diversi i messaggi #BeActive lanciati da questa iniziativa: Attività sportiva, antirazzismo, ecologia, lotta alla violenza, inclusione, legalità, anti sessismo e fair play.

Il torneo articolato in due gironi all'italiana, preceduto dal calcio camminato, partita dimostrativa dove si cammina e in vece che correre. La sfida calcistica è stata vinta dalla rappresentativa della NUOVA GUINEA, il giovane atleta Magnani ha vinto il premio FairPlay per aver cercato l'avversario dopo un fallo, per scusarsi e stringergli la mano, e la squadra dei rifugiati che ha accettato di giocare in 6 una sfida rinunciando alla superiorità numerica rispetto all'avversari.

E' stata una manifestazione #BeActive per la spettacolarità dell'evento, per gli alti valori di fratellanza, solidarietà, coesione sociale, di conoscenza reciproca ed incontro di diverse culture. Presenti nelle varie fasi del torneo il Presidente del Club Libanore e i consiglieri Sacchi, Lana e Illuminati



LA PAGINA DEL DIRETTORE

di Aldo Lazzari

TENNIS

JANNIK SINNER SUPERSTAR A NEW YORK

Una vittoria da numero uno: semplicemente il più forte. Jannik Sinner ha conquistato il suo secondo Slam gli US Open dopo aver trionfato ad inizio anno in Australia. Sono bastati 3 set per avere la meglio sul beniamino di casa, lo statunitense Taylor Fritz, sostenuto da pubblico di New York che però alla fine ha dovuto inchinarsi all'azzurro e rendergli il giusto tributo. Sinner ha messo il sesto trofeo in bacheca di questo 2024 da favola. L'US Open arriva dopo Australian Open, Rotterdam, Miami, Halle e Cincinnati, e per Jannik il bilancio è di 55 vittorie totali contro 5 sconfitte.

Jannik dopo aver riconosciuto a Taylor un grande lavoro ha aggiunto: " Per me questo titolo vuol dire tantissimo, l'ultimo periodo non è stato facile. Grazie a tutto il mio team e a chi mi è stato vicino. Amo il tennis, ma oltre al campo c'è la vita, per cui oggi voglio dedicare questo trofeo a mia zia che non sta bene. È una persona molto importante per me, con lei ho condiviso tantissimi momenti della mia vita e non so per quanto ancora rimarrà con noi. Il mio pensiero va a lei e la speranza è che la sua salute migliori".

Umanità e sensibilità di Jannik che non finisce mai di stupire.

JANNIK SINNER NUMERO UNO ANCHE DI UMANITÀ



Il primo pensiero di Jannik Sinner dopo aver alzato il trofeo degli US Open è stato rivolto alla zia in precarie condizioni di salute. "Non so per quanto tempo resterà ancora nella mia vita". A fine gennaio, appena conquistato il primo Slam, in Australia, aveva dedicato a mamma e papà questo messaggio: "Auguro a tutti i bambini del mondo di avere genitori come i miei che mi hanno lasciato libero". E lo scorso anno, appena rientrato dall'Australia, era corso al cimitero per piangere sulla tomba del nonno paterno Josef, che lo accompagnava nelle prime ore del mattino da Sesto Pusteria al tennis club di Brunico dove il piccolo Jannik muoveva i primi passi tennistici. Il numero uno del tennis mondiale e l'atleta più iconico dello sport italiano riesce ogni volta a stupirci per la sua

straordinaria semplicità, per la sua straripante umanità che va ben oltre la sua immagine di tennista tutto testa e nervi d'acciaio.

GABRIELE VIETTI ED EMANUELE BEZZI VINCITORI DEL MONDIALE DI TENNIS NEL DOPPIO FISDIR

Il vigevanese Gabriele Vietti, panathleta del Club di Pavia, ed Emanuele Bezzi di Novara si sono laureati campioni mondiali di tennis nel doppio maschile ad Annecy in Francia. I due atleti con sindrome di down della Fisdir (Federazione italiana sport paralimpici degli intellettivi relazionali) hanno superato in finale i forti rivali australiani. Il coach azzurro Domenico Morganti ha contribuito al successo della coppia dei due "Lele" e alla conquista della medaglia d'argento in singolo di Emanuele Bezzi.



