

SPORT&SOCIETÀ
MEDAGLIE A GO GO

Soddisfazioni per il club presieduto da Oliviero Vanzo. Salvi, Tonetta e Giori convocati agli Europei indoor

Andranno in scena sabato prossimo alla palestra di via Baratieri con inizio alle 21 le semifinali del Trofeo di pugilato «Città di Rovereto», importante competizione ad eliminazione diretta. I match tra i pugili che hanno superato le qualificazioni nelle 3 categorie di peso selezionate (super welter 69 kg, medi 75 kg e medio massimi 81 kg) sono: Gashi Disarjot (Millennium Como) contro Abdelli Khemaiyes (Rovereto); Francesco Di Cosimo (Cassano Magnago) contro Lorenzo Ulcigrai (Club sport Trieste); Andrea Poli (Orbassano) contro Andrea Cimichella (Pavia); Endrit Vu-

Sabato in via Baratieri il trofeo «Città di Rovereto»
Pugilato, le semifinali

ka (Accademia pugilistica Modenese); Nicola Antoniazzi (Trissino vicentino) contro Oriol Kolaj (Panthers Varese); Aurel Gega Aurel (Vita Verona) contro Alexa Tarta Cosmini (Padova Ring); Kastriot Kertalli (Rovereto) contro Andrea Solaro (Celano Genova). Come si è potuto vedere nei quarti di finale, la qualità dei pugili è molto elevata e le semifinali si preannunciano

molto spettacolari ed incerte. Le teste di serie dei super welter sono state tutte sconfitte, adesso si potranno vedere all'opera le teste di serie dei medi Poli e Vuka e dei super massimi Antoniazzi e Gega. Da 24 pugili si è scesi a 12, che si contenderanno il passaggio alle finali, con sette regioni (Liguria, Piemonte, Lombardia, Emilia Romagna, Veneto, Friuli Venezia



Abdelli Kemaies (Rovereto)

Giulia e Trentino Alto Adige) ancora in lizza, con la squadra del New Athletic team Rovereto ancora in lizza, rappresentata da ben due propri pugili. Per premiare la competizione sportiva è stato istituito un montepremi di 2.550 euro da distribuire ai pugili in proporzione alla posizione che raggiungeranno nelle rispettive categorie. Le finali si svolgeranno l'8 aprile alle ore 21, sempre nella palestra di via Baratieri. Sul sito internet: <http://digilander.libero.it/natoboxe> sono illustrati tutti i dettagli.

G. L.

Frecce d'oro per la Kappa Kosmos

Grandi gli arcieri roveretani
19 volte sul podio tricolore

di GIANPIERO LUI

Ancora risultati di prestigio per gli arcieri della Kappa Kosmos Rovereto. Ai recenti Campionati italiani indoor, sia di classe che assoluti, a Reggio Emilia la società della città della quercia ha conquistato sette titoli tricolori di classe e tre assoluti (19 medaglie in totale) arrivando all'invidiabile traguardo dei 118 titoli italiani conquistati.

«Il nostro settore giovanile è in grande spolvero - ricorda il presidente Oliviero Vanzo - con Giori secondo di classe ma primo con la squadra senior maschile assoluta, che ha battuto le formazioni della C.A.M. Arcieri del grande Frangilli ed il Cus Roma con il pluriolimpionico Ilario Di Buò. Ottime le prestazioni di Amedeo To-

nelli che pur al non massimo dal punto di vista fisico si è classificato nel novero dei concorrenti con punteggio oltre i 580 (ben nove atleti tra 592 e 580), e di Elena Tonetta, che seppur leggermente infortunata ha vinto la propria classe juniores per poi essere battuta nelle finali. Grande la squadra senior femminile arco compound con ben sei titoli conquistati ed il settore giovanile, in particolare gli allievi con Giori, Germani e Sere-

sini. I titoli di classe sono stati conquistati da Elena Tonetta nella cat. «juniores» femminile arco olimpico, Eugenia Salvi nella cat. «senior» femminile arco compound, dalla squadra senior femminile compound (Eugenia Salvi, Serena Boni e Lara Bertocci), dalla squadra «juniores» femminile arco olimpico (Elena Tonetta, Elisa Simoncel-



CAMPIONESSA. Elena Tonetta, vincitrice di classe ai recenti Italiani indoor, convocata per gli Europei

li e Gloria Filippi), dalla squadra «juniores» maschile arco olimpico (Lorenzo Giori, Alberto Germani Alberto e Marco Serecini), dalla squadra «allievi» maschile arco olimpico (Giori, Germani e Serecini) e dalla squadra «allieve» arco olimpico (Elisa Simoncelli, Erika Frigerio ed Adele Sassi).

