opinioni - politica - economia - cultura - arte - turismo - sociale - natura - sport

Mensile di attualità

VARESE MESE

FREE PRESS
N 5 | GIUGNO 2022

CHEF
5 ANELLI

Fare bene & Fatturato
Riprendere il cammino
Come vivere e invecchiare in salute

Calamita per turisti
Pronti per le Olimpiadi?
Malpensa, la porta dei Giochi 2026
A Varese attività femminile e paralimpica al *top*

CLAUDIA VISMARA
Attrice

PAGINA 18

L'altra faccia dello
#Sport!

Benessere e territorio

"Poste Italiane s.p.a. - Spedizione in Abbonamento Postale - 70% - LO/VA
Anno 39 - n. 5 - Free Press

INDICE

N. 5 GIUGNO 2022
ANNO XXXIX

5

Va(rese) che sport!

Con l'economista Massimiliano Serati, che fu tra i primi a vedere il territorio come una grande palestra a cielo aperto, la trasmissione *Varese, diamo i numeri* ha analizzato le ragioni del primo posto del Varesotto nel più recente indice di sportività stilato da *Il Sole 24 Ore*

18

Sul *tapis roulant*

L'attrice Claudia Vismara, conosciuta nei panni di Caterina Rispoli della serie *Rocco Schiavone*, spiega di essere sempre di corsa: neo mamma, è appena uscita sul grande e sul piccolo schermo con un film e una *fiction* in cui il rapporto tra attività motoria e benessere psicologico è centrale

Foto di copertina: Ph Riccardo Riande

3 EDITORIALE
Lavoriamo per sport?

7 VARESE, DIAMO I NUMERI
"Milano-Cortina? Il territorio è pronto!"

8 FOCUS - OLIMPIADI
Malpensa, porta olimpica

10 FOCUS - CUCINA
***Chef* 5 anelli**

12 SPORT
Il valore del ciclismo

15 TURISMO
Calamita per turisti

16 NATURA
Macché bellezza in bicicletta!

20 MANAGEMENT&AZIENDA
Fare bene & fatturato

22 MANAGEMENT&AZIENDA
70 anni di lavoro... di squadra

23 FORMAZIONE, ISTRUZIONE, EDUCAZIONE
Il liceo che fa scuola

24 SALUTE
Se fa bene al cuore

25 SALUTE
Vivere e invecchiare con successo

26 FOCUS - SPIRITO
Riprendere il cammino

29 CULTURA
Quando una scrittrice è sportiva

30 MONDO BIMBI
Campioni di... fantasia

33 ANIMALI
Sport da cani

34 UNO SGUARDO AL TERRITORIO
Lo sport al centro

VARESE MESE
MENSILE D'INFORMAZIONE DELLA PROVINCIA DI VARESE E DELL'ALTOMILANESE
FONDATO NEL 1983 DA GIORGIO PICCAIA E MELANIA ROCCA

Registrazione Tribunale di Busto Arsizio
N° 4/83 del 19 aprile 1983
Free Press

Direttore responsabile
Chiara Lucia Milani

Direzione, redazione, amministrazione
Via delle Industrie snc
21040 Gornate Olona (VA)
Tel. 0331.820351 - Fax 0331.1858116
redazione@varesemese.it

www.varesemese.it

Stampa
Bitprint s.r.l.
con sede in Montalto Uffugo Scalo (CS),
Contrada Pantoni - Marinella
iscritta presso la C.C.I.A.A. di Cosenza
al n. REA CS-220552 Registro imprese
P.IVA - 03234910788

Gestione pubblicitaria
Wtv S.r.l.
Via delle Industrie snc
21040 Gornate Olona (VA)
Tel. 0331.820351 - Fax 0331.1858116
redazione@varesemese.it

Segreteria commerciale
commerciale@varesemese.it

Poste Italiane s.p.a.
Spedizione in Abbonamento Postale
70% - LO/VA

EDITORE - WTV S.R.L. Via delle Industrie snc - 21040 Gornate Olona (VA). Registro Imprese Varese n. 03063680122. Numero REA: VA - 318596
C.F. 03063680122 - P.I. 03063680122

Lavoriamo per sport?
Alleniamoci a essere migliori

Risultati raggiunti e traguardi ancora da tagliare sul numero di giugno 2022 della nostra rivista, che analizza il rapporto tra attività motoria e benessere delle persone e del territorio

> Chiara L. Milani - Direttore responsabile

Confezionare un mensile vuol dire guardare avanti. Andare oltre la cronaca quotidiana. Cercare di intercettare in anticipo bisogni e tendenze. Se poi si dirige una testata come la nostra, che **ogni mese** declina un argomento in tutte le sue rubriche, la scommessa è ancora maggiore. Lasciatemi dire - per rendere onore al merito di questo lavoro di squadra - che se siamo ancora qui **dopo oltre due anni di pandemia, guerra e crisi (e a quasi 40 dalla prima pubblicazione)**, qualche intuizione corretta dobbiamo pure averla avuta.

L'importanza di giocare d'anticipo
Ne è un esempio l'edizione che state sfogliando: pensata ben prima che venisse annunciato il tavolo sulle **Olimpiadi** con tanto di ministro, prima degli annunci delle varie novità inerenti gli eventi sportivi sul territorio, prima che la nostra donna di copertina andasse in onda su **RaiUno** come protagonista femminile della *fiction* dedicata al medico famoso per aver promosso i **Giochi paralimpici di Roma nel 1960**.

Donne e disabili: *D Factor* varesotto
A proposito della scelta della nostra *Cover story*, come leggerete, dall'analisi dei numeri del **Varesotto**, proprio lo sport paralimpico e quello femminile rappresentano il valore aggiunto che rende la nostra provincia **prima** per indice di sportività. Una caratteristica che non può che farci piacere, visto che da tempo questi sono temi che stanno a cuore a ***VareseMese***.

Le notizie che fanno bene
Ma non è tutto. Perché, come sempre, a **giugno 2022**, andiamo oltre le notizie che potete trovare su tutte le testate locali. Con i nostri esperti del territorio, non ci fermiamo a raccontare ciò che è successo e ciò che succederà, ma riflettiamo sul valore dello sport **a 360 gradi**. Dunque, valutando il suo impatto su economia e turismo, ma anche su salute e cultura. I risultati che ci interessano, infatti, non sono tanto quelli del campo (di certo importanti, ma che lasciamo ad altri il compito di raccontare giorno per giorno), quanto gli esiti sul benessere delle persone e del sistema locale.

Non critiche, ma proposte
Il tutto per riflettere tutti assieme su quanto è stato fatto e su ciò che si può e si deve ancora fare. E' indubbio, infatti, che **negli ultimi anni** il territorio si sta sforzando di valorizzare sempre più la sua naturale vocazione di "palestra a cielo aperto", ma è altrettanto vero che di lavoro da fare ne rimane parecchio. Per esempio lungo le piste ciclabili, che sono sempre di più, ma spesso meriterebbero più cura. Un aspetto che evidenziamo non per criticare, cosa che sanno fare tutti. Bensì - come nostra abitudine per proporre soluzioni migliorative.
Se vi va, assieme, possiamo allenarci a essere migliori.

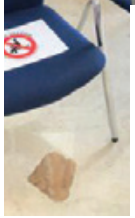
SEGUICI!

Seguici!

Scarica l'APP

Available on the App Store

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA



PS&Q VARESE A SOCIO UNICO
PER LAVORARE IN TUTTA SICUREZZA DA PIÙ DI 20 ANNI!

PS&Q VARESE s.r.l. a socio unico è una realtà del territorio che si occupa da più di 20 anni delle problematiche inerenti la tutela della sicurezza e della salute negli ambienti di lavoro, di prevenzione incendi, di qualità e di ogni altro aspetto attinente l'applicazione delle normative vigenti per tutte le attività lavorative.

Gli adempimenti da porre in essere richiedono infatti una conoscenza approfondita delle singole materie ed un aggiornamento continuo ottenibile con il concorso di diverse competenze che PS&Q VARESE s.r.l. a socio unico è in grado di mettere a disposizione

Il campo di attività si estende dunque dall'attuazione del D.Lgs. 81/2008 in tutti i suoi allegati, alla formazione di tutte le figure aziendali, dalla formazione generale ai lavoratori fino a quella più mirata sull'uso delle attrezzature di lavoro come gru mobili, piattaforme, carrelli elevatori; dalle analisi strumentali; prevenzione incendi, problematiche inerenti la gestione dei rifiuti, all' implementazione dei Sistemi di Qualità, alla normativa GDPR, fino ad oggi con la gestione dei protocolli COVID 19.

Il nostro obiettivo finale è sempre stato quello di poter assistere le imprese clienti fornendo un costante supporto per la risoluzione delle innumerevoli problematiche che sorgono nel quotidiano svolgersi delle opportune professionalità e competenze, essere un punto di riferimento per i nostri clienti!

Un nostro responsabile potrà effettuare su vostra richiesta una visita gratuita presso la vostra sede, al fine di poter conoscere le vostre esigenze e di proporvi adeguati programmi di consulenza tecnica finalizzati al raggiungimento delle soluzioni adeguate alla vostra realtà.

PS&Q VARESE S.R.L.

Via Statuto 41 - 21013
Gallarate (VA)
Tel. 0331 776619
Fax 0331 782955

info@psqvarese.com
www.psqvarese.com

VA(RESE) CHE SPORT!

