

SERIE B1 E B2, LA LOMBARDIA È LEADER ASSOLUTA NEL SETTORE FEMMINILE VAMP-TECH BUSNAGO IN B1 E ICOSCLA CREMA IN B2 FUGGONO PER IL SALTO DI CATEGORIA

Last but not least. Alla nostra analisi sull'andamento delle squadre lombarde nei vari campionati, mancava ancora la Serie B. Iniziamo dalla B1 settore maschile: nel girone A guida la Libertas Cassa Rurale Cantù in una classifica nella quale ci sono quattro squadre in lotta serrata per i tre posti che "contano" (la prima sale direttamente in A2, seconda e terza si qualificano per i playoff). I canturini sono infatti la lepre, inseguita ad una lunghezza da Reggio Emilia e La Spezia e a tre (ma con una gara da recuperare) da Massa. Tranquille a centro classifica Webank



Un attacco vincente della Vamp-Tech Busnago, leader del Girone A di B1

Monza, Agnelli Metalli Bergamo, Volley Segrate e Biemme Etichette Brescia. Devono invece rincorrere la salvezza i Diavoli Rosa Brugherio ma hanno tutte le carte in regola per colmare la distanza che oggi li separa dal proprio obiettivo. Sempre in B1, ma nel settore rosa, la Vamp-Tech Busnago sembra aver trovato il momento giusto per piazzare l'allungo decisivo. Quattro sono infatti le lunghezze di vantaggio delle milanesi su un'altra formazione lombarda: la Z.M.C. Volley Carnago (Va). Sul terzo gradino del podio (a meno uno dalle varesine) Alessandria inseguita, a cinque punti, dalle bresciane del Flero. Molto bene anche la Florens Vigevano (sesta) e la Castellanzese (settima) mentre la lotta per la salvezza vede coinvolte, con Genova, tre squadre lombarde:

Focol Legnano, Martesana Cologno (Mi) e Pro Patria Milano. Con Vigolzone e Novara molto attardate, l'obiettivo è evitare l'ultima scomodissima poltrona che vale il "salto del gambero". In Serie B2, sempre nel settore femminile, nel girone A sembra già definito il terzetto che si contenderà – come in B1 – la promozione diretta (seconda e terza andranno comunque ai playoff): unica lombarda presen-

te la Saugella Monza che, oggi sul gradino più basso del podio, ha tutte le carte in regola per ribaltare la situazione e superare le piemontesi Ornavasso e Trecate (prima e seconda). Difficile ipotizzare un rientro delle quarte (Settimo Torinese e Pinerolo) attardate di ben otto lunghezze. Anche in coda la situazione pare abbastanza definita (cinque le retrocessioni) con Bresso, Binasco e Orago purtroppo molto distanti dalla quota salvezza. Nel Girone B vola la Crema Volley Icoscla che ha messo una seria ipoteca sulla promozione diretta. Sono infatti ben dodici le lunghezze di vantaggio sulla seconda che è la Piemonti Foppapedretti Bergamo e addirittura quattordici sulla terza che è ancora una lombarda: la Percassi Cermenate (Co). Foppa e Percassi devono guardarsi dall'assalto del Fiorenzuola, unica squadra che sembra poterle impensierire in prospettiva playoff.

Molto bene l'Atalantina Crema, Ostiano, Pianengo, Alba e Don Colleoni che occupano posizioni tranquille. In difficoltà ma con concrete possibilità di recupero Brembo e Picco Lecco. Una posizione che occupa anche Asola, unica lombarda nel girone C, attardata di sole due lunghezze da quell'undicesimo posto che vorrebbe dire un altro anno in B2. Nel settore maschile, girone A, terzo posto per Saronno che ha due punti di ritardo dalla capoclassifica Erbaluce Caluso (To) e uno dalla seconda Mondovì. I varesini possono dunque guardare in alto con grande tranquillità ma devono anche gettare un occhio alle proprie spalle per guardarsi dall'assalto di Savigliano e Aosta. Parabiago ma, soprattutto, Ag Milano sono difficoltà per raggiungere l'obiettivo salvezza. Nel girone B guida Carnate (Mi) con due lunghezze di vantaggio su Piacenza e tre su Parma. Bene Gorgonzola, Costa Volpino, Scanzorosciate e Seriate. Qualche difficoltà per Cisano e Besanese che però possono ancora recuperare terreno e conquistarsi la permanenza in categoria. Anche il girone C parla lombardo. Comanda infatti Viadana che sembra contendersi la promozione diretta con Vicenza (attardata di un punto). Remedello, oggi quarta, può insidiare seriamente in terzo posto di Carpi mentre devono lottare per la salvezza le due squadre bresciane. Ad oggi rimarrebbe in B2 l'Atlantide mentre sarebbe condannata la Geopietra Villanuova. Come si vede situazioni fluide si alternano ad altre già abbastanza definite. Ma tutte le squadre hanno ancora margini di recupero anche se, chiaramente, lo spazio per eventuali altri passi falsi è ormai ridotto al lumicino.



