

**Risultati del singolo
"Contro se stessi"**

fascia A

n°	bowlers	punti	media
1	Renato	10	200
2	Enrico	10	192.8
3	Francesco	8	194.6
4	Massimo	4	174
5	Edoardo	4	171
6	Bruno	2	179.6

fascia B

n°	bowlers	punti	media
1	Cosimo	10	182.4
2	Italo M.	6	183.4
3	Silvio	4	172.8
4	Nando	3	163
5	Italo A.	0	158.2
6	Corrado	0	157.6

fascia C

n°	bowlers	punti	media
1	Attilio	10	195.4
2	Marcello	10	189.6
3	Anna Re	10	184.2
4	Anna Ru	8	181.8
5	Nicoletta	6	165.4
6	Carlo	4	166.8

fascia D

n°	bowlers	punti	media
1	Sandro	8	183
2	Prudy	6	164.6
3	Antonio B.	4	166.2
4	Antonio A	3	149.2
5	Gennaro	0	133.6
6	Gianni	0	0

I record del torneo
Italo M. partita 271
Renato serie 1085
media 217
partita e media del giorno
Renato 225
Renato 1000

Torneo Fascia a Fascia



Ed ora suoniamo l'OTTAVA

Ed ora, dopo una rocambolesca ed avvincente giornata finale denominata "uno contro tutti", diamo il via alla seconda fase del torneo Faccia a Faccia. In pista, un'atmosfera un tantino diversa, i soliti pannelli, piccoli gruppi festosi, chiassosi ed anche amareggiati, a commentare la composizione dei nuovi gironi, stravolti per 1/3 dalle promozioni e dalle retrocessioni decretate dalla 1ª fase. Sui volti dei bowlers:

1. consapevolezza per aver disputato una ottima fase riuscendo a superare lo scoglio del proprio girone;
2. rammarico e delusione per una retrocessione o una mancata promozione
3. determinazione per la nuova sfida che propone la seconda fase del torneo

E veniamo ai risultati di oggi. Altro incontro avvincente denominato "CONTRO SE STESSO"

Le piste sono state condizionate in una maniera diversa. Per niente omogenee tra loro e lente, molto lente. Le bocce curvano molto per cui, oggi sono stati agevolati i bowlers con un tiro secco. **Noi siamo assertori dell'ammettere che il giocatore si deve adattare alle piste, ma se adattare significa "spingere" da pazzi per non far chiudere subito la boccia, ebbene c'è chi ha il fisico per**

farlo e chi non ci riesce.

Nella fascia A c'è stata la conferma della buona forma di **Renato** tanto che anche in questo turno ha stabilito la migliore partita e la migliore serie della giornata. **Enrico**, che si è ben ripreso della delusione patita, non gli è stato da meno totalizzando gli stessi punti che ha marcato il primo. Buon ingresso del neo promosso **Francesco** che non ha sofferto il passaggio di fascia e si è presentato agli altri componenti totalizzando la terza prestazione della giornata. **Massimo** oggi avrà dovuto adattarsi più delle altre volte, perché specialmente le chiusure erano un problema aggiunto.

Edoardo continua il suo calvario agonistico con qualche spiraglio di luce.

La fascia B ha deluso le aspettative. Solo Mino ha resistito alla sua media. **Italo M, Silvio e Nando**, esperti della fascia, si sono espressi al di sotto delle loro potenzialità.

Discorso a parte per gli altri due neo promossi.

Italo A. e Corrado venivano da una serie di risultati positivi con medie alte, per cui da loro non ci aspettavamo una disfatta così pesante.

Il nostro pensiero in merito.

Se in pista dove giochiamo c'è un bowler che riesce a fare i birilli e noi abbiamo delle difficoltà, bisogna essere pronti a capire su che listelli sta tirando e avvicinarsi al suo tiro per capire se ci può essere

utile. Bisogna tentarle tutte e non arrendersi MAI.

La fascia C è stata prodiga di risultati. Infatti, tutti i giocatori si sono ben comportati.