Il valore aggiunto? Attività femminile e paralimpica

Con l'economista Massimiliano Serati, che fu tra i primi a vedere il territorio come una grande palestra a cielo aperto, la trasmissione *Varese, diamo i numeri* ha analizzato le ragioni del primo posto del Varesotto nel più recente indice di sportività stilato da *Il Sole 24 Ore*

> Chiara Milani
> chiara.milani@varesemese.it

GUARDA LA TRASMISSIONE

Che la **provincia di Varese** sia la **numero 1** per indice di sportività è una notizia che abbiamo letto **qualche mese fa** su ***Il Sole 24 Ore.*** Che cosa però ciò significhi concretamente, è bene cercare di capirlo meglio. Lo facciamo chiedendolo a uno dei primi esperti che, nei cosiddetti "tempi non sospetti", credette nella potenzialità della vocazione sportiva del territorio

Tutto quanto fa *Sport System*

"*Sport System* è l'insieme di tutto ciò che in qualche modo gravita intorno alla pratica sportiva sia nella sua dimensione appunto di benessere fisico e di esercizio fisico, e in questo caso parliamo di quasi

continua

> La crescita dell'economia generata dallo sport è costante e ha portato questo ambito a costituire ormai il 10% dell'intera industria turistica internazionale

1

> Secondo i dati dell'Osservatorio sullo sport system italiano di Banca Ifis, prima della pandemia la spesa per turismo sportivo era pari a 2 miliardi di euro

12

> L'Istituto nazionale ricerche turistiche ha stimato che il 55% dei turisti sportivi, una volta giunti a destinazione, si dedichino anche a escursioni e gite

43%

> Sempre secondo l'Isnart, dei turisti sportivi si conced visite ai centri storici, il 2 attività di benessere e il sh

Estero

> Da 16 anni, cioè dal 2006 l'Unione europea riconosce il contributo significativo dello sport all'economia continentale

16

> Secondo l'UE, le ricadute positive dello sport riguarderebbero 6 settori: crescita, occupazione, salute, sviluppo dei territori, turismo e integrazione sociale

6

> Secondo la European Travel Commission, lo sport genera dai 12 ai 15 milioni di arrivi annui, per un fatturato complessivo attorni agli 800 miliardi di euro

35 milioni di praticanti nel nostro Paese, sia nella sua dimensione di natura economica e qui i dati sono davvero eclatanti, perché parliamo di quasi **75 mila imprese** che operano nel campo dell'organizzazione di eventi piuttosto che della gestione di società sportive, **10 mila** aziende produttrici di attrezzature abbigliamento e strumenti tecnici per lo sport e un volume d'affari che cuba intorno ai **100 miliardi di euro** e quindi pesa sul *Pil* in maniera considerevole, diciamo **più del 3,5 % in Italia**", spiega **Massimiliano Serati**, docente universitario a capo della Ricerca della ***Liuc Business School*** e opinionista della trasmissione ***Varese, diamo i numeri***.

I nostri assi nella manica

Ma quali sono gli assi nella manica del **Varesotto**, per riuscire a scalare fino in cima la classifica delle **province italiane**? "Io non sono molto stupito: molti anni fa, prima ancora che diciamo la grande progressione turistica di Varese partisse, io descrivevo il territorio come un grande impianto sportivo all'aperto, perciò non sono sorpreso dai risultati finora raggiunti", risponde il nostro interlocutore, che prosegue: "L'eccellenza varesina, certificata dal primo posto nella graduatoria de *Il Sole 24 Ore*, è attribuibile a diversi fattori: il territorio si difende bene sia sul piano degli impianti sia su quello del radicamento delle società sportive e quindi esiste un elemento anche di storicità". Ma c'è di più. "La grande *performance* di quest'ultima tornata di valutazioni è legata ai risultati degli atleti varesini, con due aspetti che a me piace sottolineare: da un lato quello dello sport femminile e dall'altro quello dello sport paralimpico", evidenzia lo studioso, incalzando: "Mi piace osservare questi due aspetti perché da questo punto di vista c'è un segnale di forte modernità, attenzione e

"In Italia, sport system da 100 miliardi"

il 27,9%
e anche
2,6% ad
12% allo
opping

28%

> La degustazione di prodotti enogastronomici locali è un'altra attività che piace ad almeno un turista sportivo ogni dieci che visitano un territorio

9,5%

Italia

800

> La crescita dell'economia generata dallo sport è costante e ha portato questo ambito a costituire ormai il 10% dell'intera industria turistica internazionale

10%

"Milano-Cortina? Il territorio è pronto!"

> A cura della redazione
> redazione@varesemese.it

Le stanno aspettando tutti. Stiamo parlando delle **Olimpiadi invernali di Milano-Cortina**, in calendario a **febbraio 2026**, per le quali i motori si scaldano ormai da tempo. Si tratta infatti di un grande evento sportivo, ma non solo. E', in generale, una grande opportunità per chi le ospita, così come per i territori limitrofi, tipo il **Varesotto**.

Una vetrina mondiale
"Sarà un evento che porterà in **Lombardia** un'enorme quantità di turisti, che hanno ovviamente una predilezione per la pratica sportiva o comunque per assistere a eventi di questo tipo", ricorda infatti **Massimiliano Serati**, docente di Politica Economica alla **Liuc Università Cattaneo di Castellanza**, che prosegue: "Quindi, anche chi non fosse direttamente coinvolto nel turismo invernale, ma ha buone carte da giocare come vocazione turistica, tipo la **provincia di Varese**, avrà un'enorme vetrina da utilizzare".

Il parere dell'esperto
Ma il territorio sarà pronto a sfruttarla? L'esperto non pare avere dubbi a riguardo: "Assolutamente sì", risponde convinto. Non resta dunque che giocarci questa importante partita. Più che mai in questo caso, come ricorda lo spirito dei giochi olimpici, l'importante è partecipare.

Massimiliano Serati, docente di Economia politica alla Liuc-Università Cattaneo

sensibilità sul territorio nella crescita degli sportivi".

Una provincia su due ruote

C'è poi un altro valore aggiunto da considerare. Perché la possibilità di praticare sport oggi è sempre più una leva di promozione turistica. Lo sa bene la nostra provincia, che da anni investe su questo settore con molteplici iniziative, tra cui *#varesedoyoubike*, presentata anche all'ultima ***BIT, la Borsa internazionale del turismo***. "Le iniziative negli **ultimi dieci anni** per promuovere il turismo sportivo a Varese sono state numerose e in buona parte raccolte sotto il cappello della ***Varese Sport Commission***, che diciamo è una proposta di governance complessiva portata avanti dalla **Camera di Commercio**", racconta il professore: "Per quanto riguarda poi nelle specifico i ciclisti, i numeri che hanno garantito questa forte attrattività sono importanti. Parliamo infatti di **500 km** di percorsi sul territorio, dei quali circa **un quinto certificati**, con un'ampia varietà. Possiamo infatti contare su **15 guide dedicate**, come pure punti di ristoro e di supporto tecnico a chi si avventura per il territorio in bicicletta".

Gradimento in crescita

Tutti numeri che certificano il grande sforzo che il territorio ha fatto per rendersi attrattivo, con un riscontro da parte della domanda, quindi della fruizione turistica, che ogni anno viene confermato in crescita dai dati analizzati dall'ente camerale di piazza **Monte Grappa**. Oggi, insomma, possiamo tutti gli effetti definirci una provincia dello sport.

MALPENSA, PORTA OLIMPICA

Come far decollare il Varesotto

Il progetto *Varese Sport Commission* scalda i motori in vista dei Giochi invernali 2026

> A cura della redazione
> redazione@varesemese.it

Una cosa è certa: nella stragrande maggioranza dei casi, atterreranno qui. In quell'aeroporto di **Malpensa** che porta il nome di **Milano**, ma di fatto si trova nel **Basso Varesotto**. Come sfruttare questa posizione strategica del territorio, giocandosi al meglio le carte che ne fanno una "palestra a cielo aperto", è la sfida da vincere in occasione delle **Olimpiadi invernali 2026**.

Stakeholder all'appello

Per capire come farlo al meglio e iniziare a catalizzare l'attenzione mediatica anche sulla **provincia di Varese** - che confina con quella del capoluogo di regione, che ospiterà l'evento assieme a **Cortina** - il progetto camerale ***Varese Sport Commission*** si è già messo in moto. Così, il mese scorso, l'elegante cornice di Ville Ponti ha ospitato un vertice ad *hoc* del **Tavolo Competitività, Lavoro e Sviluppo della provincia di Varese**, organismo promosso da **Camera di Commercio** per condividere col mondo delle altre istituzioni e delle associazioni di categoria conoscenze, fenomeni emergenti e problemi da affrontare, così da proporre percorsi e progetti orientati allo sviluppo.

Dammi 3 parole

L'opportunità da cogliere per l'economia varesina si sintetizza in tre parole: "Turismo, sport e olimpiadi", come scandito dal presidente camerale, **Fabio Lunghi**, che ha ricordato: "Subito dopo ***Expo 2015***, avviammo il progetto *Varese Sport Commission* per sviluppare e consolidare ulteriormente il binomio sport-turismo quale rilevante *driver* economico per il nostro territorio".

Vip a Varese

Oggi, dopo anni più che mai sfidanti, la partita da portare a casa vale ancora di più. Di qui la partecipazione degli *stakeholder* del territorio, ma anche l'invito rivolto al ministro del Turismo **Massimo Garavaglia**, al presidente lombardo **Attilio Fontana**, all'amministratore delegato della **Fondazione Milano-Cortina 2026** **Vincenzo Novari** e al presidente del **CONI regionale Marco Riva**.

Un premio per t(r)e!

Nell'occasione, sono stati anche annunciati i vincitori della **prima edizione** di ***Varese SportTourism Award***, un riconoscimento che, nelle intenzioni camerali, vuole assumere un rilievo nazionale e che verrà attribuito a chi, nel suo ruolo e in ragione delle proprie competenze e del suo prestigio, offre un contributo concreto alla crescita del turismo sportivo. Ad aggiudicarsi il premio sono stati **Roberto Ghiretti**, ex dirigente del *volley*, che ha messo a disposizione le sue capacità per l'organizzazione di eventi ai più alti livelli, promuovendo lo sport quale driver strategico anche per percorsi di responsabilità sociale d'impresa e contribuendo al lancio della stessa *Varese Sport Commission*; l'**Australian Institute of Sport - European Training Centre**, agenzia governativa per il sostegno e la promozione dello sport australiano, che ha scelto il nostro territorio per il suo centro direzionale europeo, a **Gavirate**, dove è costante il flusso di atleti, accompagnatori e

Il tavolo su Turismo, sport e Olimpiadi promosso a Ville Ponti dal progetto Varese Sport Commission

GUARDA LA GALLERY

tecnici delle diverse discipline; **Manuela Di Centa**, pluripremiata campionessa olimpica nello sci di fondo che, dopo aver spesso scelto le piste varesine quale palestra d'allenamento, ha saputo avviarsi a una carriera dirigenziale ad alto profilo, strategica per la diffusione di quella *Outdoor Education* che è elemento fondamentale per la creazione di una cultura della sostenibilità a **360 gradi**.

Campionessa di vita

Infine, ma non ultimo, tra gli *speaker*, anche una rappresentante dello sport femminile e paralimpico, che ha permesso alla provincia di Varese di risultare **prima** nella più recente classifica dell'Indice di sportività elaborato da ***Il Sole 24Ore***: **Martina Rabbolini**, nuotatrice non vedente, chiamata dallo stesso presidente Lunghi, che l'aveva incontrata pochi giorni prima come vincitrice nella categoria Crescita personale della cerimonia italiana del ***Premio TOYP (The outstanding young person)*** promosso a **Busto Arsizio** dalla **sezione nazionale di JCI** *(Junior Chamber International)* con la collaborazione del **Gruppo provinciale di giovani di Confcommercio** e dal **Lions Club Busto Arsizio Host**. Una testimonianza appassionata, quella dell'atleta, sul valore dello sport. Non soltanto in termini economici.