I titoli tricolori assoluti sono andati ad Eugenia Salvi nella cat. se-

nior femminile arco compound, alla squadra seniores femminile arco compound (Eugenia Salvi, Serena Boni e José Fontana), alla squadra senior maschile arco olimpico (Amedeo Tonelli, Daniele Montigiani e Lorenzo Giori). Da ricordare anche il terzo posto di classe conquistato da Luciano Faldini e José Fontana e le medaglie d'argento di Lorenzo Giori, Elisa

Simoncelli e Gloria Filippi, oltre all'argento nell'assoluto della squadra dell'arco olimpico femminile (Cristina Ioriatti, Elena Tonetta, Gloria Filippi). In totale sono state ben 19 le medaglie conquistate, divise in 10 d'oro, 6 d'argento e 3 di bronzo.

Altre buone notizie riguardano la convocazione per i prossimi campionati europei indoor a Jajce, in Spagna, di tre atleti roveretani: Eugenia Salvi nell'arco compound senior femminile, Elena Tonetta nell'arco olimpico senior femminile (anche se lei è ancora in età juniores) e Lorenzo Giori, per la prima volta in nazionale come «juniores» nell'arco olimpico (lui è ancora in età da «allievo»). Riserve a casa sono Amedeo Tonelli nell'arco olimpico senior e Gloria Filippi nell'arco olimpico juniores.

in Breve

Tanti auguri a Davide

Al bellissimo Davide Kettmaier (foto) per i «suoi meravigliosi quattro anni tantissimi auguri da chi ti vuole un mondo di bene, mamma Letizia, papà Mauro, il fratellino Samuele, nonni, zii, la cuginetta Lisa e gli amici».



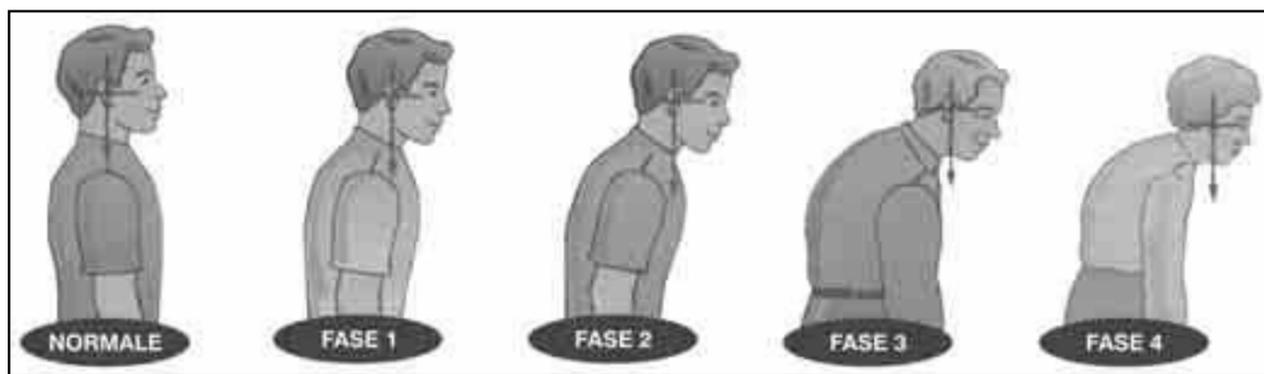
I «Cristalli» a San Giacomo

Conto alla rovescia per la cena dei coscritti («vi aspettiamo numerosi») dell'organizzazione della classe 1938 («I Cristalli») prevista per sabato 25 marzo (inizio ore 20) all'Hotel San Giacomo di Brentonico. Per informazioni gli interessati possono telefonare, in ore serali, allo 0464/423045.

È questo il momento giusto per bilanciare la tua spina dorsale?