Attilio raggiunge il vertice della classifica (2ª migliore media) meravigliando, positivamente, i giocatori della fascia. Ha un carattere tranquillo e niente lo distoglie; può solo migliorare. Buono il risultato di **Marcello**, che memore di quanto è accaduto nella prima fase, (stava per retrocedere), ha voluto dare un input agli avversari dimostrando di saperci fare. Un'altra atleta convinta delle proprie possibilità, è **Anna Re**. Non si è disunita sui primi tiri e ragionando su quanto le accadeva, ha saputo trovare il bandolo della matassa. Anche **Anna Ru** dopo le difficoltà iniziali, è riuscita ad agguantare un discreto risultato.

Nicoletta e Carlo, nuovi della fascia, hanno avuto un risultato discreto.

Alla fascia D abbiamo dedicato tutte le nostre energie per farla diventare ancora più giovane, impreziosendola con l'innesto di una bella signora (**Prudy**) e di un giovane somigliante ad Hamsik (**Sandro**). Si sono ben comportati e hanno delle mire per le prossime promozioni. Anche **Antonio B** come **Antonio A** hanno sofferto per portare a casa qualche punticino, da scoprire le loro mire. Ancora un esordio **Gianni** E' un ex giocatore e riprende con noi l'attività. Di **Gianni** sapremo dire di più nel prossimo numero.



La neurobiologia ha stabilito legami tra cibo e emozioni.

Agrumi = allontanano la malinconia e stimolano il cervello
Ananas = aumentano la fiducia in se stessi e la sicurezza
Avocado = stimola la memoria
Bacche in genere = purezza di pensiero
Banane = calma e umiltà
Barbabietola = stimola il coraggio
Ciliegie = mettono allegria
Datteri = tenerezza e dolcezza
Fichi = attenuano l'intransigenza
Fragole = dignità
Frumento = risolutezza
Granaglie = forza di carattere
Lamponi = amabilità
Lattuga = calma
Mandorle = controllo sessuale

Noci di cocco = spiritualità
Uva = devozione e divino amore
Pere = serenità
Pesche = altruismo
Pomodori = energia mentale
Latte di mucca = entusiasmo ed energia
Miele = autocontrollo
Riso integrale = mitezza
Sciroppo d'acero = freschezza mentale
Spinaci = semplicità
Tuorlo d'uovo = energia diretta

Tecniche per cambiare lo stile di vita

Lo stile di vita è una somma di abitudini.
Le persone utilizzano le abitudini per rendere la loro vita più facile. Infatti dover cambiare ogni giorno sarebbe stressante e comporterebbe livelli di ansia terribili.

Lo zodiaco cinese

Gli anni sotto il segno di questo animale, la lepre, il gatto o coniglio sono otto ed esattamente sono:

**1927 1939 1951 1963
1975 1987 1999 2011**



Cortese e gentile, amabile, simpatico, ama vivere in pace, e tutto ciò che è raffinato, lussuoso e

confortevole. Molto controllato, discreto, riservato, poco invadente, ambizioso ed esibizionista quel tanto che non guasta. Volubile e astuto ma pieno di talento, la sua abilità nel lavoro manuale e intellettuale, è notevole, come la concretezza. E' disposto a tollerare parecchie cose pur di vivere in armonia con i propri simili. Conduce un tipo di vita brillante, fa sentire gli invitati a proprio agio, è di piacevole compagnia e un ospite meraviglioso. Non perde mai la pazienza, calmo timido, prudente, cerca in continuazione la tranquillità. Portato per le attività commerciali, ha un grosso fiuto

per gli affari, sa però difendere molto bene i suoi interessi.

In amore:

Non cerca la passione, vuole un sereno affetto, ha un temperamento sentimentale e preferisce la tenerezza e un matrimonio che dia un senso di sicurezza

L'uomo:

è galante ed egocentrico, molto socievole e pacifico, molto calmo, una persona piacevole con cui passare del tempo. E' rispettoso verso il prossimo e tutto ciò che lo circonda, non ha molta fiducia in sé, deve essere continuamente incoraggiato per riuscire a realizzare i suoi desideri. Desidera vivere con stile molto personale. Ha una ottima capacità di giudizio e un notevole intuito, è intelligente e realista. In amore non vuole problemi, cerca una compagna che sia tranquilla e fedele.