> Il presidente della Camera di Commercio varesina, Fabio Lunghi, con la nuotatrice paralimpica Martina Rabbolini

CHEF 5 ANELLI

Tra i fornelli di Casa Italia

In vista delle Olimpiadi invernali 2026, il critico enogastronomico Jacopo Fontaneto ci fa conoscere Graziano Prest, di Cortina, che ha nutrito i nostri campioni a Tokyo 2020 e Pechino 2022, rivelandoci che prepara dei tortelli da medaglia d'oro

> Jacopo Fontaneto *> redazione@varesemese.it*

A sinistra, lo chef Graziano Prest a Casa Italia
Sopra, nel tondino, Jacopo Fontaneto

I tortelli dell'**Alpago** con crudo di gamberi alla brace e brodo di peperoni fermentati sono stati il mio "miglior piatto" dell'anno. Li ha preparati **Graziano Prest lo scorso settembre**, al ***Queen of Taste*** di **Cortina d'Ampezzo** (geniale appuntamento annuale, l'**edizione 2022** sarà il **10 e 11 settembre**) e, attento a non dare nell'occhio, ne ho mangiate **sei porzion**i. Era uno *showcooking* e tutta la discrezione del mondo non potè impedire allo *chef* (era lì) di accorgersene: diventammo amici e mi raccontò di lui, della sua anima olimpica che lo ha portato a cucinare in occasione delle sfide a cinque cerchi in mezzo mondo, anima del team che ha conquistato gli ospiti di **Casa Italia** anche in occasione dell'appuntamento ravvicinato di **Tokyo 2020** e **Pechino 2022**. L'avventura di sovrintendere i fornelli di Casa Italia è condivisa con un altro *chef* di Cortina, **Fabio Pompanin (Al Camin)**.

Un veneto generoso in cucina

Prest è un veneto generoso con un cuore grande così, che trasmette nei piatti e ha costruito il successo del ***Tivoli***, il suo ristorante che è una certezza **ventennale**.

Un piatto di pasta non si nega a nessuno

E le olimpiadi? Non ho approfondito, ma credo che le sei porzioni di pasta ripiena siano bandite dalla dieta degli atleti anche perché, come assicura Prest, c'è davvero molta preparazione e attenzione all'alimentazione di chi è chiamato a fare le gare. In ogni caso, specie in Paesi dove la cultura alimentare è molto diversa da quella italiana, Graziano rappresenta un'ancora di salvezza per la nostalgia (gastronomica) di casa: insomma, un piatto di pastasciutta non lo si nega a nessuno.

Il sapore del *marketing* territoriale

Tornando seri, ciò che fa Graziano a Casa Italia, insieme al suo *team*, è una fantastica opera di *marketing territoriale* con poche parole e tanta sostanza: quella dei sapori tricolore cucinati con una mano impareggiabile. A **Tokyo** (*"Che emozione la vittoria di Jacobs ai 100 metri e poi ancora nella staffetta! A Casa Italia ci fu un boato corale!"*) ha cucinato persino i canederli ampezzani, gli stessi che preparò anche in **Corea**. E lì ci sono anche i numeri: **5mila**, insieme a **6mila** casunziei di rape rosse, **50 kg** di fagioli di ***Lamon***, baccalà alla vicentina, radicchio di **Treviso**, pastin bellunese, gnocchi di zucca con ricotta del Cansiglio e a una quantità indefinita di speck. Oltre a **1.300 kg** di pasta, **3mila** bottiglie di vino, **800** bottiglie di spumante, **800 kg** di Parmigiano, **14mila** cialde di caffè.

Quando la vittoria è servita

Una cucina, quella di Prest a Cortina, che ha reso entusiasta anche il collega critico gastronomico **Marco Colognese**, profondo conoscitore delle cucine di **tutta Italia** e veneto d'origine: "Anima tra le tante anime dello *Chef Team* Cortina, si muove con grande abilità senza perdere colpi tra eventi come i recentissimi **Mondiali di sci alpino** e i suoi locali, lo ***Chalet Tofane*** ai piedi delle piste, la ***Bottega*** in centro e quel piccolo gioiello che è il **Tivoli**. Tappa sicura **da anni**, il locale tutto legno e intimità che conduce con a fianco la moglie, il Tivoli offre una cucina ecumenica, che insieme a grandi piatti di montagna come uno squisito cervo in *tataki* e *tartare* può far arrivare in tavola un perfetto crudo di pesce. Pesce che si ritrova in abbondanza con il tocco sapido del caviale negli ottimi spaghetti serviti appena tiepidi, per poi passare a dei gustosi ravioli del plin con ripieno di coniglio e zabaione salato. Che dire poi di una trippa di quelle di una volta, autentiche e non sbiancate, di una golosa morbidezza? E non si sbaglia anche con il piccione, rigorosamente servito accompagnato da una scaloppa di *foie gras*".

Un progetto in continua evoluzione

Due parole d'obbligo su Casa Italia, che nacque come *Hospitality House* ai **Giochi Olimpici** di ***Los Angeles*** **1984**: una lunga storia per un progetto in continua evoluzione. **Oggi** Casa Italia è molto di più: un *brand* riconosciuto, associato alle eccellenze del *Made in Italy* e un vero e proprio *format* dinamico e flessibile.

Giocando in casa

Prossimi appuntamenti a **Parigi, Cortina e *Los Angeles***: ma prima c'è il ***Queen of Taste 2022*, a settembre**. E qui si torna a giocare in casa, sicuramente con una nuova riedizione del tortello (da medaglia d'oro).

IL VALORE DEL CICLISMO

> Luigi Cazzola
> redazione@varesemese.it

Dal mercato delle bici a quello dell'abbigliamento, fino al turismo: il ciclismo non ha valore soltanto come passione, visto che ha assunto una certa valenza anche per quanto riguarda l'incidenza sull'economia italiana. A spiegare quanto sia prezioso in particolare per il Varesotto è il nostro esperto, Luigi Cazzola

C'è il valore sportivo, ma non solo. Per esempio, le biciclette da corsa, anche le più sofisticate, non sono più appannaggio soltanto dei campioni, ma sono appetite dai cosiddetti "amatori". Alcuni di questi ultimi, durante la settimana, circolano con vecchie utilitarie e poi la domenica pedalano su splendide 2 ruote, facendo confluire su questi gioielli tutti i loro risparmi. C'è poi l'abbigliamento più appropriato, con una molteplice varietà di indumenti, come maglie, pantaloncini, guantini, cappellini, caschi, sottocaschi, scaldacolli, occhiali, calze e scarpe. Così, il mercato dei prodotti ufficiali delle squadre ciclistiche, è segnalato in ascesa. Mentre, un tempo, le ditte che si occupavano di indumenti di ciclismo, si limitavano a preparare le divise delle squadre ciclistiche, oggi invece vengono venduti molti capi ai cosiddetti amatori e ai numerosi collezionisti.

Come tirare la volata al turismo

Il ciclismo inoltre è un veicolo importante anche per quanto riguarda il turismo. Si è erroneamente tentati di pensare che sia uno sport prettamente televisivo, vista la difficoltà di potere vedere di persona la gara nella sua interezza. Tuttavia, l'appassionato si nutre delle immagini

"Anche il mercato dei prodotti ufficiali delle squadre ciclistiche è segnalato in ascesa"

dal vivo, staziona per ore ai bordi delle strade, vuole vedere i propri beniamini da vicino e condividere con loro la fatica: per questo si tratta di un viaggiatore e contribuisce a incrementare l'afflusso turistico. Dove c'è una corsa importante, i bar sono pieni: pullulano di gente i ristoranti, sono sempre esauriti i posti in albergo.

Tra *amarcord...*

Il ciclismo tira la volata anche all'economia del territorio della **provincia di Varese**. Ciò è dovuto al fatto che, sul territorio, da tempo si svolgono importanti gare ciclistiche anche di richiamo internazionale. Tutti abbiamo ancora negli occhi le magiche giornate del mitico **Mondiale di ciclismo su strada di Varese 2008**, così come la festosa invasione della **Città Giardino** da parte degli "amatori" durante i mondiali di **Gran Fondo del 2018**.

...e attualità

Ancora oggi, comunque, sulle strade del **Varesotto** si svolgono importanti manifestazioni ciclistiche. Per quanto riguarda il ciclismo femminile, il **Trofeo Alfredo Binda**, che si disputa **a Cittiglio alla fine di marzo di ogni anno** ed è organizzato dalla ***Cycling Sport Promotion***, è ormai diventato una classica di livello internazionale. Per quanto concerne il ciclismo professionistico maschile spicca la **Tre Valli Varesine**, organizzata dalla **Società Ciclistica Alfredo Binda**, e giunta alla **101esima edizione**, che si disputerà il **4 ottobre** e sarà preceduta **nello stesso giorno dalla seconda edizione della Tre Valli Varesine donne**.

Maglia tricolore lungo le strade del Varesotto

Infine, ma non ultimo, le strade del Varesotto assegneranno anche una prestigiosa maglia tricolore, visto che il **25 giugno** si disputerà a **Carnago** il campionato italiano uomini ***Under 23***, organizzato dalla **Società Ciclistica Carnaghese**. Quest'ultima è anche la promotrice di una corsa internazionale uomini *juniores*, in programma a **Solbiate Arno il 5 giugno**.

La partenza dei mondiali di Gran Fondo del 2018 a Varese (Foto Benati)

Laghetto Fonteviva

Griglieria e birreria nel bosco.
Ristorante e pizzeria anche all'aperto.

Prenota il tuo tavolo: T. 0332 840 130

info@laghettofonteviva.it • www.laghettofonteviva.it

Calamita per turisti

Trend emergenti... coi muscoli

Escursioni e gite, ma anche visite ai nuclei storici, centri benessere, shopping e degustazione di prodotti enogastronomici locali sono le attività prevalenti di chi viaggia per sport. L'analisi di Niccolò Comerio, ricercatore della *Liuc Business School*

> *Niccolò Comerio*
> *redazione@varesemese.it*

Con il termine "turismo sportivo" si è soliti riferirsi a **due grandi fenomeni sociali** che, combinandosi tra loro, hanno portato alla nascita di un segmento di mercato con delle caratteristiche uniche.

