

Successo per gli atleti cusini di karate e taekwondo ai Campionati Nazionali Universitari

Karate e taekwondo: gli sport nei quali i cusini napoletani hanno dato il meglio ai Campionati Nazionali Universitari (CNU) del 21 e 22 maggio. Il team del karate è addirittura primo nella classifica generale. "Sono appassionato di sport fin da piccolo. Ne ho praticato vari: nuoto, calcio, pallacanestro e corsa campestre, prima di innamorarmi del karate", racconta **Giuseppe Minervino**, medaglia di bronzo ai CNU, al terzo anno di Scienze Motorie della Parthenope. L'ha scoperto a 12 anni e da quel momento non l'ha più lasciato. "Non è un semplice sport, più che altro uno stile di vita, individuale e di gruppo, che ti sostiene durante le gare e ti aiuta a migliorare agli allenamenti". Praticarlo vuol dire cambiare nel quotidiano: "mi ha insegnato la filosofia dell'autocontrollo, non soltanto fisico, ma anche mentale. Infatti, è raro che m'innervosisca durante una discus-



• Raffaele Napolitano

sione, tendo a mantenere la calma". I CNU sono stati molto impegnativi: "ho dovuto affrontare, durante i miei cinque incontri, atleti di alto profilo nazionale giovanile, ma alla fine è stata una bella gara ed una grande soddisfazione, anche se poteva andare meglio".

Giuseppe si divide tra studio e sport: "È complicato conciliare le cose. La mia giornata è ripartita in tre momenti, visto che sono anche allenatore in una palestra. Dedico la mattina allo studio e quattro ore pomeridiane allo sport tutti i giorni". Sempre nel karate, il CUS Napoli conquista due medaglie d'oro con **Gianluca De Vivo** e **Lorenzo Panaro**, tre d'argento grazie ad **Alessandro Iodice**, **Wierdis William** e **Giuseppe Minervino**, e due di bronzo, con l'impegno di **Pietro Sorrentino** e **Nunzia Laezza**.

Anche il taekwondo ha raggiunto ottimi risultati. Nonostante un infortunio a due settimane dalla gara, **Alessandro Zamprota** è riuscito a far bene la sua "forma", conquistando la medaglia di bronzo, che si va ad inserire nel ricco medagliere della disciplina. "Non ho potuto allenarmi molto a causa del dolore al piede. Mi sono infortunato durante un'altra gara universitaria, precedente ai Campionati". Le forme, nelle quali si è distinto, sono una sequenza di tecniche senza avversario, dove vengono premiate la grinta e la precisione. "Sono soddisfatto del risultato, perché ho vinto il bronzo a soli cinque decimi di distanza dall'argento". Due le passioni che riempiono la vita di Zamprota, il taekwondo e il volo. "Non ho le possibilità fisiche per diventare un pilota di aeronautica, quindi mi sono iscritto ad **Ingegneria Aerospaziale** alla **Federico II**. Sono al terzo anno. Desideravo diventare un pilota di shuttle, perché mi sarebbe piaciuto osservare la Terra dall'alto, ora invece li potrò progettare". Per inseguire il suo secondo grande amore, nato con i film di Bruce Lee e Jackie Chan, lo studente è costretto ad orari massacranti. "I corsi il più delle volte vanno dalle 8.30 alle 18.30, quattro giorni la settimana. Devo quindi uscire un po' prima dall'aula (alle 18.10) così da prendere l'ultimo autobus per Caserta, la mia città, e, una volta a casa, volo a riempire la borsa per andare in palestra". Alessandro si augura di continuare entrambe le strade "superando, al più presto, gli otto esami che mi restano per finire la Triennale". A



completare il medagliere, le tre medaglie d'oro di **Cristell Troncone**, **Gaia Mariani** e **Serena Napolitano**, quattro d'argento vinte da **Raffaella Buono**, **Serena Iebba**, **Alberto Rimoli** e **Gennaro Barone** e i cinque bronzi di **Maria Napolitano**, **Alessandro Zamprota**, **Diego Baiano**, **Albero Rimoli** e **Dario Evangelista**.

Per il judo, una medaglia d'oro di **Fabio Dell'Anna**, i due argenti di **Paola Del Giudice** e **Raffaele Di Biase** ed il bronzo di **Raffaele Napolitano**. Anche lui al terzo anno di Scienze Motorie della Parthenope, ha avuto vita difficile dall'arrivo all'Università. "Quattro anni fa mi si è rotto un legamento crociato al ginocchio, dopo un intervento, ho avuto sempre più problemi, per tre anni di fila. Camminavo con le stampelle ed entravo e uscivo dalle sale operatorie", racconta Napolitano. Il tutto causato da disattenzione in sala. "L'anno scorso ho scoperto di aver contratto un'infezione durante la prima operazione, a seguito della quale stavo rischiando di perdere la gamba". Finalmente guarito, dall'anno scorso Raffaele ha ripreso il judo. "Ora mi divi-

do tra studio, che avevo trascurato un po' a causa dell'incidente, palestra e lavoro, perché alleno i bambini. È la prima volta che partecipo ai Campionati Universitari". Fondamentale per Fabio imparare ad amare lo sport fin da piccoli. "Praticare sport è un modo per integrare e migliorare l'approccio con gli altri. I bambini si avvicinano a questo come un gioco, che potrebbe diventare una ragione di vita, perciò è importante avere bravi insegnanti di educazione fisica a scuola. I miei non erano preparati. Non commetterò lo stesso errore". Il sogno di Raffaele è appunto insegnare "e sono convinto di farcela, perché dò sempre il massimo e non mi arrendo mai".

Il restante medagliere del CUS (che complessivamente ai CNU è stato premiato con 7 ori, 17 argenti e 11 bronzi) comprende il pugilato con l'oro di **Tommaso Rossano** e tre argenti delle ragazze **Francesca Amato**, **Clara Melone** e **Vinni Garofalo Varcaccio**. Nella lotta un argento va a **Giovanni Pallavicini**. Per il tiro a segno, un argento grazie alla Pistola di **Florinda Russo** ed uno nella gara a squadre, più un bronzo carabina per **Katia Delli Paoli**, e uno della gara a squadre. Nell'atletica leggera due le medaglie d'argento di **Ciro Riccardi** e **Marco Perna** e una di bronzo di **Cecilia Stetski**.

Allegra Tagliatella



• Alessandro Zamprota

Lezioni gratuite di zumba

Due lezioni gratuite di Zumba per i soci del Cus Napoli. Eventuali accompagnatori dovranno versare un contributo di due euro per la quota assicurativa giornaliera. Le lezioni si terranno presso la palestra fitness degli impianti cusini in via Campagna 267, venerdì 21 giugno alle ore 11.00 e mercoledì 26 giugno alle ore 20.30. **Valeria Piscopo** e **Michela Mariani** le due istruttrici.

Tintarella al Cus

Una buona opportunità per i patiti dell'abbronzatura. Il Cus mette a disposizione dei soci che frequentano le lezioni di nuoto al mattino spazi solarium, attrezzati con lettini e ombrelloni, nei pressi della piscina coperta e sulla terrazza della sala Club. Il servizio è disponibile dal lunedì al sabato dalle ore 8.00 alle 14.00 e la domenica dalle ore 9.00 alle 13.30.