La Libertas Cassa Rurale Cantù, leader del Girone A della B1 maschile

MANTOVA, DOPO LA COPPA ITALIA ECCO LA WORLD LEAGUE

Un successo tira l'altro. Dopo i sold out registrati negli impegni di Coppa Italia maschile, Mantova si appresta a vivere un altro appuntamento di quelli assolutamente da non perdere. Venerdì 3 luglio il PalaBam ospiterà gli azzurri di Andrea Anastasi, impegnati con l'Olanda nel primo dei due confronti interni con gli "oranges" (l'altro è in programma domenica 5 a Modena) di World League 2009. Quello in terra virgiliana sarà l'unico incontro della fase eliminatoria della World League che si disputerà in Lombardia.



SELEZIONE ROSA, DOMENICA A CARPENEDOLO

Ancora un raduno per preparare al meglio il Trofeo delle Regioni 2009. Domenica 22 sarà il turno della selezione femminile che si ritroverà, dalle 15 alle 18, alla Palestra di via Deodato Laffranchi a Carpendolo (Bs). Elenco completo delle atlete convocate e indicazioni per raggiungere l'impianto sportivo sono disponibili sul sito del CRL nella sezione del CQR dedicata alle selezioni.

VOLLEY ON SAND 1 — A MILANO LA PRIMA TAPPA DEL CAMPIONATO FEMMINILE OPEN INDOOR

APPUNTAMENTO DA NON PERDERE ALL'OPENBEACH DI VIALE LORENTEGGIO

Milano concede il bis. Dopo il grande successo ottenuto dalla prima tappa maschile di due settimane fa, il capoluogo lombardo domenica 22 febbraio ospiterà nuovamente una tappa del Campionato Italiano Open Indoor. Scenario della manifestazione, questa volta femminile, saranno ancora gli splendidi campi dell'Openbeach di viale Lorenteggio dove si confronteranno atlete di valore assoluto quali Daniela Gattelli (Campionessa Italiana in carica e quinta alle Olimpiadi di Atene 2004). Per gli appassionati di pallavolo sulla sabbia e per coloro che desiderano avvicinarsi a questa splendida disciplina, un'occasione da non perdere assolutamente anche per vivere una giornata a diretto contatto con autentiche fuoriclasse di uno sport che sta ricavandosi spazi sempre più importanti anche indoor.



VOLLEY CLINIC 2009: UN'OCCASIONE DI CRESCITA E AGGIORNAMENTO PER GLI ALLENATORI

APPUNTAMENTO DOMENICA 17 MAGGIO AGLI ISTITUTI BESTA E NATTA DI MILANO

Un coinvolgimento totale. Il Volley Clinic 2009, che si terrà domenica 17 maggio agli Istituti Besta e Natta di via don Calabria 16 a Milano, sarà aperto agli allenatori di primo, secondo e terzo grado e agli allievi allenatori. E avrà pure validità come modulo di aggiornamento per ottemperare agli obblighi previsti per la stagione in corso. Tema del clinic sarà: "Dall'Under 14 all'Under 16 - Il passaggio dalla base alla specializzazione".

Relatori di assoluta eccezione saranno Giuseppe Giannetti e Luca Pieragnoli (nella foto a sinistra), tecnici che hanno "formato" atlete del calibro di Jenny Barazza, Francesca Piccinini, Serena Ortolani, Giulia Rondon, Manuela Secolo, Lucia Frisanti, Veronica Angeloni e Rachele Sangiuliano, solo per citarne alcune. Il clinic si aprirà alle 9.15 con la registrazione dei partecipanti; alle 9.45 Giannetti tratterà il tema: "La formazione del palleggiatore" e, a seguire, Pieragnoli parlerà di: "La formazione dell'attaccante-ricevitore". Alle 11.30, moderata dal giornalista sportivo Dario Keller, "tavola rotonda" con i tecnici iscritti che potranno porre le proprie domande ai prestigiosissimi relatori. Nel pomeriggio, alle 14.30, si svolgerà la parte pratica in palestra con particolare riferimento alla fase di cambio palla. Sarà presente la Selezione femminile che difenderà i colori della Lombardia al Trofeo delle Regioni 2009. Alle 16 altro momento di confronto sulle esercitazioni sviluppate durante la seduta in palestra. A breve sul sito del CRL ulteriori informazioni e modalità di iscrizione.