Le due anime dei turisti sportivi

I turisti sportivi, infatti, possiedono diverse anime, talvolta conviventi. Da un lato vi sono i turisti "attivi", che organizzano un viaggio per poter praticare attivamente uno o più sport durante il proprio soggiorno. C'è chi, ad esempio, parte per correre una maratona, o chi, amante della natura, preferisce immergersi nel verde in sella alla propria bicicletta. Dall'altro si collocano, invece, i turisti "passivi", che sono soliti recarsi in determinati luoghi per assistere a eventi o manifestazioni, seguendo da tifosi la propria squadra o il proprio atleta preferito. Si aprono così **infinite** possibilità di viaggio durante tutto l'arco dell'anno, con **decine di destinazioni e di eventi** sparsi in tutto il mondo.

Le ricadute positive

Ecco, quindi, che tale tipologia di turismo rappresenta una grande opportunità per tutte le eccellenze territoriali che vogliono promuoversi attraverso lo sport e le attività all'aria aperta. Anche l'**Unione Europea** riconosce dal **2006** il contributo significativo dello sport all'economia continentale, non soltanto come motore di crescita e occupazione, ma anche per le ricadute positive sulla salute dei cittadini, sullo sviluppo dei territori, sul turismo e sull'integrazione sociale.

L'effetto pandemia

Come è ovvio, il *Covid-19* non ha risparmiato nemmeno il turismo sportivo. I dati dell'***Osservatorio sullo Sport System*** *Italiano* di **Banca Ifis** quantificano in **oltre 10 miliardi di euro** i mancati ricavi del settore nel **biennio di pandemia**: nel **2020** la spesa per il turismo sportivo **in Italia** si è ridotta del **74% rispetto all'anno precedente**, scendendo a **2 miliardi**, mentre le presenze legate agli eventi sportivi si sono ridotte del **76%**. Nel **2021** si è assistito a un miglioramento, sebbene i numeri pre-Covid siano ancora molto distanti.

"I visitatori sportivi possono essere attivi o passivi"

Volano per la crescita economica

Sia l'attività fisica praticata in prima persona sia quella vissuta come spettatore, sono in grado di generare importanti flussi turistici nel corso di **un intero anno**, fornendo un importante contributo allo sviluppo economico territoriale. Inoltre, le attività sportive si combinano agevolmente anche ad altre tipologie di prodotti, trainando il settore nella sua interezza.

Godendosi l'*Italian lifestyle*

Secondo i più recenti dati a disposizione e contenuti all'interno di uno studio pubblicato dall'**Istituto Nazionale Ricerche Turistiche (Isnart)**, emerge come le attività prevalenti dei turisti sportivi, una volta giunti a destinazione, siano sì escursioni e gite **(43,5%)**, ma anche visite ai centri storici **(27,9%)**, attività di benessere presso appositi centri **(12,6%)**, *shopping* **(12,2%)**, degustazione di prodotti enogastronomici locali **(9,5%)**. Per i turisti stranieri, inoltre, questa tipologia di viaggi rappresenta l'occasione ideale per immergersi appieno dell'*Italian Lifestyle*, alla ricerca di luoghi dove poter riposare o godere delle bellezze del nostro Paese.

Nicchie da valorizzare

Allo stesso tempo, però, alcuni dei *trend* emergenti del settore mostrano un'attenzione crescente verso il rapporto uomo-natura, con numerosi viaggiatori interessati a forme di turismo più lento (*slow tourism*), *open-air* e all'insegna della sostenibilità. Si tratta di scenari che per alcune nicchie del turismo sportivo costituiscono grandi opportunità di crescita, come nel caso del cicloturismo, del *trekking*, dello sci e sino agli sport acquatici.

MACCHÉ BELLEZZA IN BICICLETTA!

> Marco D. Introini
> redazione@varesemese.it

Il gallaratese Marco Introini, nostro opinionista del pollice verde e appassionato di escursioni su due ruote, punta l'indice contro lo stato di molti tracciati e caldeggia una progettazione delle essenze lungo le ciclovie del territorio, in un'ottica paesaggistica di qualità

Quando si dice che non tutto il male viene per nuocere: fra i cambiamenti positivi, rimasti dal lungo periodo di *lockdown*, c'è di sicuro la maggior fruizione dei sentieri e delle piste ciclabili. Abbiamo infatti scoperto che, anche a pochi passi da casa, ci si può immergere nel verde e respirare a pieni polmoni, facendo lunghe passeggiate o delle belle sgambate fuori porta.

Quei bastoni tra le ruote

Una cosa che, però, penso non sia sfuggita agli occhi dei buoni osservatori, è la scarsa cura con cui vengono tenuti diversi sentieri e piste. Chiaramente è ben più piacevole frequentare posti puliti e ben curati, piuttosto che in stato di degrado, ma ciò purtroppo troppo spesso sul nostro territorio non avviene.

Mea culpa

La prima cosa su cui riflettere è che siamo noi stessi gli artefici del nostro benessere, poiché se durante le nostre uscite evitiamo di sporcare o abbandonare rifiuti, così come di esagerare col rumore, di sicuro l'ecosistema ci ringrazia.

SOS manutenzione

La seconda è poi capire che una corretta manutenzione dei tracciati è indispensabile, ma questo chiaramente non compete al cittadino.

Quella "sottile" linea di confine

La **provincia di Varese** ha una rete di ciclabili di tutto rispetto, che di certo di recente è stata valorizzata rispetto al passato, ma che nel suo complesso meriterebbe più cura del verde. Basta frequentare, per esempio, la **pista ciclabile della Valle Olona**, per accorgersi che la linea di confine fra le manutenzioni eccellenti, e quelle meno che mediocri (per non dire nulle) è scandito dai cartelli di inizio e fine Comune. Alcuni di essi fanno sfalci periodici frequenti ed altri ne fanno pochi all'anno, soltanto quando ormai la situazione è fuori controllo.

Se a pagare il prezzo è l'ambiente

Da questo punto di vista una buona ed efficace pianificazione delle risorse potrebbe essere risolutiva, come potrebbe esserlo anche un ricorso ad una meccanizzazione più spinta, nei punti ove ciò è possibile, giusto per tenere un buon equilibrio dei costi. A tal proposito, cerchiamo di non cadere nel falso ecologismo di facciata, secondo cui tagliando erba delle ciclovie si rovinano gli ecosistemi: questi ultimi, infatti, si rovinano in ben altro modo. Per esempio girando con *jeep* da **35 quintali** sui sentieri boschivi, cosa che mi è capitato spesso di vedere a cura di soggetti autorizzati a farlo per fini peraltro nobili, ma a spese dell'ambiente.

Progettazione da ripensare

Un altro aspetto di cui tenere conto è poi legato alla progettazione delle ciclovie, ai tracciati, agli ostacoli sui percorsi e soprattutto alle essenze che si potrebbero piantumare ai lati, in modo da offrire una migliore esperienza agli utenti: ovvero, non solo arbusti da foglia, ma anche da fiore, cercando di privilegiare alcune vedute, in un'ottica paesaggistica di qualità. Quante volte, infatti, sarà capitato anche a voi di vedere uno scorcio pregevole invaso da rovi o vegetazione spontanea?

Quando l'erba del vicino è davvero più verde

Basta fare qualche confronto con le **ciclovie del Garda, o del Ponente Ligure**, per rendersi conto della differenza, ma di sicuro ognuno di noi ha un metro di confronto.

Un territorio da valorizzare

Prima o poi tutti abbiamo passeggiato su un bel sentiero apprezzandone le peculiarità. Affinché ciò avvenga, però, non basta attrezzare un percorso: bisogna curarne assiduamente la manutenzione! Viviamo in una bella provincia, facciamo almeno lo sforzo di valorizzarla ogni giorno.

A sinistra, Cicloamatori nel verde; a destra, ciclista al Monte Baldo (Ph Marco Introini)

SUL TAPIS ROULANT

GUARDA
VARESE IN ROSA

Claudio Vismara
(Ph Riccardo Riande)

> Chiara Milani > chiara.milani@varesemese.it

> *Una foto di scena di A muso duro*

L'attrice Claudia Vismara, conosciuta nei panni di Caterina Rispoli della serie *Rocco Schiavone*, spiega di essere sempre di corsa: neo mamma, é appena uscita sul grande e sul piccolo schermo con un film e una *fiction* in cui il rapporto tra attività motoria e benessere psicologico é centrale

Sul *tapis roulant*, quello della palestra, **Claudia Vismara** confessa di esserci andata **una volta sola**: "Sono durata credo 5 minuti, poi sono dovuta scendere, perché guardare il muro mi stava facendo diventare pazza", confessa sorridendo l'attrice, originaria di **Bollate, nell'Alto Milanese**. In compenso, metaforicamente parlando, a correre sul *tapis roulant* passa - come molti - la vita: "Corro tutti i giorni della mia vita in un modo molto stressante. Corro fin troppo, soprattutto in questo periodo di grande lavoro". A rendere il percorso a ostacoli, poi, c'è la splendida novità della maternità: "Con una bambina è ancora tutto più complicato da gestire, quindi di sudate ne faccio parecchie", assicura.

La sorella di Claudia Gerini

Proprio ***Tapirulàn*** s'intitola il film d'esordio alla regia della collega **Claudia Gerini**, uscito a **maggio** sul grande schermo, di cui Claudia Vismara interpreta la sorella della protagonista, che offre consulenze correndo sul *tapis roulant*.

La moglie di Maglio

Mentre, sempre **il mese scorso**, l'abbiamo vista impegnata nei panni della moglie del protagonista nella *fiction* di **RaiUno *A muso duro***, dedicata al dottor **Antonio Maglio**, medico e attivista italiano, celebre per aver promosso i **I Giochi Paralimpici** tenutisi a **Roma** nel **1960**. Un grande uomo impersonato da **Flavio Insinna**. "É stata un'altra esperienza bellissima, perché é proprio una storia molto toccante e quindi anche per noi interpreti é stata un'esperienza forte sapere di stare interpretando personaggi che hanno qualche modo fatto la storia, soprattutto Maglio chiaramente: persone che hanno cambiato radicalmente la nostra società su un tema così delicato come la disabilità", commenta l'attrice, proseguendo: "È una storia molto emozionante e quindi è stato un film molto delicato per tutti noi, che ci sentivamo la responsabilità di quello che stavamo raccontando".