La donna:

si fa amare per la sua serenità e dedizione. Affettuosa, estroversa, disponibile all'amicizia, sogna di vivere una vita piacevole ed ha uno spiccato senso dell'umorismo ed un carattere allegro e malleabile. Ma

non è fatta per i sacrifici, è tenera e premurosa, sensibile e romantica, sicura di sé, disponibile ed efficiente, nella scelta del compagno è calcolatrice. Cura la casa con grande fantasia ed eleganza, ama riunire gli amici in feste che organizza con maestria, sa realizzare pranzi da.

Il bambino:

è uno tra i più tranquilli, ma anche tra i più pronti mentalmente. Fin da piccolo diventa l'orgoglio dei genitori per la giovialità e l'intraprendenza di cui dà mostra. Spigliato, disinibito, docile, non chiososo, non dà praticamente problemi, e con il tempo si rivela un vero campione nello studio. Le spiccate doti di leader sono una valida garanzia per il suo brillante futuro. Sensibilissimo e bisognoso di affetto, tende a legarsi più alla madre che al padre e ciò si noterà anche ben oltre l'infanzia. A modo suo è bravissimo a ricambiare l'amore e l'affetto che riceve, perché socializza benissimo ed è spontaneo.

Costituzione fisica:

punti delicati sono i piedi, il sistema linfatico, non soffre in particolare di alcuna malattia.

Pre comizi Consiglio Nazionale

Pre comizi Consiglio Nazionale

Ed ecco che per completare i Comizi vi presentiamo il programma di Mauro Facchetti, presidente uscente.

Progetto scuola. Apre in questo modo magnificando la crescita da 50 studenti a 6.000. Dovranno essere la nuova linfa per la federazione.

Scuola bowling. Investire risorse per formare studenti ed amatori senza che abbiano problemi tecnici evidenti.

Formazione tecnici. Rilanciare il settore, con l'ausilio delle strutture internazionali, per impiegarli anche a livello provinciale e regionale.

La Nazionale. Un problema decennale che non riusciamo a risolvere. Bisogna formare gli atleti sin dagli inizi con allenamenti tecno-pratici, ma senza far mancare la partecipazione degli atleti ai tornei internazionali.

Tornei monetari open. Intende liberalizzarli passando la mano ai centri che già di fatto li organizzano. E' il passo definitivo per **Le Leghe**.

Calendari tornei Federali e tornei ranking.

Bisogna investire sulle prove Federali, Campionati e Ranking. Gli atleti che vi prendono parte dovranno ricercare nuovi tipi di allenamento in concerto con i centri bowling e con la presenza fattiva dei nuovi tecnici.

Special Olympics e disabili.

Il settore è stato adottato con successo in altre discipline e anche noi dobbiamo continuare. Per i ragazzi rappresenta un mezzo di aggregazione.

Collaborazioni. Con le nuove realtà al fine di migliorare l'attività federale, interessando i proprietari di centri bowling, aziende ecc., ecc.

Centri Bowling. Interessarli al progetto televisivo. La RAI potrebbe incentivare l'entrata di potenziali sponsor e il recupero di moneta oltre a migliorare la visibilità dello sport al momento assente. E quindi imperativo che l'obiettivo di ogni Organo

Periferico Federale sarà anche quello di cercare e di avere un reciproco quanto proficuo rapporto di collaborazione in questo ambito.

Comunicazione e mansione.

In realtà sono gli assi portanti per ogni Federazione. Per questo è stato migliorato il sito creando, di fatto, la comunicazione diretta con i centri bowling. I rappresentanti atleti e i consiglieri avranno il delicato compito di rilevare le problematiche esistenti sul territorio, e di portarle in Consiglio al fine di trovare delle soluzioni, se possibile, ad ogni quesito che si pone.