Gabriele Vietti ed Emanuele Bezzi con il coach Domenico Morganti

PARALIMPIADI

L'ITALIA PARALIMPICA AL SESTO POSTO DEL MEDAGLIERE

Si sono concluse le Paralimpiadi di Parigi e l'Italia esulta per un bilancio super: 71 medaglie complessive di cui 24 d'oro, 15 d'argento, e 32 di bronzo che hanno valso all'Italia il sesto posto del medagliere. La Cina ha conquistato il primo posto con 94 medaglie d'oro e 220 medaglie in totale, quasi il doppio del Regno Unito, secondo classificato.



Il presidente del Cip, il Comitato paralimpico italiano, Luca Pancalli ha parlato di un bilancio straordinario, oltre le

aspettative, ma mette l'accento sulla vittoria che più gli sta a cuore, quella che tutto il movimento paralimico porta avanti per l'inclusione.

Per il nuoto è stato un trionfo assoluto, con gli italiani in piscina terzi al mondo (37 medaglie, 16 ori). La festa dell'inclusione si è conclusa con un successo inedito per la partecipazione degli spettatori: due milioni di spettatori, stadi ed arene piene, spettatori così entusiasti non si erano mai visti. Soprattutto, lo spirito degli atleti impegnati, la lotta per le medaglie è stata memorabile.

MATTARELLA ABBRACCIA I MEDAGLIATI DI PARIGI. RICEVUTI ANCHE I "QUARTI "

di Aldo Lazzari



Il Capo dello Stato Sergio Mattarella ha ospitato al Quirinale per la consegna dei tricolori, quasi duecento atleti che hanno partecipato alle Olimpiadi e Paralimpiadi di Parigi. Sergio Mattarella non è solo il primo tifoso dello sport italiano ma un vero appassionato che ama seguire le gare e incontrare e sostenere gli atleti, come ha dimostrato resistendo sotto la pioggia nella cerimonia inaugurale e con la decisione di invitare non solo i medagliati ma anche i quarti classificati, una scelta molto apprezzata anche dai presidenti del Coni e del Cip Giovanni Malago' e Luca Pancalli, presenti a capo delle rispettive delegazioni.



LE DONNE PAVESI



La pavese Monica Boggioni MEDAGLIA D'ORO



La pavese Daila Dameno MEDAGLIA DI BRONZO

MONDIALI DI HANDBIKE

LUISA PASINI SPLENDIDO ORO

La pavese Luisa Pasini ha conquistato la maglia iridata nella prova in linea del Mondiale a Zurigo. Pasini che gareggia nella categoria WH1, ha condotto la gara sempre in testa dominando le agguerrite avversarie.



la nostra socia Angela Scariato con Liisa Pasini

Il Team Equa di Santa Cristina del presidente Ercole Spada si è aggiudicato anche due medaglie d'argento con Fabrizio Cornegliani categoria MH1 e Ana Vitelaru nella WH5.

REMARE SEMPRE

di Armando D'Alterio

Che fortuna aver fatto canottaggio e poterlo fare ancora. Dov' è l'unicità? In quelle prue che si alternano, in quell'avanzata o regresso, un centimetro alla volta, in quel morire ad ogni colpo, rinascere nella ripresa in avanti e poi rimorire nel colpo in acqua, e così di nuovo, per 240 volte in 6 minuti. In quel guardare l'avversario e nel non doverlo guardare, perché anche girare la testa per un attimo, può farti sbagliare il tempo con il compagno o squilibrare la barca, che scivola instabile come un ago verticale su di un filo. Eppure non puoi non guardare, ma al momento e per il tempo giusto. E guardare, mi darà più forza, o mi deprimerà? Dopo, se vinci, ti sembra un miracolo, se perdi, ti senti un disastro.

Dove ho sbagliato? La direzione della barca... come ho preso le onde... i polsi bassi, i polsi alti, la respirazione, la posizione sul carrello, l'inclinazione delle pale in acqua, la leggerezza o pesantezza sul carrello, l'ingresso del remo in acqua, l'uscita dall' acqua, la partenza troppo veloce o troppo strappata o troppo lenta, poca trazione di schiena, oppure la vogata troppo schienata all'indietro nell'uscita del remo per sfruttare l'ultimo centimetro di acqua, ma così schiacciando troppo la prua in acqua..... troppa energia o troppo controllo. Immaginare la felicità, quando tutto si incrocia alla perfezione, non può chi non l'ha mai provato....la furia ondeggiante di una cavalcata, Alternata al velluto setoso di una sciata fuoripista.... la trasparenza dell'acqua, la leggerezza dell'acqua, la pesantezza dell'acqua, l'azzurro del cielo. VIVA il canottaggio.



