



NEWS

**Stagione Agonistica
2019/2020**

JOHN NEELD NUOVO ALLENATORE DEGLI AGONISTI

Un messicano di grande esperienza per un salto di qualità



Nella foto il nuovo allenatore John Neeld con il presidente Fulvio Belsasso.

Trieste 20 Agosto 2019

È stato presentato stamattina a Trieste John Neeld, il nuovo allenatore della squadra agonistica.

Alla presenza degli atleti della Trieste Tuffi e della stampa, John Neeld ha voluto porre l'accento sulla sua carriera di oltre 35 anni da atleta e da allenatore, che lo ha visto raccogliere esperienze internazionali anche a livello olimpico.

Come atleta ha fatto parte della nazionale messicana partecipando a campionati panamericani sia di categoria che assoluti nonché a vari mondiali.

È stato allenatore della nazionale messicana dal 2000 al 2010 e di quella del Principato di Monaco dal 2010 alla scorsa stagione, partecipando con i suoi atleti anche alle Olimpiadi di Atene 2004 e Pechino 2008 dove ha vinto il bronzo nel sincronizzato 10 metri femminile. Nell'arco della sua lunga carriera i suoi atleti hanno vinto più di 30 medaglie tra continentali, internazionali, mondiali e olimpiche.

La squadra ora inizierà un percorso di attività ginnica in palestra per poi trasferirsi dal 4 al 7 settembre a Fiume e successivamente riprendere la consueta attività presso la piscina Bianchi a Trieste.

**DINO SCHORN, PREPARATORE DELLA TRIESTE TUFFI,
CAMPIONE DEL MONDO NEI 400 STILE LIBERO MASTER DI NUOTO A GWANJU**



Dal 4 settembre presso la segreteria alla Bianchi o online

APERTE LE ISCRIZIONI AI CORSI

Ti attendiamo: ci aspetta un anno di grandi successi!

A vertical poster for 'Trieste Tuffi' (Trieste Diving). The background is a blue pool with ripples. A female diver in a black swimsuit is shown in a graceful, arched diving pose. In the top left corner, there is a circular logo with a diver and the text 'TRIESTE TUFFI'. The title 'TRIESTE TUFFI' is written in large, bold, blue letters across the top. Below the title, the text 'Impara uno sport da campioni!' is written in red. On the left side, there is a list of achievements in white text: 'Dal 2004 a oggi ha vinto: 6 SCUDETTI, 79 TITOLI ITALIANI e partecipato a: 3 OLIMPIADI, 8 MONDIALI, 9 EUROPEI'. Below this, the text 'UNA GRANDE SCUOLA!' is written in red. At the bottom, there is contact information: 'Chiama e iscriviti ai corsi 2019-2020!' in white, followed by 'Tel. e fax: 040 300460' in red. To the right of this, the email 'triestetuffi@libero.it', the website 'www.triestetuffi.it', and the IBAN 'IT500030690222100000006287' are listed in white. At the very bottom, there are three logos: 'TORRI d'EUROPA', 'fisiokan', and 'FIN'.

Sono aperte le iscrizioni 2019 - 2020 della Trieste Tuffi: i corsi partono dai 3 anni fino agli over 65. Se vuoi provare l'emozione di uno sport da campioni chiama lo 040 300460, manda una mail a triestetuffi@libero.it oppure vieni a trovarci presso la piscina Bruno Bianchi a Trieste. La segreteria riapre dal 4 settembre dalle 15:00 alle 19:00 e inoltre a partire dal 9 sarà aperta anche dalle 10:00 alle 12:00. Per tutte le informazioni visita il nostro sito www.triestetuffi.it. Ti aspettiamo.

Sesto posto a Bilbao

CONCLUSO IL TORNEO RED BULL

Per De Rose un probabile rientro nei top divers



Nella foto Alessandro De Rose in uno dei suoi tuffi.

Trieste 15 Settembre 2019

Si è concluso il 14 settembre il torneo dalle grandi altezze Red Bull, che ha visto trionfare sia a Bilbao che in classifica generale l'inglese Gary Hunt.

