

**XVI Edizione
2008-2009**

15 gennaio

Seconda fase

Risultati della quinta

giornata di singolo

torneo Faccia a faccia



Siente, ma ie che nnumero faccio???

e nunn'ossaio??? **I 4 ò mbriaco**

fascia A

bowl1	bowl2	punti	
francesco	enrico	2	10
renato	bruno	5	7
massimo	edoardo	2	10

fascia B

bowl1	bowl2	punti	
mino	italo m	8	4
italo a	silvio	6	6
corrado	italo a	8	4

fascia C

bowl1	bowl2	punti	
anna ru	attilio	0	12
carlo	anna re	2	10
marcello	nicoletta	12	0

fascia D

bowl1	bowl2	punti	
antonio a	gianni	8	4
prudy	sandro	2	10
antonio b	gennaro	12	0

I record del torneo

Italo M. partita 271

**Renato serie 1085
media 217**

partita e media del giorno

Mino 242

Mino 1047

Chi aveva ancora qualcosa da dare, lo ha dato in questa giornata. Non c'era da aspettare ancora. C'è chi aspira a vincere la fascia e chi perlomeno tenta di finire secondo nel proprio girone.

Girone A

Non si è ancora stabilita nessuna gerarchia. Si sono formate due coppie di bowlers, che presumibilmente si giocheranno la vittoria assoluta. I rivali di sempre, Enrico e Bruno, continueranno ad affrontarsi a viso aperto "esponendosi pure" al punto di giocare il caffè scommettendo su chi riesce a fare più birilli nell'arco delle cinque partite da giocare. Renato ed Edoardo, alle loro spalle, saranno pronti ad approfittare di un qualsiasi momento debole e non vada sottovalutato Massimo, perché è capace di grosse imprese.

Girone B

Fatalmente, è nata quasi la stessa situazione del 1° girone. Sono in 4 ad essere in lista di attesa per la vittoria. Come sempre succede in questi casi, la vitto-

ria sarà di chi avrà la calma necessaria per affrontare in ogni partita l'incognita delle piste. Avvincente sarà l'incontro tra Italo A. in uno stato di grazia da tanto e Mino che ha recuperato lo stato di forma nelle ultime giornate. Silvio e Italo M. avranno qualcosa da dire e possono essere temibilissimi, non mollano mai la partita. Più staccato Nando, però matematicamente ancora non escluso.

Girone C

C'è Attilio, che pur essendo al primo vero impegno in un torneo, ben si è comportato dall'inizio. È un ragazzo calmo e pratica un gioco essenziale, con poche sbavature. Carlo e Marcello non demordono e potranno far sentire la loro "presenza" al primo passo falso. Anche Anna Re, finché la matematica non la condanna, le tenterà tutte prima di arrendersi. Anna Ru non potendosi difendere per infortunio, mantiene ancora il contatto con i componenti del Faccia a Faccia presentandosi

ogni volta che si gioca il turno settimanale. Discorso diverso per Nicoletta. La sua presenza è il vanto di noi organizzatori e non vederla in pista questa settimana ci ha fatto pensare ad una sua indisposizione. La aspettiamo al più presto.

Girone D

Il giovane Sandro sta affermando sempre di più e Antonio B. lo sta seguendo a ruota. Fermo Antonio A. Gianni fa ciò che può e Prudy con abnegazione da sempre il meglio di se stessa, nonostante tutto.

L'organizzazione

L'organizzazione



Ricette per lo sportivo

Pappa d'avena

È un piatto altamente energetico e ricco di lipidi, adatto agli atleti che devono effettuare una competizione sportiva intensa ma di brevissima durata.

Valori nutrizionali per porzione

- 334 kcal
- 30 g di lipidi
- 20 g di proteine
- 36 g di carboidrati

Dosi per 4 porzioni;

- 200 g di avena
- 4 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 4 cucchiaini di pecorino grattugiato

Procedimento

Sciogliere abbondantemente i chicchi di avena e metterli a bagno per una intera notte.

Successivamente metterli a bollire nella stessa acqua.

A cottura ultimata ritirare dal fuoco e aggiungere l'olio ed il formaggio pecorino.

Buon appetito

E buon pro vi faccia.

Nel prossimo numero pubblicheremo altre ricette .

Lo zodiaco cinese

Gli anni sotto il segno di questo animale, il **cane** sono sette ed esattamente sono:

1934 .1946 .1958. 1970

1982 .1994 . 2006



Il cane:

È il più simpatico di tutti i tipi dello zodiaco cinese.

Senso del dovere, lealtà giustizia e anche buon senso sono

le sue qualità distintive

Ritenuto per tradizione l'essere più fedele e onesto del mondo. ma non è facile apprezzarlo al primo approccio.

Un po' introverso, ma non è un egoista, al contrario si fa in quattro per dare una mano al prossimo, disponibile sempre a dare un aiuto a chi glielo chiede.

Stimato e rispettato per la capacità di difendere i più deboli, ma la mancanza di riconoscenza lo ferisce profondamente.

Nasconde il suo animo sensibile e i suoi nobili principi dietro una maschera sar-

castica, è intelligente e dotato di umorismo, preciso ma esigente, non ha pretese per se, si sacrifica per la famiglia.

In amore:

Dà, ma esige tutto, le capacità di amare sono molto buone anche se frenate da una grande insicurezza.

L'uomo:

È il compagno più devoto che si possa sognare, anche se non abbonda in manifestazioni di tenerezza.

Desidera soprattutto correttezza e chiarezza, e poche intrusioni nella sua privacy.

È deciso, puntuale e preciso, valuta con attenzione tutte le alternative prima di prendere una decisione.

Nei rapporti con l'altro sesso è molto cauto e raramente si lascia trasportare dal sentimento.

In amore è protettivo e ama il dialogo, cerca comprensione e fiducia.

Con i figli è ansioso e anche severo.

Onesto e soprattutto fedele, ha un fortissimo senso del dovere.

donna:

È molto bella e femminile, ha un

carattere affettuoso e rasserenante.

Generosa, disponibile, intuitiva, sensibile ad aiutare il prossimo.

Ha pochi amici ma sinceri, con il partner è fedele e schietta.

Il suo bisogno di sentirsi valorizzata porta a legarsi a un uomo importante.

Difficilmente accetterà il ruolo di casalinga, perché non le va di rinunciare anche in parte, alla propria autonomia.

Il bambino:

È quello che più precocemente di altri vi darà soddisfazioni.

Nella primissima infanzia vi accorgete difficilmente di tutte le qualità, che solo più tardi, verso i cinque o sei anni di età, cominceranno ad emergere in pieno.

La prima cosa che noterete sarà la sua incredibile intelligenza, brillante, impaziente, vedrete che ha fretta di crescere e di imparare cose nuove

Costituzione fisica:

Punti delicati: testa e sistema respiratorio di conseguenza è portato ad avere sinusiti, emicranie e bronchiti.