A PROPOSITO DI SINNER

di Francesco Schillirò

È un refrain che nella vita corre sempre.

Più tu sei autonomamente bravo più.....dai fastidio.

Anche nello sport è la stessa solfa e allora o si attiva la macchina del fango o si cerca di trovare un piccolo orpello per poter fare fuori un atleta che è veramente e a pieno diritto il numero 1. Questa volta si sono fatti i conti senza l'oste, perché Jannik Sinner è strutturalmente e caratterialmente forte e non si farà travolgere da eventi nefasti ma, sono convinto, anche se mi auguro che ciò non avvenga, che una ingiusta squalifica, lo farebbe tornare più forte, più algido e più guerriero di prima. La WADA con il suo ricorso al TAS, da due giorni ha acceso i riflettori su di sé e tutti i social parlano del problema con commenti nettamente a favore di Jannik; però rammentiamo che, quando non c'è un plausibile fondamento, com'è in questo caso, il risultato che si chiede non si porta a casa.

Sinner sulla vicenda ha affermato: "cerco almeno di concentrarmi il più possibile sul tennis, più che posso. Non è molto semplice in questo momento".

Forza Sinner, chi ama lo sport è con te.



NOVITA' IN BREVE DAL CLUB DI PAVIA

Nel mese di settembre si è svolta l'assemblea straordinaria per la revisione dello statuto e del regolamento del Club di Pavia per uniformarlo a quello del PI.

Il Club ha dato il patrocinio per l'iniziativa #BeActive

Nel mese dedicato al FairPlay sono stati consegnati i premi alla carriera.

AGENDA DEL MESE

Il 22 ottobre si svolgerà a Pavia il convegno:

LE OLIMPIADI Passato – Presente - Futuro Con gli studenti degli istituti superiori

Ore 9.00, presso la sala dell'Annunciata
Durante la conviviale del mese saranno presente tutti gli atleti che hanno partecipato alle olimpiadi del 2024 in particolare: Monica Boggioni (plurimedagliata) e Dalia Dameno (bronzo)

CONGRATULAZIONI

Alla nostra socia: Monica Boggioni per gli splendidi risultati ottenuti alle Olimpiadi 2024 e per il record europeo.

Al nostro socio Lele Vietti, campione del mondo 2024 di tennis

Alla nostra socia Angela Scariato sempre al fianco della bravissima Luisa Pasini campione del mondo 2024 di hand bike

LA PAGINA DEL CLUB DI NOVARA

di Aldo Vecchio
Panathlon Club Novara

Cari Amici, allego una nota a seguito dell'articolo di Aldo Lazzari. Argomenti di importante attualità che meritano approfondimenti.

Ho assistito alla TV l'incontro di pugilato femminile, alle Olimpiadi di Parigi, tra l'italiana Angela Carini e l'algerina Imane Khelif. L'incontro è durato pochissimo (46 secondi), l'azzurra si è ritirata dopo aver subito un violento colpo al viso. "Mi ha fatto malissimo" ha dichiarato Angela.



Aldilà del ritiro dall'azzurra, ciò che mi ha colpito di più sono state le reazioni dei politici di destra e della premier Meloni che ha presentato un'interrogazione alla Commissione europea. Il ring viene quindi politicizzato. Le polemiche su Imane, donna con una patologia che le causa livelli di testosterone più alti del normale erano già arrivate alla vigilia dell'incontro. Imane Khelif, atleta intersex, socializzata donna alla nascita, ha superato tutti i test del Comitato olimpico rientrando perfettamente nei parametri che si basano su criteri scientifici.

Il problema è complesso e, a mio modesto avviso, sarebbe opportuno far gareggiare queste atlete in una categoria ad hoc

OLIMPIADI E ANDROGENISMO - LAZZARI A.

Leggo l'articolo di Aldo Lazzari sull'ultimo numero del PPN a proposito di **androgenismo**.

Lazzari si dice colpito dalle reazioni dei politici di destra e del premier Meloni che ha presentato un'interrogazione alla Commissione europea.