Relatori di assoluta eccezione saranno Giu-



SAVE THE DATE

- *Domenica 22 febbraio* prima tappa beach femminile all'Openbeach di via Lorenteggio
- *Martedì 24 febbraio* termine ultimo per inviare le risposte sul tema del mese
- *Domenica 1 marzo* all'Openbeach di viale Lorenteggio a Milano raduno per la formazione della selezione regionale di beach volley
- *Venerdì 6 marzo* termine entro il quale devono essere disputati gli ottavi di Coppa Lombardia

VOLLEY ON SAND 2

SELEZIONI REGIONALI A MILANO

Seconda "tappa" per la formazione delle selezioni regionali che difenderanno, nel beach volley, i colori della Lombardia al Trofeo delle Regioni 2009. L'appuntamento è, dalle 15 alle 18, per domenica 1 marzo all'Openbeach di viale Lorenteggio (di fronte al n° civico 238) a Milano. Al raduno possono presentarsi tutti gli atleti/e nati/e nel 1992 e seguenti purché tesserati Fipav. Si ricorda che in questa fase non serve alcun tipo di documentazione. Per ulteriori informazioni è possibile rivolgersi al Responsabile Regionale del Beach Volley Fabio Bassan al 335.1833803, a Simona Fusco Nerini al 335.6590629 oppure inviare una mail a beach.lombardia@federvolley.it.

IL TEMA DEL MESE

La scadenza è ormai dietro l'angolo. Martedì 24 febbraio scade il termine per inviare alla redazione di TvI le risposte sul secondo "Tema del mese" proposto quest'anno. Ricordiamo ai lettori che possono esprimere la propria opinione inviando le risposte a tv1.lombardia@federvolley.it. Le risposte, a discrezione della redazione di TvI, saranno pubblicate sul numero di TvI che sarà on line giovedì 26 febbraio.

VISTO E LETTO

PROGRAMMAZIONE ANNUALE DELLA PREPARAZIONE FISICA NELLA PALLAVOLO

Come in tutti gli sport, l'aspetto prettamente fisico sta raggiungendo livelli di importanza elevatissimi anche nella pallavolo. Per questo è ormai fondamentale, a qualsiasi livello, prepararsi al meglio per la stagione agonistica. In quest'ottica "Programmazione annuale della preparazione fisica nella pallavolo", di Alessandro Contadin, è stato realizzato per dare a tutti coloro si occupano di allenamento e preparazione atletica nel volley, uno strumento di lavoro di notevole praticità con il quale confrontarsi e dal quale attingere preziose indicazioni per la programmazione del lavoro durante tutta la stagione. Brevi ed efficaci introduzioni teoriche su modelli prestativi, criteri di programmazione annuale e giornaliera, mezzi di allenamento (elastici, Swiss Ball, palle mediche), costituiscono il corollario al complesso di schede che riportano sedute di allenamento complete, raccolte in blocchi i quali coprono i classici periodi di attività nei quali è suddivisa la stagione: preagonistico, prima fase agonistica, sosta per le festività, seconda fase agonistica. Un'esposizione volutamente semplice e lineare con 74 sedute classificate all'interno di microcicli settimanali e mesocicli mensili, con specifiche indicazioni sui numeri di ripetizioni, serie, recuperi tra le serie, descrizione dell'esercizio e foto esplicative che rende "Programmazione annuale della preparazione fisica nella pallavolo" uno strumento di riferimento quantomeno utile soprattutto ai tanti allenatori - e sono la maggior parte - che devono svolgere in prima persona sia l'attività tecnico-tattica che quella di condizionamento fisico. "Programmazione annuale della preparazione fisica nella pallavolo", edito da Calzetti Mariucci, è in vendita nelle librerie specializzate al costo di 22 euro.