La cattiva della storia

Nella vita di corsa di Claudia Vismara ci sono poi una novità internazionale e una conferma che farà felici molti telespettatori. La prima é il debutto nei panni della cattiva in una produzione olandese: "Ho appena finito le riprese di un altro film che chiude la serie che si chiama ***Clem*** e mi ha dato grandissima soddisfazione essere per la prima volta l'antagonista della storia: tra una donna di potere che si vede sottratta la sua eredità e quindi alla fine arriva a fare minacce anche in modo un po' grottesco", spiega infatti la nostra intervistata.

L'unica donna di Rocco Schiavone

Un'attrice dai tanti volti, tra cui forse il più famoso é quello di **Caterina Rispoli,** confidente, amante e traditrice, unica donna nella squadra dell'ispettore **Rocco Schiavone**, "uno dei personaggi che ho amato di più in assoluto", rivela la nostra donna di copertina, conclude: "Girare i nuovi episodi é stato proprio come tornare a casa: é il quinto anno che lavoriamo assieme quindi siamo proprio una squadra in tutti i sensi".

"Corro tutti i giorni della mia vita"

FARE BENE & FATTURATO

> Chiara Milani > chiara.milani@varesemese.it

La voce del Milan, Germano Lanzoni, a Busto Arsizio per *Think to - Donna Avventura*, cambia la regola della *doppia F* che lo ha reso famoso come volto dell'Imbruttito

Sopra, Germano Lanzoni riceve l'omaggio del Milan Club di Busto Arsizio. Sotto l'attore con Matteo Toia

GUARDA LA GALLERY

70 anni di lavoro ...di squadra

> A cura della redazione
> redazione@varesemese.it

Emozione e commozione, ma anche tanto divertimento a Volandia in occasione del **70esimo anniversario** di **Aviometal Spa**, grazie alla *verve* di **Germano Lanzoni**, attore, comico e storico *speaker* del **Milan**, squadra del cuore della **famiglia Monti**, citata come esempio di *team* vincente anche da **Federico Monti** nel suo saluto finale: "In questo giorno di festa, vorrei che tutti i presenti brindassero alla nostra azienda e alla sua storia passata, sapendo che il futuro è ancora tutto da scrivere e che io sono qui per scriverlo insieme a tutte le persone del team che avranno la voglia di seguirmi e di affiancarmi in questo percorso".

In *team* col territorio
Proprio lo sport è stato un altro grande protagonista della serata: non soltanto quello delle grandi squadre, ma anche delle società minori, attivissime in provincia e sostenute da Aviometal: la **pallamano femminile di Cassano Magnano, la *Skate Inline* di Cardano al Campo e il *Team* di motocross *SDM Racing***.

Il traguardo da tagliare
Del resto, Aviometal è una realtà che conta oggi su un *team* di **54 dipendenti** e ha **2 sedi**, quella principale ad **Arsago Seprio**, con **12 mila metri quadrati di magazzino**, e una distaccata a **Mornago**. Grazie al lavoro di squadra, la Spa conta un fatturato (realizzato per la quasi totalità sul mercato interno italiano) in crescita: dai **42 milioni di euro** dello scorso anno, si punta a superare i **50 milioni**.

Una storia con le ali
Immancabile il taglio della torta dei **70 anni** e i festeggiamenti fino a tarda sera in una cornice, Volandia, che sembra fatta apposta per sottolineare quanta aeronautica c'è nel Dna dell'azienda, ma anche di tutti quelli che abitano questo territorio.

Molti lo conoscono come volto del **Milanese Imbruttito**. Ma per i tifosi rossoneri è soprattutto la voce del **Diavolo**. Così, quando **Germano Lanzoni** è tornato a **Busto Arsizio** in occasione del **quarto *Think to***, il **Milan Club locale** non ha voluto far mancare un suo pensiero sul palco del **Teatro Fratello Sole**. Dove, peraltro, l'attore era presente per supportare ancora una volta una "causa santa", come ha ricordato il prete *youtuber* **don Alberto Ravagnani**.

L'impresa è donna
Per l'occasione, Lanzoni ha infatti cambiato *la regola della doppia F* che lo ha reso famoso come Imbruttito, accompagnando al Fatturato il Fare (del) bene. In due modi: presentando ancora una volta un evento benefico a favore di **Aguav, l'Associazione dei genitori degli utenti di audiovestibologia di Varese**, e contribuendo a dare visibilità a storie di successo imprenditoriale al femminile. Non a caso, l'evento - promosso come sempre dall'agenzia del co-conduttore **Matteo Toia** - è stato dedicato a **Donna Avventura**. Oltre a **Eliana Cristofari**, direttrice dell'**Audiovestibologia di Varese**, che ha raccontato l'impresa di curare, si sono alternate sul palco **Fania Alermanno**, *co-founder*, responsabile scientifica **HBE**, *team manager* dello stesso Lanzoni; **Raffaella Gornati**, *general manager* di **Marzia Clinic**; **Federica Usberti**, *trade marketing & commercial excellence manager* di ***Heineken Italia***; **Paola Martinenghi**, *chief & co-founder* de ***Il Ferrivendolo***; **Giulia Piombini**, *revenue development manager* di ***Barry's bootcamp***; **Camilla Buttà**, *sustainability communication manager* di ***Vector SPA Trasporti internazionali*** e **Catalina Curceanu**, primo ricercatore dell'**Istituto nazionale di Fisica nucleare** laboratori di **Frascati**.

Pensa a... gli altri!
Il tutto per capire come le esperienze femminili possano arricchire la vita delle imprese e delle persone presenti. Una platea numerosa, ma non proprio generosa. Intendiamoci: un bel sostegno ad *Aguav* a fine evento non è mancato, ma grazie alla donazione degli organizzatori e dei loro *partner*, più che del pubblico. *Think to* significa Pensa a: in questa rubrica dedicata a *Management e azienda* ci sentiamo di scrivere che, come insegnano con il loro esempio Lanzoni e Toia, oltre alle Donne Avventura, oggi più che mai bisognerebbe tutti pensare a fare (del) bene, oltre che al fatturato.

Ferrovia retica

www.rhb.ch

Il Trenino rosso

Molto più di un semplice treno

Informazioni e prenotazioni
Ferrovia retica, Railservice, Tel +41 (0)81 288 65 65, railservice@rhb.ch

IL LICEO CHE FA SCUOLA

GUARDA L'INTERVISTA

L'ex studente Matteo Gabbia, difensore del Milan, fresco di scudetto

L'istituto Pantani compie 18 anni

La scuola secondaria dello sport di via Varzi a Busto Arsizio diventa maggiorenne e festeggia i successi dei suoi ex alunni eccellenti

> A cura della redazione *> redazione@varesemese.it*

"Allora c'era il mito di Pantani e sappiamo benissimo come sono andate le cose. Quindi, ci siamo messi dalla parte di chi faceva sport": i fratelli **Cinzia e Mauro Ghisellini** ricordano così la nascita dell'istituto intitolato al *Pirata* del ciclismo italiano. Un istituto pionieristico in **Italia**, che **quest'anno** diventa maggiorenne. Ormai da **18 anni**, infatti, l'***Acof (Associazione culturale Olga Fiorini)*** ha dato vita al **liceo sportivo** che ha sede in **via Varzi a Busto Arsizio**. L'intuizione è stata semplice, quanto all'avanguardia.

Fatica doppia

"I ragazzi che praticano sport fanno fatica doppia, quindi noi volevamo creare qualche cosa che potesse aiutarli", prosegue la nostra interlocutrice, che attualmente è anche presidente dell'***Assb (Associazione società sportive bustesi)*** e *past president* del ***Panathlon Club La Malpensa***: "Abbiamo visto tantissime situazioni in cui la scuola avrebbe potuto aiutare e così abbiamo voluto creare qualcosa che potesse essere veramente cardine, punto di riferimento per gli sportivi e non solo". Di qui, le sinergie anche con la famiglia Pantani.

Un progetto all'avanguardia

"Mio fratello Mauro, che ha ricevuto anche importanti riconoscimenti dal ministero per questo progetto, può confermare quanto questa grandissima esperienza sia diventata l'esempio di una serie di iniziative sul territorio, che hanno clonato la nostra idea. Il che, per noi, è motivo di grande orgoglio", conclude Ghisellini.

Alunni d'oro

Tra le soddisfazioni più recenti, lo scudetto dell'ex studente **Matteo Gabbia, 22enne di Fagnano Olona oggi difensore del *Milan***, che si è diplomato nel **2018**, crescendo nella stessa classe di **Nicolò Martinenghi**, il nuotatore di **Azzate** che **la scorsa estate** ha conquistato **due medaglie olimpiche** a **Tokyo**.

> Fabio Angeli > redazione@varesemese.it

SE FA BENE AL CUORE

Come promuovere la salute

I consigli di Fabio Angeli, docente di Malattie dell'Apparato Cardiovascolare dell'Università degli Studi dell'Insubria di Varese e direttore della Medicina Generale e della Cardiologia Riabilitativa dell'Istituto Maugeri di Tradate

Le malattie cardiovascolari (ictus, scompenso cardiaco, infarto del miocardio) sono, purtroppo, ancora **la prima causa di morte in Italia**.Tali patologie, infatti, sono responsabili di circa il **35% di tutti i decessi** registrati nel **nostro Paese**.
Sono causate sia da fattori di rischio non modificabili (età, sesso e familiarità) e sia da altri su cui, invece, si può e si deve agire: come l'ipertensione arteriosa, il diabete, la dislipidemia e l'obesità. Tra le varie misure preventive che agiscono positivamente su questi fattori di rischio e che riducono la probabilità di avere una complicanza cardiovascolare, l'attività fisica riveste un ruolo fondamentale.

Mezz'ora al giorno toglie il medico di torno

L'esercizio fisico regolare (per **almeno 30 minuti al giorno**) riduce i livelli di pressione arteriosa, di colesterolo e di glicemia nel sangue e previene l'obesità. Gli effetti dell'attività fisica si esplicano anche in modo diretto sul nostro cuore, aumentandone la contrattilità e performance. Importantissimo è, infatti, il ruolo dello sport nel preservare la normale struttura delle pareti del cuore, evitando che diventino "rigide" e poco elastiche. L'attività sportiva migliora anche la capacità di trasportare ossigeno ai nostri organi e permette di mantenere giovane il nostro organismo. Gli effetti positivi, poi, non conoscono tempo e si esplicano in tutte le fasce di età.

Training riabilitativo

Il *training* a livello corporeo viene anche utilizzato per migliorare le condizioni dell'apparato cardiovascolare anche in chi è già stato colpito da un problema cardiaco. Tutta la moderna riabilitazione cardiologica si fonda su un mirato e progressivo esercizio fisico dopo un evento cardiovascolare. Questo approccio aumenta la capacità funzionale del nostro organismo, migliora la qualità di vita e riduce in modo significativo il rischio di avere un altro episodio.