Bene. Ben vengano questi interessi della politica a favore dell'argomento, se ne discuta e ne traggano però le conclusioni gli addetti ai lavori, cioè i medici, ma a quanto pare il CIO per voce dello stesso Presidente, afferma che attualmente non è possibile stabilire con certezza il sesso degli atleti o delle atlete. Torneremo alle modalità in uso alle Olimpiadi Greche questa cifra per sopire una questione che di per sé non esiste. Per i punti, li recupererà altrove.

Mi chiedo sempre chi stia seduto ai vertici o sul vertice delle importanti Federazioni, Enti e Comitati

D'altra parte le varie Federazioni sportive internazionali sono in disaccordo con il CIO e viaggiano sulle loro strade. Rispettiamo comunque i loro pareri, quando ci sono.

Tornando a quanto affermato da Lazzari che accusa la politicizzazione del ring, si può affermare che la politica non solo di destra ma in generale, ha da sempre gestito il mondo dello sport, monopolizzandolo e cancellandolo dalle attività promozionali (vedi *Giovanna Melandri - Governo Prodi vs CONI*). Se poi si vogliono verificare le attività politiche dei precedenti Presidenti del Coni basta una semplice ricerca nel passato.

Il problema, non certamente nuovo, deve essere affrontato da Commissioni ad hoc per consentire comunque a tutti la pratica sportiva, con le dovute specifiche.

Ricordo che il caso della pugile non era l'unico, si ripresenta un caso simile in queste paralimpiadi e si concluderà in questo modo: se l'atleta ex M, gareggiando in categoria F vincerà, le associazioni di parte esulteranno per la perfetta integrazione e per l'assenza di importanti differenze, in caso contrario evidenzieranno che non esiste la superiorità di genere nelle prestazioni sportive. I Comitati e Federazione tacciono, la Federazione pronta ad un ricorso, Comitato Paralimpico sarà sulla scia del CIO. Forse.

C'è senz'altro da parlarne

SINNER "POSITIVO" MA INNOCENTE - LAZZARI A.

La vicenda doping di Jannik Sinner "positivo" ma innocente mi lascia stupito e perplesso. L'ITIA (International Tennis Integrity Agency) ha dichiarato che si è trattato di una contaminazione involontaria. Mi chiedo per quale motivo sono stati tolti i punti (400) e i sodi (300.000 euro) a Sinner se è stato dichiarato innocente? Mi auguro che questa brutta storia abbia finalmente una fine e che Jannik possa continuare serenamente la sua fulgida carriera da numero 1 del tennis.

Ecco un altro caso segnalato da Lazzari.

Abbiamo un caso di falsa positività, vista la quantità rilevata, una sentenza della ITIA, ed una reazione da parte del WADA. Anche in questo caso nessuna comunicazione o linea comune tra di loro.

Sinner, per non continuare a sentire fregnacce, sborsa 300,00€, ma d'altronde al giorno d'oggi chi non ha

GLI ABUSI NELLO SPORT PROSEGUONO

ALCUNE PRECISAZIONI SULLA TECNICA DI RE-BREATHING DI MONOSSIDO DI CARBONIO (CO)

di **Lucio Ricciardi**

Il CO è una molecola gassosa tipicamente prodotta nella combustione (fumo di sigaretta, scaldabagno difettoso, fiamme libere ad esempio). Ha la caratteristica di essere più affine all'emoglobina (Hb), proteina dei globuli rossi, rispetto all'ossigeno (x 200) e quindi di sostituirsi a quest'ultimo, generando una ipossiemia e formando la carbossiemoglobina, più stabile dell'ossiemoglobina, depauperando quindi il sangue del suo patrimonio in ossigeno. Perciò, alla normale concentrazione di ossigeno nell'aria (21 %), il trasporto ai tessuti che lavorano (ad esempio muscolo = 40 % della massa corporea) è compromesso. Terapia: ossigeno puro (100 %).



La tecnica in oggetto, molto antica (XIX secolo), serve prima di tutto per misurare la quantità di Hb di un soggetto. Si fa respirare una quantità determinata di CO, che funge da tracciante, per un periodo definito e si misura poi la sua concentrazione nel sangue, risalendo così anche al volume di plasma, ai globuli rossi ecc.

L'utilità è quella di poter conoscere il contenuto di Hb, ad esempio, prima, durante e dopo esposizione ad alte quote e, nell'antidoping, per scoprire eventuali "fufigni" a base di EPO.