Per Alessandro De Rose un ottimo sesto posto a Bilbao con 372,80 punti; la gara è stata vinta da Hunt, davanti al messicano Jonathan Paredes e alla rivelazione della gara, il diciassettenne inglese Aidan Heslop.

Questo sesto posto dovrebbe garantire la top ten a De Rose ma bisogna attendere ancora alcuni giorni per conoscere le decisioni dei vertici della Red Bull.

LA TRIESTE TUFFI OSPITE DELLA VESPUCCI

Auber, Belsasso e De Rose le star in visita



Nella foto la squadra della Trieste Tuffi con gli ufficiali sulla Amerigo Vespucci.

Trieste 12 Ottobre 2019

La squadra agonistica della Trieste Tuffi è stata ospite della nave scuola della Marina Militare Amerigo Vespucci, a Trieste in occasione della Barcolana.

Gli atleti, accompagnati dal presidente Fulvio Belsasso e dal nuovo tecnico messicano John Neeld, hanno visitato il vascello e svelato gli auspici per la nuova stagione.

"Sto per partire per la Cina dove dal 24 ottobre disputerò i campionati mondiali militari, proprio con la maglia della Marina Militare e della Trieste Tuffi e quindi è per me un grande onore essere ospite oggi della Vespucci", ha commentato Gabriele Auber, reduce da una medaglia di bronzo alle ultime Universiadi.

Alessandro De Rose, quinto ai recenti mondiali dalle Grandi Altezze in Corea, aggiunge: "Il nostro campionato inizia appena a marzo e per ora mi sto allenando dai trampolini. Con la nazionale l'impegno principale sarà a Kazan a luglio con la Coppa del Mondo".

Così invece Giulia Belsasso: "Sto riprendendo la piattaforma dopo una sosta forzata per un infortunio e mi attendo un finale d'anno e un inizio 2020 di soddisfazioni".

Con loro i giovanissimi esordienti, l'istruttrice Chiara Verginella e il preparatore fisico Dino Schorn.

AUBER PROTAGONISTA AI MONDIALI MILITARI

Medaglia di bronzo e quarto posto in Cina



Nella foto Auber nella recente visita alla Vespucci.

Trieste 27 Ottobre 2019

Si sono da poco conclusi i mondiali militari di tuffi in Cina, a WU Han, che hanno visto il dominio incontrastato della nazione padrone di casa che ha surclassato tutte le altre nazioni partecipanti.

Per l'Italia partecipavano quattro atleti e l'attenzione era concentrata sulla prova di Gabriele Auber, tesserato per la Marina Militare e la Trieste Tuffi, rientrato da poco più di un mese a Trieste dopo un lungo periodo di allenamento a Roma.

Auber ha partecipato a tre gare, dal trampolino da 1 metro, da 3 metri e nel sincro 3 metri con Tommaso Rinaldi, atleta che è cresciuto proprio con la Trieste Tuffi e che ora è iscritto per la MR Sport.

Per l'atleta triestino era la prima gara dopo il cambio dell'allenatore; infatti dal suo rientro a Trieste è seguito dal tecnico messicano John Neeld, che ha impostato un programma a medio raggio per portare Auber al massimo della forma in occasione delle gare che qualificano i due migliori italiani per la Coppa del Mondo che si terrà a Tokyo il 20 aprile del prossimo anno.

Proprio a Tokyo gli azzurri che si qualificheranno proveranno a conquistare uno dei 18 posti ancora in palio per poter partecipare alle Olimpiadi estive 2020 in terra giapponese.

Gabriele Auber non ha tradito le attese e a Wu Han ha dimostrato che la strada intrapresa è quella giusta. Dopo una prova discreta dal trampolino da 1 metro, disciplina però non olimpica e alla quale si dedica con minor intensità, nella quale ha ottenuto 277,85 punti equivalenti al 13° posto (in finale accedevano i primi dodici), Auber ha disputato una ottima finale da 3 metri, totalizzando ben 368,30 punti che lo hanno proiettato al quarto posto della classifica finale, vinta dai due cinesi con la Bielorussia al terzo posto a soli 13 punti dall'azzurro.