"Terapia" *post Covid*

In questi due ultimi anni di pandemia, abbiamo anche scoperto quanto sia importante l'esercizio fisico in chi è stato colpito da una infezione da *SARS-CoV-2*. In particolare, chi sviluppa una forma severa di *Covid19* può anche presentare una significativa compromissione della funzionalità cardiaca e respiratoria.
L'esercizio fisico, anche in questo caso, migliora la respirazione e permette di recuperare in minor tempo una normale funzionalità dei nostri polmoni e del nostro cuore.

Infiliamoci la tuta!

Se, quindi, vogliamo promuovere un processo che ci consenta di esercitare un maggiore controllo sulla nostra salute e di migliorarla, muniamoci di tuta, troviamo il tempo e pratichiamo sport.

Vivere e invecchiare con successo

> A cura della redazione
> redazione@varesemese.it

Lo sport è un valore per l'**Università dell'Insubria**. La laurea triennale in **Scienze motorie**, con sede a **Varese**, prepara ad insegnare a fare sport e movimento non soltanto come attività agonistica, ma anche in un'ottica di medicina preventiva.

College e Cus
Gli studenti atleti di qualunque corso di laurea triennale possono accedere ai *College* sportivi di atletica leggera, canottaggio, tiro con l'arco, sci alpinismo e *triathlon*, riconosciuti dalle federazioni, e hanno borse di studio, un referente e un programma didattico personalizzato per conciliare allenamenti e libri. Senza contare che tutti gli studenti possono fare attività motoria e agonistica grazie al **Cus**, il **Centro universitario sportivo**.

Sport per disabili e non solo
Il corso di laurea magistrale in Scienze delle attività motorie preventive e adattate, nella Città Giardino, forma inoltre professionisti dell'attività motoria preventiva primaria e secondaria e promuove stili di vita salutari e *successful ageing*. Per esempio prepara a far fare attività fisica a pazienti con cardiopatie e cerebro-vasculopatie, diabete e obesità, Parkinson o Sclerosi multipla. E prepara anche a lavorare nell'ambito degli sport per disabili, con la nuovissima qualifica di chinesiologo delle attività motorie preventive ed adattate. Le tematiche della magistrale sono materia di studio del **Centro di ricerca per l'invecchiamento** di successo che ha sede a **Busto Arsizio.**

"All'Insubria è possibile conciliare libri e allenamenti"

> La squadra di basket del Cus Insubria

RIPRENDERE IL CAMMINO

"Non dovrà essere come prima"

> Monsignor Claudio Livetti > redazione@varesemese.it

"E' tempo di tornare a prendersi cura della propria vita fisica, della propria salute: muovendosi, viaggiando, facendo gite fuori porta, frequentando palestre": a ricordarlo è il novantenne monsignor Claudio Livetti, già prevosto di Busto Arsizio, che anche in casa di riposo non dimentica di fare ginnastica ogni giorno

Stiamo uscendo da **due anni** di vita stagnante, condizionata e talora bloccata da rigide norme sanitarie, politiche giuridiche, economiche e perfino liturgiche. La pandemia è un momento cerniera della storia. Fa voltare pagina. È come una guerra. Si contano i morti. Lo hanno fatto i familiari che, isolati a domicilio, non hanno potuto vedere i loro cari, trasferiti in ospedali lontani, morti senza accompagnamento affettivo e spirituale, imballati senza essere né lavati né vestiti, considerati più fonte d'infezione che persone, mandati frettolosamente alla cremazione. Questo estremo di obliterazione della morte lascia su tutti un peso insopportabile. È stato uno schiaffo alla civiltà. Si contano anche i feriti: siamo tutti noi, inibiti perfino nel respiro (segno di vita) da insopportabili mascherine, chiusi in casa come tartarughe in letargo. Sono stati feriti soprattutto i ragazzi, costretti alla didattica a distanza, invece di poter sorridere ai loro compagni di classe, giocare con loro, correre ed esprimere la loro vitalità creativa. La **Beata Suor Camilla Battista Da Varano** dice: "I sapienti camminano, i giusti corrono, gli innamorati volano". Cerchiamo di essere almeno i sapienti che si mettono in cammino!

L'Impegno dopo l'inerzia

La pandemia ha avuto anche effetti positivi di solidarietà e di sviluppo delle migliori risorse. Ha insegnato che l'io non può essere compreso senza il noi. Può essere ottimo elemento di ripresa sociale lo sport amatoriale: giovani genitori che si ritrovano alla sera a giocare a calcetto o a fine settimana per una sana bicicletta. Devono riprendere anche i tornei di calcio negli Oratori, con allenatori/educatori preoccupati che la propria "squadra" diventi "gruppo di amici", con ragazzi sereni che non giocano "contro" ma "con" la squadretta dell'altro Oratorio, contenti di essersi divertiti, di essere stati insieme, di aver conquistato il premio di... un ghiacciolo. Questo è lo sport vero, che fa bene. Da incrementare e sostenere. Non dico

"Già i romani pensavano al benessere totale della persona"

> www.laprovvidenzaonlus.it

altrettanto dello sport professionistico, diventato mestiere in cerca di lucro invece che di amicizia. Ho visto anch'io l'**11 maggio**, alla Tv, **la finale di Coppa Italia** coi **70 mila tifosi dello Stadio Olimpico**. Un bel gioco, ma un cattivo spettacolo di accanimento, di espulsione di un allenatore, di corsa esasperata ai **5 milioni di premio**, più che alla coppa.

La cura di sé

Il detto di **Giovenale** *Mente sana in corpo sano* sembra un suggerimento puramente naturalistico, invece ha anche una connotazione religiosa, perché il testo completo è: *"Si deve pregare (orandum est) per avere mente sana in corpo sano"*. Vuol dire che già gli antichi romani pensavano al benessere totale della persona umana, in tutte le sue dimensioni: quella corporea e psichica e quella religiosa trascendente. Le chiusure forzate dei due anni trascorsi hanno facilitato, per chi desiderava, la possibilità di una crescita intellettiva e spirituale, con la possibilità della lettura, della meditazione sulla fragilità e precarietà della vita, sulla incertezza del divenire e della scienza in ricerca. Ne ha sofferto moltissimo l'attività fisico/sportiva, che ha creato un afflosciamento della persona, aprendo molte porte alla depressione. È il tempo di riprendersi cura della propria vita fisica, della salute, muovendosi, viaggiando, facendo gite brevi fuori porta, frequentando palestre. Come **novantenne** in casa di riposo non ho molte possibilità, ma, grazie all'educazione *Scout*, faccio **ogni mattina mezz'ora di ginnastica e in giornata due mezz'ore di cammino**. Senza dimenticare l'*orandum est* di Giovenale.

Miosotis Transport
di Mauri Giuseppe & C. snc

MIOSOTIS TRANSPORT

Logistica - Trasporti Italia ed Estero
Eccezionali - Industriali
Depositi e Distribuzioni
Centinati - Normali e Ribassati
Cisterne e sponde caricatrici
Noleggio Autogru e Carrelli Elevatori

Sede Operativa:
21019 SOMMA LOMBARDO (VA)
Via Bozza dei Salici, 3
Tel. 0331.259.686
Tel./Fax 0331.252.623

Sede Legale:
21019 SOMMA LOMBARDO (VA)
Via Valmirolo, 9

<20

15x15/20x20

Collezione PUNTO SULL'ARTE 2022

Doppio Vernissage <20 15x15 / 20x20 2022 | JILL HÖJEBERG "HUMANIZED FORMS" GIOVEDÌ 9 GIUGNO H 17-20 presso la sede della Galleria PUNTO SULL'ARTE di Viale Sant'Antonio, 59/61 a Varese (Casbeno)

Torna per il **nono anno consecutivo** la Rassegna **<20 15x15/20x20 | Edizione 2022**, format iconico e appuntamento fisso per gli amanti dell'arte contemporanea. Sono 17 quest'anno gli Artisti chiamati a confrontarsi con il piccolo formato, pittori e scultori italiani e stranieri. Come sempre, sono presentate in mostra opere di dimensioni 15x15 cm e 20x20 cm: lavori inediti creati da ciascun Artista per questo specifico progetto varesino. A ognuno di loro è stata lasciata piena libertà tecnica, espressiva e di scelta dei soggetti: la mostra sarà ancora una volta un'occasione unica per i protagonisti di mettere in gioco la propria arte attraverso la sperimentazione di nuovi strumenti e per i visitatori di scoprire e riscoprire gli artisti sotto una nuova luce.

ANNALÙ, ROBERTO **BERNARDI**, **CASAGRANDE & RECALCATI**, OTTORINO **DE LUCCHI**, CLAUDIA **GIRAUDO**, FEDERICO **INFANTE**, LENE **KILDE**, GIORGIO **LAVERI**, SABRINA **MILAZZO**, FUJIO **NISHIDA**, CIRO **PALUMBO**, TOM **PORTA**, MAURO **REGGIO**, TOMÀS **SUÑOL**, LUDOVIC **THIRIEZ**, ALESSIO **VACCARI**, ALICE **ZANIN**.

In contemporanea, all'interno della *Project Room* al piano terra della Galleria, sarà inaugurata la mostra dal titolo **Humanized Forms**, personale dell'americana **JILL HÖJEBERG** (1949), esponente dell'astrattismo scultoreo contemporaneo. In mostra sono presentate sculture in marmo bianco di Carrara e creazioni in ghisa: opere capaci di catalizzare i sensi di chi le osserva.

Le mostre saranno aperte fino al 30 Luglio.

PUNTO SULL'ARTE
VIALE SANT'ANTONIO 59/61
21100 VARESE | ITALY | + 39 0332 320990

PUNTO SULL'ARTE II
VIA SAN MARTINO DELLA BATTAGLIA 6
21100 VARESE | ITALY | + 39 0332 1690569

PUNTOSULLARTE.COM

PUNTO SULL'ARTE
INTERNATIONAL CONTEMPORARY ART

QUANDO UNA SCRITTRICE È SPORTIVA

A Busto, Antonella Boralevi svela come nascono i suoi *best seller*

GUARDA VARESE IN ROSA

Talento e allenamento costante sono il segreto del successo della scrittrice Antonella Boralevi, tra gli ospiti di punta della rassegna letteraria *BA Book* per presentare il suo ultimo romanzo di successo, *Magnifica creatura*

> Chiara Milani
> chiara.milani@varesemese.it

"Scio abbastanza bene e gioco bene a tennis. Vorrei praticare il parapendio o almeno volare con l'aliante, ma al momento non ho abbastanza coraggio". Cita lo sport, **Antonella Boralevi**, nel raccontare la parte privata della propria vita nella sua biografia. E non sembra un caso. Perché la grinta nell'emergere come scrittrice e giornalista, così come la costanza nello scrivere *best seller* da **centinaia di pagine**, sono caratteristiche che fanno pensare a una donna che nella vita si è allenata tanto. E non ha mai smesso di tenersi in forma.