Molti anni fa, prima dell'avvento dell'ortodonzia, i denti sovrapposti, che negli adulti creavano dolore ed infiammazioni, venivano semplicemente estratti. Adesso abbiamo le conoscenze e l'abilità di creare spazio fra i denti sovrapposti bilanciando la mandibola e raddrizzandoli. E' ovvio che ci vuole più tempo e denaro per salvare i denti invece di estrarli, però, in generale, abbiamo visto che è meglio preservare anziché sprecare la possibilità di curarsi. Questo è riscontrabile anche quando si tratta di articolazioni e dischi del collo e della schiena: la spina dorsale è composta da ossa dinamiche che proteggono il sistema nervoso centrale e ci permette di muoverci liberamente. La sua degenerazione ci porta anni di sofferenza, rigidità dolorosa e salute compromessa.

Se la spina dorsale perde la sua forma normale e le articolazioni nel collo e nella schiena sono compresse in maniera anomala, bloccate o mal posizionate, i dischi tra le vertebre potrebbero essere già in uno stato di degenerazione (vedi radiografie sotto). Non si dovrebbe mai sprecare il periodo utile alla correzione. Nei tempi moderni esistono due tipi di cure chiropratiche conosciute come «Cura di Sollievo» e «Cura Correttiva». Con la «Cura di Sollievo», si possono correggere compressioni articolari, tensioni muscolari e pressioni nervose donando sollievo alla maggioranza della gente sentendosi meglio più velocemente. L'applicazione della «Cura di Sollievo» è però paragonabile al tentativo di gonfiare una gomma che ha una perdita: la gomma danneggiata può essere utilizzata temporaneamente ma necessiterà costantemente di essere rigonfiata. Per di più, la perdita della gomma è un difetto strutturale, un avvertimento che fa capire che la gomma potrebbe scoppiare all'improvviso. Nonostante la «Cura di Sollievo» sia uno strumento d'estremo valore, non può bilanciare la zona anormale della spina dorsale, che porta il tessuto discale a consumarsi e le articolazioni spinali diventano rigide, bloccate, dolenti ed artritiche. Occorre pensare alla «Cura di Sollievo», come ad un temporaneo alleviamento del dolore e del gonfio-



re, come, ad esempio, quello causato dai denti che sono cresciuti troppo vicini e sono sovrapposti l'uno all'altro, senza però intervenire raddrizzandoli e riposizionando la mandibola come farebbe un buon ortodontista. La «Cura Correttiva» invece è una forma moderna e avanzata del trattamento chiropratico progettata per riallineare le articolazioni contorte e simultaneamente riportare il collo e la zona lombare alle loro curve curvatura naturali. Questo richiede un'analisi spinale geometrica dettagliata ed un «Doctor of Chiropractic». Per diventare un «Doctor of Chiropractic» occorrono cinque anni di università a tempo pieno durante i quali viene data particolare enfasi alle scienze biologiche. Il vostro Chiropratico ha

eseguito più o meno lo stesso numero di ore di corsi dei laureati in medicina. Comunque, dato che i Chiropratici scelgono di non prescrivere medicine e di non ricorrere alla chirurgia, il loro iter formativo si concentra su materie quali la neurologia, la diagnostica per immagini, la fisiologia, le tecniche manipolative e le materie cliniche. I Chiropratici hanno un'ottima formazione. Il chiropratico non tratta sintomi o malattie ma aggiusta la colonna riducendo le sublussazioni ristabilendo il corretto flusso neurologico. Con la «Cura Correttiva», tu ed il tuo «Doctor of Chiropractic», lavorando insieme come in una squadra, potrete migliorare il movimento, il funzionamento e la longevi-

tà della spina dorsale decomprimendola, sbloccandola e bilanciandola. Prova a pensare alla «Cura Correttiva» come alla cura ortodontica della spina dorsale senza però l'apparecchio. Sfortunatamente in Italia non c'è ancora la cultura della prevenzione riguardo alla colonna (questo cambierà con il riconoscimento della Chiropratica come avvenuto nella maggioranza dei paesi Europei e dei paesi Occidentali - ma questo è un altro discorso), e tante persone hanno lasciato la loro spina dorsale degenerare a un punto in cui si possono ottenere dei buoni miglioramenti ma non la correzione totale. La «Cura Correttiva» potrebbe aiutare ad evitare un precoce invecchiamento,