Il portacolori della Trieste Tuffi e della Marina Militare ha poi replicato nel sincro tre metri, in coppia con Tommaso Rinaldi e il risultato è stato migliore con la conquista di una prestigiosa medaglia di bronzo con 364,74 punti, dietro solo alla imprevedibile Cina e all'Ucraina.

Ora per Auber una nuova fase di allenamenti fino alla prima gara del campionato italiano che si terrà a Bolzano, con il tradizionale Trofeo di Natale, in programma dal 15 al 17 dicembre.

Primo appuntamento della stagione 2019-2020

2 MEDAGLIE PER ZANETTI ALL'ALPE ADRIA

Conclusa a Trieste la gara d'esordio del torneo



Nella foto Nicola Zanetti mentre esegue un tuffo.

Trieste 08 dicembre 2019

È iniziata, come ogni anno, con il Trofeo Alpe Adria la nuova stagione agonistica 2019-2020. La prima tappa si è svolta a Trieste dal 6 all' 8 dicembre e ha visto al nastro di partenza 10 squadre provenienti dal Italia, Austria, Slovenia e Croazia.

La Trieste Tuffi era presente solo con cinque atleti, sotto la guida del nuovo tecnico messicano John Neeld.

"È una gara che arriva molto presto per le categorie giovanili che hanno la prima competizione nazionale a fine gennaio e quindi abbiamo optato per presentare solo pochi atleti per fare esperienza," sottolinea il presidente della Trieste Tuffi Fulvio Belsasso.

Ciononostante i risultati sono stati incoraggianti e hanno dimostrato che si è sulla strada giusta. Nicola Zanetti, infatti, categoria esordienti C1, ha conquistato due medaglie di bronzo sia da 1 che da 3 metri, mentre Umid Schisa ha gareggiato tra i ragazzi classificandosi settimo. Tra gli esordienti C2, invece, Marianna Cannone è arrivata sesta da 3 metri e nona da 1, mentre Francesco Fabro è stato quarto da 1 metro.

Infine, per la categoria esordienti C3, Alessandro Umeri, al suo esordio in una competizione ufficiale, ha concluso la gara con un buon sesto posto.

Trofeo di Natale a Bolzano, parte il campionato

BUON ESORDIO DI GABRIELE AUBER

Quinto e sesto posto dai trampolini



Nella foto Gabriele Auber in tuffo.

Trieste 15 Dicembre 2019

Iniziato il campionato italiano di tuffi che si sviluppa in dieci gare e che si concluderà a luglio 2020. A rompere il ghiaccio è stato il trofeo di Natale svoltosi a Bolzano dal 13 al 15 dicembre, al quale la Trieste Tuffi - vista l'indisponibilità di Giulia Belsasso, Alessio Vescovo e Alessandro De Rose - ha partecipato con il senior Gabriele Auber seguito dal tecnico John Neeld.

Auber ha gareggiato con regolarità ottenendo un quinto posto dal trampolino di un metro e un sesto da quello di tre metri con punteggi molto vicini ai migliori: 306.80 punti da 1 metro e 310.60 punti da 3 metri. Soddisfatti sia il tecnico che l'atleta per una prova che non incide sulle qualifiche per la coppa del mondo di Tokyo che assegnerà gli ultimi diciotto posti per le Olimpiadi.

Ora l'appuntamento importante è di nuovo a Bolzano per la coppa Tokyo in programma dall'8 al 10 febbraio.

Dal 15 al 19 gennaio al centro federale di Roma

CONVOCATI AUBER, DE ROSE E ZANETTI

**Atleti di interesse nazionale della Trieste Tuffi saranno seguiti
dal tecnico John Neeld**



Nella foto Gabriele Auber in tuffo.

Trieste 11 Gennaio 2019

Il nuovo anno inizia nel migliore dei modi per la Trieste Tuffi, che riceve una convocazione per tre atleti e un tecnico per il collegiale di atleti di interesse nazionale a Roma, presso il centro federale "Giulio Onesti" dell'Acquacetosa, dal 15 al 19 gennaio.