L'angelo dell'ispirazione e lo studio puntiglioso

Ne hanno avuto una prova coloro che l'hanno ascoltata a ***BA Book***, il festival della letteratura di **Busto Arsizio** ritornato in grande stile nel **2022**, dopo un'edizione **2021** in formato ridotto a causa della pandemia. Nel presentare il suo ultimo romanzo, ***Magnifica creatura***, Boralevi ha raccontato di essere benedetta dall'"angelo dell'ispirazione". Ma anche di pianificare con cura la trama delle sue opere, "come la mappa con le linee di collegamento tra luoghi e protagonisti che si trova appesa nelle stanze degli investigatori intenti a risolvere un crimine". La scrittrice ha rivelato pure di aver studiato parecchio per ricostruire la storia, i costumi e la società dei decenni dell'**Italia fascista e del dopoguerra**, fino ai favolosi **anni Sessanta**. Periodo in cui è ambientata la fortunata saga delle **sorelle Valiani**. "Mi sono documentata così tanto che nessuno ha trovato alcunché da ridire sull'ambientazione", ha rimarcato a coloro che l'hanno ascoltata nella **Sala Monaco della biblioteca Roggia**.

Ci vuole coraggio

Insomma, tanto talento. Ma anche duro lavoro. Per avere successo nel campo della letteratura. Proprio come serve anche nello sport. Quanto al coraggio che Boralevi dice di non avere per il parapendio e l'aliante, deve averlo utilizzato tutto per la sua carriera. Degna di un romanzo di successo.

Flamme rouge è un esempio di gioco in scatola ispirato allo sport

CAMPIONI DI... FANTASIA

> Luca Borsa *> redazione@varesemese.it*

Luca Borsa, *game designer* di Busto Arsizio, spiega il successo delle "competizioni in scatola"

Chi non vorrebbe essere un giorno in maglia rosa o vincere un gran premio o segnare un gol nella finale mondiale? Se faccio un passo indietro e torno bambino mi vedo sulla spiaggia costruire una pista di biglie con raffigurati ciclisti e allora la sabbia diventa l'asfalto e la curva un ottimo punto dove superare l'avversario, biglie, tappi qualsiasi cosa da lanciare, spingere simulava una corsa.

Quel sogno da bambino

Del resto, lo sport e le competizioni sportive sono parte integrante della nostra vita: ci sono discipline che si praticano dalla notte dei tempi ed altre inventati da poco, ma la sfida, la competizione e il sogno di una vittoria ci accompagnano fin da bambini. "Diventerò campione del mondo" ci diciamo in molti da piccoli: la tenacia la passione portano alcuni di noi a riuscirci. Altri invece si dovranno accontentare di praticarlo in modo amatoriale, altri di essere semplici spettatori e magari inventarsi modi di emulare i campioni. Ecco, allora, che simulare competizioni sportive diventa una necessità.

"Ci sono centinaia di titoli che raccontano gare e competizioni"

Ogni sfida è... un gioco

I giocattoli, i giochi in scatola e i videogiochi non potevano lasciarsi sfuggire una simile occasione e così la simulazione sportiva è diventata un tema che ha favorito la realizzazione di centinaia di titoli che raccontano gare, competizioni, sfide in tutte le specialità: dalle corse automobilistiche alla scalata del **K2** fino alla partita di tennis.

Il mitico calcio formato *mignon*

Per gli amanti del calcio, poi, il mitico *Subbuteo* ha portato in miniatura una vera partita e sfruttando il tocco di dito (già usato per giocare coi tappi e le biglie) ha divertito milioni di appassionati con migliaia di cultori della materia che ancora oggi organizzano tornei ed eventi seguitissimi.

L'adrenalina della corsa... senza muoversi

Comunque, su tutte, le gare automobilistiche sembrano essere quelle più adrenaliniche: dalle piste elettriche - **la prima** nata è del **1912** - ai giochi da tavolo, nei quali con le più svariate meccaniche si fanno muovere, superare o portare all'uscita di strada le auto che gareggiano e corrono su circuiti disegnati su un tabellone. Fino alle *performance* iperealistiche dei videogiochi, usati addirittura dagli stessi piloti per memorizzare meglio i circuiti. Dunque, sono tantissimi i giochi che parlano di questo sport...io stesso ideai un gioco sulla **Formula 1** quando avevo soltanto **14 anni**. Di recente, per i bambini ha avuto molto successo ***Monza***: un gioco in cui, attraverso l'associazione di colore, le piccole automobiline avanzano fino al traguardo finale. Dare al giocatore la sensazione di essere dentro la corsa comunque non è sempre semplice: ci è riuscito ***Flame Rouge***, ambientato nelle gare ciclistiche, che è stato anche Gioco dell'anno in Italia e ha vinto premi in tutto il mondo.

L'importante è immedesimarsi

Potrei anche farvi infiniti esempi di corse di cavalli, regate veliche, sfide olimpiche, scalate e persino corse con i cani da slitta. Ma ciò che rende tanto popolare e gettonata questa tipologia di attività ludica è l'immedesimazione, la teatralità: quando giochiamo noi vogliamo essere il campione che amiamo, la squadra del cuore, ed è quello che in fondo ogni bambino - ma anche adulto - cerca: più il gioco diverte e appassiona, più cresce questo voler essere protagonista e vincitore.

Imparare divertendosi

Il tutto insegnando, forse anche più di altri tipi di gioco, che esiste un primo, un secondo e un terzo classificato e che anche gli sconfitti potranno sempre avere una seconda opportunità.

Ph: jannoon028 - by freepik

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA

Pomeriggi... A Cavallo!

L'associazione sportiva dilettantistica **A Cavallo** è sita nel comune di Lonate Ceppino ed è affiliata Libertas-Sef Italia. Durante tutto l'anno sia adulti che bambini hanno la possibilità di partecipare a lezioni di equitazione svolte da istruttori riconosciuti e qualificati. Da quest'anno l'A.s.d. è in grado di accogliere soggetti diversamente abili a cui dedica tutte le cure ed attenzioni necessarie affinché ogni lezione divenga un momento indimenticabile. L'A.s.d. A Cavallo nel periodo estivo (dal 13 giugno al 9 settembre 2022) propone l'iniziativa dei Pomeriggi... A Cavallo, un'opportunità per bambini e ragazzi per svolgere attività equestri e a contatto con la natura, per accrescere le proprie conoscenze e competenze e soddisfare la propria curiosità.

A Cavallo Asd

Gli istruttori della A.s.d. sono a disposizione per **informazioni** ed **iscrizioni**
Guendalina : 347 6960077
Matteo: 345 8538973
acavalloasd@gmail.com

Via delle Robinie, 100
21050 Lonate Ceppino VA
https://a-cavallo-asd.business.site

Sport da cani

Attività cinofile amatoriali e competitive

Gli sport cinofili sono attività che si possono svolgere con il nostro cane sia a livello ludico e amatoriale sia competitivo. Gli obiettivi sono il divertimento e la condivisione di un'esperienza che contribuisce alla costruzione di una relazione tra uomo e cane di buona qualità.

Tante attività dai nomi inglesi

Le proposte sono numerose, dalla semplice corsa fino alle discipline più strutturate come *Agility, Disc Dog, Canicross, Obedience e Rally Obedience, Dog Trekking, Mobility, Dog Orienteering, Mantrailing* (ricerca di persone). Inoltre, è possibile realizzare attività acquatiche o di ricerca e discriminazione olfattiva.

Cuccioli e anziani

I cuccioli non svolgono attività agonistiche, ma praticano le discipline a livello ludico; l'obiettivo è favorire la socializzazione con i propri simili e le persone, la conoscenza degli stimoli sensoriali (visivi, uditivi, tattili, olfattivi) presenti nell'ambiente di vita, la percezione del corpo che si muove nello spazio e la capacità di entrare in sintonia con un partner umano. Anche i cani anziani devono svolgere un'attività calibrata in base non soltanto alla condizione fisica, ma anche cognitiva; la disciplina scelta deve essere volta a mantenere il tono muscolare, l'equilibrio e stimolare gli organi di senso.

Scelta di misura

Consiglio di realizzare un'accurata visita sanitaria presso il Medico Veterinario prima di iniziare uno sport cinofilo con un cane di qualsiasi età così da valutare la funzionalità cardiaca e respiratoria, l'apparato muscolo - scheletrico e la funzionalità degli organi di senso. È opportuno ricordare che alcune razze non sono in grado di compiere un'attività fisica intensa a causa delle difficoltà respiratorie indotte dal caratteristico "muso schiacciato", come per esempio i brachicefali (Carlino, Bulldog Inglese, Bouledogue Francese e così via).

La psicologia dello sport

Da qualche anno è nata poi una nuova disciplina, la psicologia dello sport, una corrente di pensiero in cui sono confluite la psicologia, la psicologia del lavoro e delle organizzazioni, la psichiatria, la medicina, la sociologia, la pedagogia, l'educazione fisica e molte altre. Per ottenere un buon risultato in una prestazione sportiva e, di conseguenza, una performance atletica valida, infatti, sono necessarie un'efficiente condizione fisica, capacità tattiche e motorie, un ottimo controllo emotivo sulle situazioni e flessibilità cognitiva. Tutto ciò può essere applicato anche al *training* addestrativo utile alle discipline cinosportive. Addestrare è una parola molto usata e significa formare, rendere abile. Deriva dall'unione di *ad* e *destro* (a sua volta riconducibile al latino *aureo dextrum*), portare alla destra, rendere destro, e cioè capace. Applicando questo termine alla *performance* sportiva, il significato può essere rimandato a preparare, allenare, istruire allo svolgimento di un'attività.