Il concetto di re-breathing (ri-respirazione) è quello abitualmente applicato agli autorespiratori subacquei a ossigeno o a miscela, dove, proprio per risparmiare questo gas, esso viene fatto ricircolare nei polmoni, facendo assorbire l'anidride carbonica che produciamo da una molecola dedicata.

L'uso per migliorare la prestazione sfrutterebbe l'avvelenamento da CO, che genera una ipossiemia, per stimolare i sistemi che aumentano la concentrazione di Hb e, una volta cessata l'assunzione di CO, si ripristina la normale ossigenazione, ma con una Hb aumentata.

Il CO fungerebbe dunque come uno stimolo analogo all'esposizione all'alta quota - carenza di ossigeno -, per cui, dopo un periodo adeguato di allenamento, durante il quale si sviluppano le risposte alla transitoria ipossiemia, il trasporto e la quantità di ossigeno sarebbero molto migliorati.

La simulazione dell'alta quota viene attuata con le camere ipobariche, recentemente sdoganate in Italia e non più doping. Vedremo cosa succederà con quest'altra pratica.



**Il PPN
continua
con la
propria
denuncia
delle
violenze
sugli atleti**



GEMELLAGGI

AREA 3

PANATHLON CLUB NOVARA



Emanuele Bezzi di Novara e Gabriele Vietti di Pavia
Campioni del Mondo di Tennis

AREA 11

PANATHLON CLUB NAPOLI

EWOS 2024be active

Il Panathlon Club Napoli dell'Area 11, Campania per la settimana europea dello sport, continua il progetto : " Il gioco delle bocce: Sport per tutte le età".

Lunedì 30 Settembre Torneo di bocce a Baia presso l'agriturismo e centro di sport all'aperto " Terre di Baia".

Complimenti al Club per aver organizzato la quarta edizione di questo torneo Panathlon -Area 11 Campania

Francesco Schilliró
V.P. Distretto Italia - Panathlon International



AREA 4

PANATHLON CLUB RAPALLO TIGULLIO

Nel mese di settembre e primi di ottobre 2024, si svolgeranno diverse iniziative sportive organizzate in collaborazione, dai Panathlon di Rapallo, Chiavari e Recco. Coinvolgendo anche i comuni di Santa Margherita Ligure e Camogli.

Tutto all'insegna della Settimana europea dello Sport 2024 PANATHLON BEACTIVE.

Manifestazione ideata e coordinata dalla Socia Cristina Di Sciorno.

Diverse le iniziative sportive, tutti potranno prendere parte alle manifestazioni.

Seguirà un dettagliato programma.



AREA 9

PANATHLON CLUB DI TRAPANI





PANATHLON NEWS

CLUB PAVIA

PPN

NOTIZIARIO DEL:

PANATHLON INTERNATIONAL CLUB DI PAVIA

(anno di fondazione 1955)

(CF 96061390181)

PERIODICO GRATUITO

DIRETTORE RESPONSABILE:

ALDO LAZZARI

TEXT EDITOR:

GIACOMO SAGLIO

SUPERVISOR:

ANGELO PORCARO

COLLABORATORI DI QUESTO NUMERO:

LUCIO RICCIARDI

ARMANDO D'ALTIERO

ALDO VECCHIO

N.B. La collaborazione è aperta a tutti i soci che possono inviare foto, notizie.

e-mail: stampa.pavia@panathlon.net



MENTIONE PER LA CARTA STAMPATA 2024

CONSIGLIO DIRETTIVO

BIENNIO 2024-25

PRESIDENTE:

ANDREA LIBANORE

VICE PRESIDENTE VICARIO E

SEGRETARIO:

GIACOMO SAGLIO

VICE PRESIDENTE:

FRANCESCA POSTIGLIONE

TESORIERE:

PAOLO GUARDAMAGNA

CERIMONIERE:

STELLA LANA

CONSIGLIERI:

ALESSANDRO CARVANI

MINETTI, LORENZO

CASTORINA, CARMINE

ILLUMINATI, PIERANGELA

SACCHI, MARINICE

CHIAPPERO

PAST PRESIDENT:

MARISA ARPESELLA

PRESIDENTE ONORARIO:

ANGELO PORCARO



Panathlon Club Pavia



<https://www.facebook.com/PanathlonClubPavia>

<https://www.instagram.com/panathlon.pv>