I convocati sono Gabriele Auber, categoria senior e già finalista europeo e mondiale dal trampolino tre metri sincro, Alessandro De Rose, atleta che si cimenta sia dalle altezze tradizionali che dai 27 metri e Nicola Zanetti, esordiente C1 che sta dimostrando notevoli miglioramenti. Tutti e tre sono seguiti dal nuovo tecnico della Trieste Tuffi, il messicano John Neeld, già nazionale del suo paese e del Principato di Monaco, al primo anno con la società triestina e alla sua prima convocazione per un collegiale.

Torino: esordienti fase interregionale
CANNONE, SEMACCHI E ZANETTI QUALIFICATI PER I NAZIONALI
Argento e bronzo per Zanetti



Nella foto da sinistra Chiara Semacchi, Nicola Zanetti e Marianna Cannone.

Trieste 26 Gennaio 2020

Si sono svolti a Torino dal 25 al 26 gennaio le gare interregionali di qualifica per la prima prova nazionale esordienti in programma a Trieste a febbraio. In palio 12 posti per la categoria C2 e 16 posti per la categoria C1.

Tutti e tre gli atleti della Trieste Tuffi, capitanati dal tecnico John Neeld, si sono qualificati per la prossima prova.

Rispettivamente Marianna Cannone si è classificata settima da 1 metro, nona da 3 metri e dalla piattaforma, Chiara Semacchi decima da 3 metri e settima dalla piattaforma e Nicola Zanetti, categoria C1, quarto da 1 metro, secondo da 3 metri e terzo dalla piattaforma.

Obiettivo raggiunto per la TriesteTuffi, in una gara che non dà punteggio per la classifica nazionale ma che serviva solamente per determinare i partecipanti alla prima prova nazionale.

Iniziano le gare di selezione per la Coppa del Mondo

VERSO TOKYO 2020, APPUNTAMENTO A BOLZANO



Nella foto Gabriele Auber.

Trieste 06 Febbraio 2020

Parte il 7 marzo, a Bolzano, la prima delle tre gare di qualifica per la Coppa del Mondo che si svolgerà a Tokyo in aprile e darà il pass agli ultimi diciotto atleti che prenderanno parte alle Olimpiadi 2020.

La Trieste Tuffi presenta due atleti alla gara riservata solamente alla categoria senior.

Alessandro De Rose, che gareggerà dal trampolino da 1 metro, e che prepara la stagione estiva dalle grandi altezze con un severo programma che prevede un affinamento della tecnica dalle piccole altezze.

Per Gabriele Auber, invece, il discorso è diverso. Prenderà parte sia alla gara da 1 metro, con obiettivo la qualifica ai campionati europei, che dai 3 metri. Per quest'ultima disciplina il regolamento prevede che i primi due atleti che otterranno i migliori punteggi nelle tre gare di qualificazione (Bolzano, Trieste e Torino) potranno contendersi a Tokyo, in coppa del mondo, il pass che premierà, come detto, 18 atleti.

Oltre alle gare individuali, Auber prenderà parte anche al sincro 3 metri, in coppia con il giovane Eduard Timbretti della Blu 2006 di Torino, che ha già vestito la maglia della Trieste Tuffi lo scorso anno.

Terminata la coppa Tokyo a Bolzano

BRAVO AUBER, PODIO VICINO



Nella foto Gabriele Auber.

Trieste 09 Febbraio 2020

Si è conclusa domenica la gara di selezione per la coppa del mondo ed Europei, coppa Tokyo a Bolzano.

La Trieste Tuffi si è presentata con due atleti, Gabriele Auber e Alessandro De Rose. Ottima la prestazione di Auber che si è classificato al quarto posto nel sincro 3 metri in coppia con il torinese Edward Timbretti, a meno di quattro punti dalla medaglia di bronzo. Una soddisfazione particolare dato che era la prima gara per questa nuova e promettente coppia. Auber poi si è classificato quinto dal trampolino 3 metri, dimostrando un netto miglioramento a confronto delle gare precedenti, che fanno ben sperare per la prossima prova di qualificazione prevista a Trieste a fine febbraio. Anche nella gara da 1 metro, dove si è classificato al sesto posto, sono stati riscontrati dei netti miglioramenti che lo confermano tra i migliori specialisti italiani.