Come migliorare la *performance* di coppia

L'addestramento è, spesso, inteso come un programma antropocentrico in cui l'essere umano è misura e punto di riferimento, mentre il cane deve adattarsi facendo appello alle proprie risorse: il *partner* umano sceglie l'attività in base ai propri desideri e plasma il cane così da raggiungere il proprio obiettivo. L'applicazione delle nozioni tratte dalla fisiologia degli organi sensoriali del cane (come, per esempio, le dimensioni del campo visivo binoculare), dalla neurobiologia del sistema nervoso (come l'apprendimento e la memoria), dalla psicologia della comunicazione (come la prossemica, la postura, la cinetica, la gestualità) potrebbe migliorare la *performance* della coppia. Per esempio, così come in una gara di *slalom gigante* i concorrenti hanno accesso alla pista e possono studiarne il tracciato, sarebbe opportuno che anche i cani insieme ai conduttori potessero ispezionare il percorso di *Agility*. In questo modo, la coppia sarebbe in grado di creare una mappa cognitiva del percorso, aumentare la coordinazione e condividere la "tensione emozionale".

"Gli obiettivi di queste proposte sono il divertimento e la condivisione di un'esperienza"

> Sabrina Giussani, medico veterinario di Busto Arsizio, presidente senior di Sisca (Società italiana delle scienze del comportamento animale)

> Sabrina Giussani *>redazione@varesemese.it*

LO SPORT AL CENTRO

Basket, calcetto e *beach volley*

Iscrizioni aperte per l'evento benefico in calendario dall'11 al 17 luglio nelle piazze Santa Maria, San Giovanni e Vittorio Emanuele II a Busto Arsizio

> A cura della redazione
> redazione@varesemese.it

Busto Arsizio mette lo sport al centro. Lo fa per una buona causa, ossia in favore del reparto di pediatria dell'ospedale cittadino.

Le parole-chiave

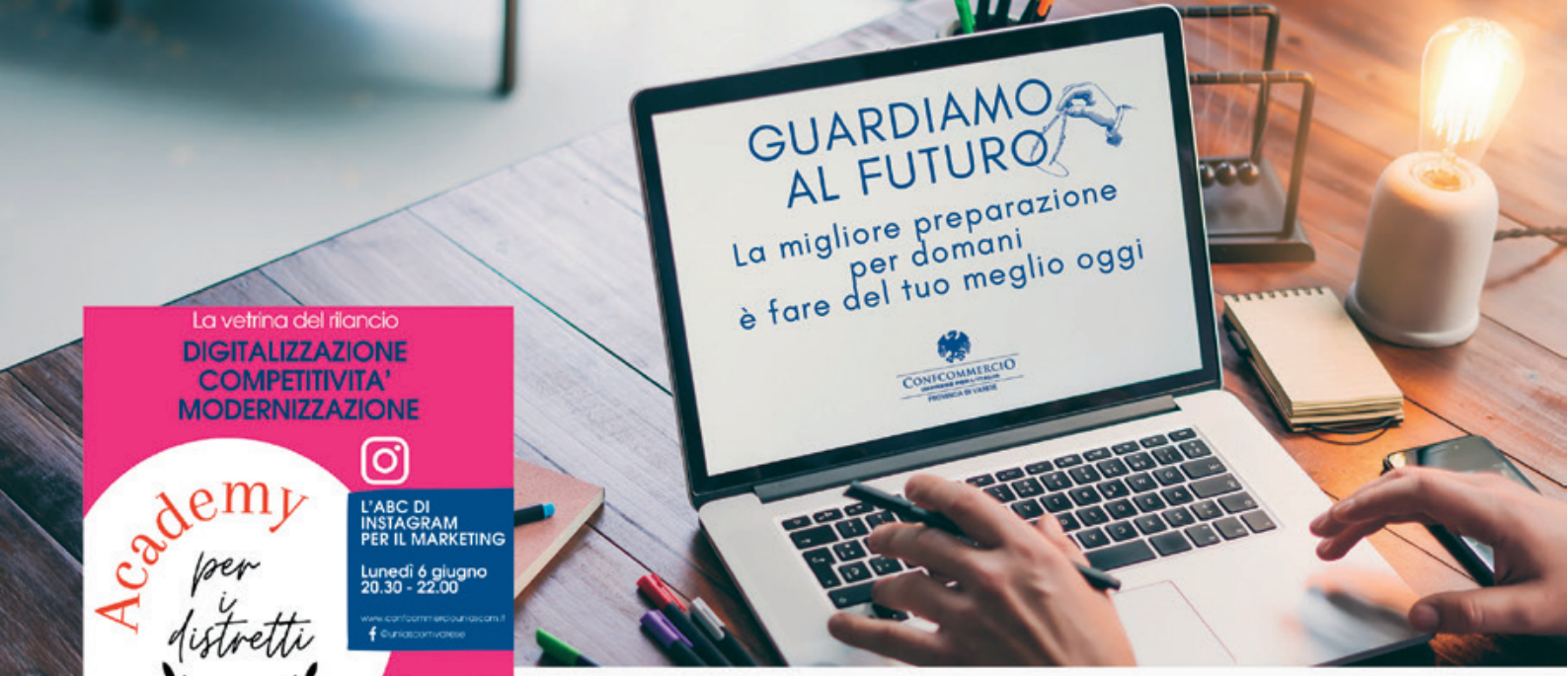
Aggregazione, divertimento, ma anche beneficenza sono dunque le "parole chiave" con cui scende in campo la nuova associazione ***Busto Arsizio Aiuta*** che, con la collaborazione dell'**amministrazione comunale**, propone l'evento **dall'11 al 17 luglio**.

I numeri dell'evento

"350 atleti, 100 squadre, 200 partite", annunciano gli organizzatori, che spiegano come, per l'occasione, il cuore della città si fa in **tre**: in calendario ci sono infatti i tornei di *basket*, calcetto e *beach volley*, che animeranno rispettivamente **le piazze Santa Maria, San Giovanni e Vittorio Emanuele II**. Per partecipare a tutte e tre le competizioni, l'età minima richiesta è aver compiuto **16 anni**. Si giocherà in **orario serale durante la settimana**, per **tutto il giorno** (tranne in concomitanza con le messe) **il sabato e la domenica**.

L'invito

"Il tuo torneo, la tua città, le tue emozioni"", è l'invito rivolto ai cittadini, che possono iscriversi tramite il sito dell'iniziativa, che prevede anche incontri infrasettimanale con personalità del mondo dello sport, in collaborazione con l'***Assb, l'Associazione delle società sportive bustesi.***



LA VETRINA DEL RILANCIO IL RUOLO DI DUC E DID

I sei incontri che hanno come tema "Passato e presente: spazio fisico e virtuale si incontrano per fidelizzare e vendere"

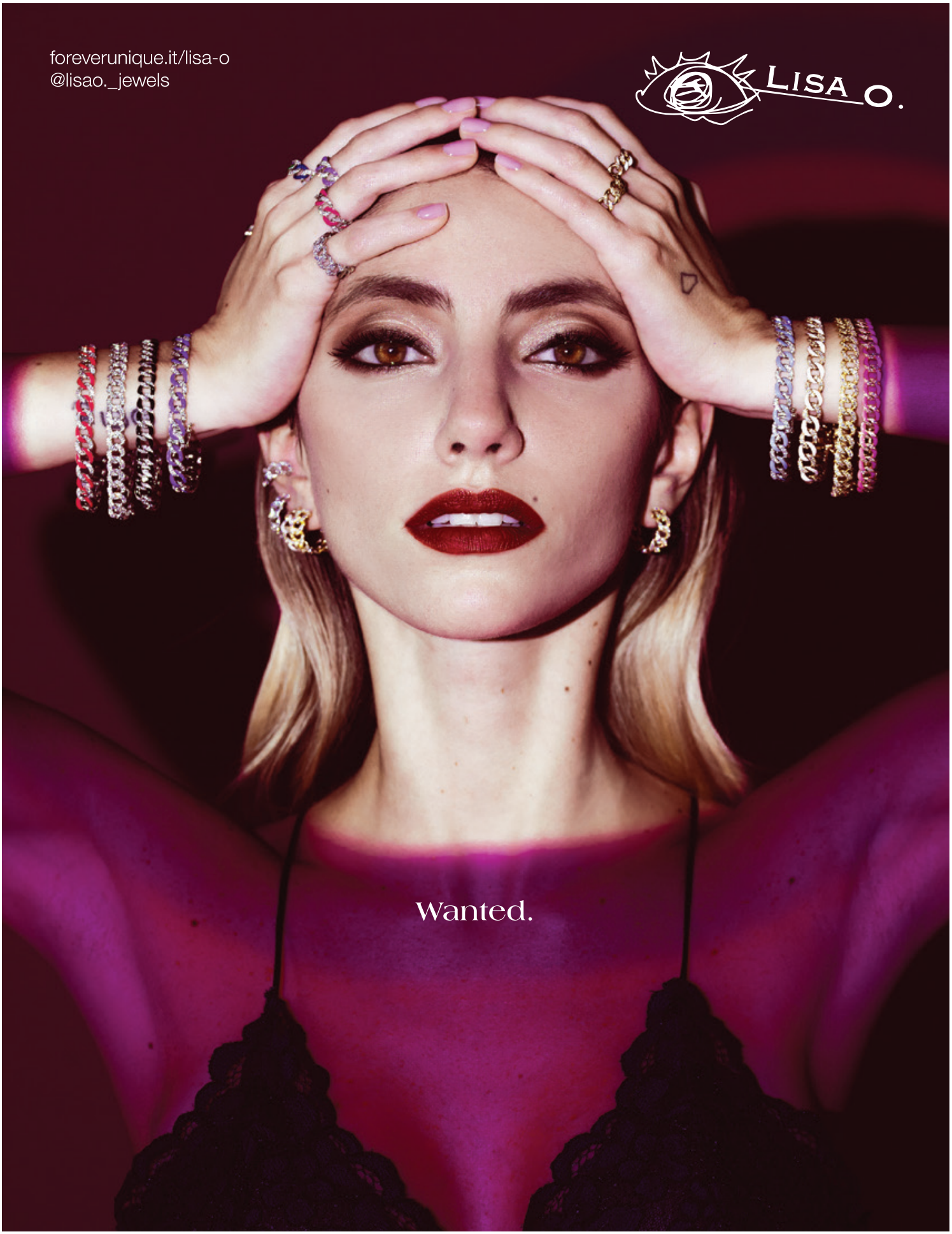
WEBINAR GRATUITI

CONFCOMMERCIO ACADEMY

CONFCOMMERCIO IMPRESE PER L'ITALIA PROVINCIA DI VARESE

www.confcommerciouniascom.it

ISCRIVITI



DINO CECCUZZI
Gioielleria Orologeria

Piazza San Giovanni, 1 | Busto Arsizio | Tel 0331 632867 | www.dinoceccuzzi.it