Ufficio Stampa.

Manca da tanto tempo e si sente la mancanza per questa divulgazione. Il settore al momento è assolutamente da ricreare e solo le difficoltà economiche impediscono il diffondere di questo importante mezzo di comunicazione.

Conclusioni di Mauro Facchetti

Quello che ognuno di noi vuole è dare il massimo per realizzare i sogni che da semplice giocatore abbiamo avuto e continueremo ad avere. Dalla Federazione nuovi obiettivi, continuità a quelli già intrapresi dal 2005. Si sono avvicinati nuovi amici e con loro voglio continuare un cammino che ha portato al raggiungimento di alcuni dei punti prefissati. Troppe volte ho dovuto virare perché alcune forze in campo hanno

puntato solamente a bloccare, spesso a distruggere, ogni cosa che si cercava di creare e questo solo per interesse personale, spirito di vendetta e rivalsa. Motivazioni che nulla hanno a che fare con l'interesse collettivo. Siamo un gruppo che vuole creare. Il distruggere lo lasciamo agli altri, a chi in questi anni ha pensato solo a rallentare la crescita della Federazione e a denunciare il Presidente a più riprese. Dateci la forza per continuare questo progetto e vi garantiremo il nostro massimo impegno, lo stesso che, già negli anni scorsi, vi abbiamo dimostrato. Crescere e non buttare alle ortiche ciò che gli altri hanno fatto, per il saper cambiare, per adattarsi ai tempi in cui viviamo, e per maturare come Federazione Sportiva e mirare a diventare una Federazione Nazionale. Abbiamo bisogno della vostra fiducia, e non ve ne pentirete. Grazie per questi quattro anni vissuti insieme, un abbraccio

Il candidato Presidente Mauro Facchetti

Organigramma e conoscenza candidati

Presidente -Mauro Facchetti -

Dopo 4 anni di Presidenza Federale mi ripresento con più determinazione. Sicuro dei miei mezzi e dell'esperienza maturata in questi anni. Sono pronto a continuare il lavoro iniziato e che prevedeva obiettivi che non abbiamo potuto raggiungere in questi anni. Il mio intendimento sarà di far diventare la Fisb una Federazione Nazionale e ogni sforzo al CONI sarà orientato verso questo obiettivo.

Consigliere - Cinzia Valentini -

Toscana verace impegnata nel mondo del bowling da 18 anni e non solo sul campo di gioco, ma da 4 anni anche in quello organizzativo come Consigliere Federale. Spero di poter continuare per migliorare

Il lavoro iniziato nel settore femminile con il Circuito Rosa e non solo.

Consigliere - Oreste Schillaci -

Già nel consiglio Federale, più maturo per l'esperienza acquisita, devo ringraziare chi ha avuto fiducia dandomi la possibilità prima con i seniores poi con gli aziendali, di affiancare i rappresentanti Nazionali nell'organizzare la finale Europea.

Consigliere - Dario Armillei -

Tesserato dal 1979 a più riprese ho collaborato con la Fisb. Attualmente ho fatto parte della Commissione Tecnica Sportiva. Quest'ultima attività mi ha dato la carica per presentarmi come Consigliere Naz.le.

Consigliere - Mario Brusa -

Esperienza ventennale e anima del Thai B C Novara. Presidente Regionale e Consigliere Nazionale per il 3° anno consecutivo. Ho fatto parte del CTS in qualità di presidente. Prometto il mio impegno nell'ambito del Consiglio Nazionale.

Rappresentante Atleti - M. Di Tosto

Cofondatore del Club Accademia Amenta ed ex presidente del BC Frascati 93. Mi sento pronto e a disposizione per rilanciare il nostro sport.

Rappresentante Atlete - Laura Bambi.

Sono stata presidente del GS The Kings che ha fatto grandi cose. Seguo gli esordienti.

Rappresentante Tecnico - Renato Tonon

Ex presidente Provinciale e Regionale, ho frequentato il corso di specializzazione Ritger.