anni di postura dolente, rigida ed ingobbita e possibili interventi chirurgici alla spina dorsale. Per quanto riguarda la «Cura Correttiva», essa non necessita di 2 o 4 anni come per raddrizzare i denti, ma richiede comunque il coinvolgimento del paziente per l'esecuzione di esercizi ginnici. Per raddrizzare i denti e ribilanciare la bocca gli ortodontisti applicano una pressione distribuita nel tempo, forzando i denti nella direzione desiderata in un periodo prolungato, creando cambiamenti all'allineamento ed un riposizionamento della bocca. Similmente il «Doctor of Chiropractic» utilizza strumenti speciali per sollevare, decomprimere e bilanciare la spina dorsale. Se vi venisse

chiesto quanto si debba pagare per il dentista, giustamente ci si chiederebbe per quale tipo di servizio o cura, e ci si aspetterebbe di pagare di più per raddrizzare i denti piuttosto che curare una carie. Poiché, solitamente, le assicurazioni non coprono l'ortodonzia, la maggioranza dei pazienti finanzia la cura pagando di tasca propria. Il costo della cura correttiva spinale varia da caso a caso, questo dipende dalla serietà e durata della cura consigliata dal «Doctor of Chiropractic» curante. Uno dei miei colleghi, che ha lavorato per quindici anni come medico in una clinica privata di chirurgia, diceva di rimanere stupefatto per il numero e la varietà di persone che sceglievano di sottoporsi ad interventi chirurgici costosi, non coperti dal servizio sanitario, quali il rifacimento del seno (5.000€), il lifting alla pancia (600€), la liposuzione (3.000€), le labbra (1.500€) le iniezioni di botulino (più di 400€ ogni 3 mesi) e la lista non finisce qui! Diceva che, nella maggioranza dei casi, se il paziente sentiva che ciò che faceva aveva per lui importanza, riusciva a trovare il modo di risolvere la questione economica. Per sistemare una carie ci vuole un giorno e costa centinaia di euro, mentre, per raddrizzare i denti ci vogliono anni e costa migliaia di euro. Correggere la spina dorsale e mantenere la correzione, vale quanto raddrizzare i denti? Assolutamente sì! Non centinaia di euro ma migliaia di euro risparmiati nell'evitare interventi chirurgici quali, per esempio, l'ernia discale, l'artrosi all'anca, la scoliosi, ecc... Per di più, rigidità e postura cifotica fanno sembrare e sentire già vecchie persone ancora giovani. L'invecchiamento prematuro del collo avviene sempre quando la spina dorsale si piega troppo in avanti o si inclina da un lato. Come «Doctor of Chiropractic» ho inoltre riscontrato spesso l'uso di antidolorifici e miorilassanti, a scapito di rapporti personali e della produttività, utilizzati come palliativi dei disturbi causati in realtà da una malattia progressiva della spina dorsale. Il mio consiglio è sempre prevenzione e correzione. Non pensi sia arrivata l'ora di correggere la tua spina dorsale? La scelta è tua!

Forma normale/curva cervicale

Paziente di 75 anni con curva normale. Potete notare gli spazi discali aperti tra le vertebre (vedi frecce). Una curva corretta nel collo e nella schiena permette al peso del corpo di essere distribuito in modo uniforme sulle articolazioni. Anche a 75 anni questa persona ha libertà di movimento in assenza di dolore e rigidità. Notate la forma della curva di questo collo e confrontatelo con quella qui a lato (vedere la linea ad arco nella prima foto e come è invece dritta e priva di curva la seconda).



Forma anormale

Paziente di 55 anni: notate l'assenza della curva. Potete notare come gli spazi discali siano molto assottigliati quando manca la curva? (vedi frecce). Poiché il peso è troppo in avanti, le articolazioni si comprimono, i dischi morbidi tra le vertebre si asciugano e muoiono. Riuscite a notare le vertebre deformate? Sebbene questo paziente sia molto più giovane del primo, ci sono già evidenti degenerazioni ad uno stadio avanzato. Il tempo utile per una correzione è stato perso ed anni di fastidiose rigidità e dolori sono alla porta (vedere atroci come indicato dalle frecce e confrontate con quelle di prima).



Per le prime 20 persone offriamo un buono sconto per la prima visita (euro 48,00 anziché euro 114,00)

Villa Lagarina Via Salisburgo, 15 «Villa Center» 349.4373864 - Riva Del Garda Viale Dante, 47 - 0464 521210