Alessandro De Rose invece ha preso parte solamente alla gara da 1 metro chiudendo al quindicesimo posto, ma per lui rappresentava solamente un ulteriore allenamento in previsione delle gare dalle grandi altezze di quest'estate. "Sono contento della prestazione di Gabriele", commenta il tecnico della Trieste Tuffi John Neeld, "abbiamo inserito dei tuffi nuovi nel programma che saranno certamente più rodati alla prossima gara".

Prima prova esordienti C1 e C2 a Trieste

INFORTUNI E INFLUENZA FRENANO LA TRIESTE TUFFI



Nella foto da sinistra Chiara Semacchi, Nicola Zanetti e Marianna Cannone.

Trieste 16 Febbraio 2020

Si è svolta dal 14 al 16 febbraio, presso la piscina "Bianchi" di Trieste, la prima prova nazionale degli esordienti C1 e C2.

La Trieste Tuffi avrebbe dovuto presentare tre atleti, seguiti dal tecnico John Neeld, ma per cause non dipendenti dalla volontà ha affrontato la prova in condizioni a dir poco precarie.

Per la categoria C2 Chiara Semacchi si è fratturata il dito mignolo della mano in allenamento il giorno prima delle gare; uno stop di almeno 20 giorni arrivato proprio nel momento meno opportuno.

Sempre per i C2 Marianna Cannone, reduce da un periodo influenzale, non ha fatto registrare gli stessi punteggi della gara interregionale di Bolzano e ha chiuso la prova da 3 metri al diciannovesimo posto e dalla piattaforma al diciottesimo, mentre dal trampolino da 1 metro si è classificata al decimo posto, piazzamento che fa ben sperare per l'accesso alla finale nazionale di Riccione.

Il regolamento prevede, infatti, che i primi dodici atleti che si classificano sommando i punteggi della prima gara esordienti alla seconda prova che si disputerà a maggio potranno partecipare alla finalissima in terra romagnola.

Per la categoria C1, invece, dove passavano i primi sedici classificati, Nicola Zanetti si è presentato quasi senza allenamento, dato che un virus intestinale lo ha tenuto lontano dalla piscina per quindici giorni. Ciononostante per lui si registrano un sedicesimo posto dal trampolino da 1 metro, un undicesimo da 3 e un nono posto dalla piattaforma.

Campionati Italiani Invernali Master e Amatori a Torino

5 MEDAGLIE PER LA TRIESTE TUFFI

Exploit di Varagnolo e Verginella

Trieste 24 Febbraio 2020

Si sono disputati a Torino, nel week end, i campionati italiani Master e Amatori. La Trieste Tuffi ha presentato tre atleti ai nastri di partenza, Silvia Varagnolo, alla sua prima gara, Chiara Verginella e Alberto Cumin.

I risultati sono stati sopra le attese, con una performance in particolare di Silvia Varagnolo, che vince le gare da 3 metri e piattaforma e si classifica seconda da 1 metro. Molto bene anche Chiara Verginella, seconda da 1 metro, terza da 3 metri e quinta dalla piattaforma.

Positiva pure la prova di Alberto Cumin, rientrato dopo

un periodo di assenza di un paio di mesi; per lui un undicesimo posto da 1 metro e un nono da 3 metri.

Per quanto riguarda le gare sincro, Varagnolo e Verginella si sono piazzate decime da 3 metri, Alberto Cumin undicesimo e la coppia mista Cumin - Verginella quinta.



Nella foto da sinistra Silvia Varagnolo, Alberto Cumin e Chiara Verginella.

COMUNICAZIONE URGENTE



Trieste 02 Marzo 2020

A seguito delle disposizioni riguardo la gestione e il contenimento dell'emergenza Coronavirus contenute nel decreto del 1° marzo 2020 del Governo Italiano e della successiva comunicazione della Federazione Italiana Nuoto,

SI INFORMA

che tutta l'attività, allenamenti e gare, è ripresa regolarmente su tutto il territorio nazionale in conformità alle disposizioni governative.

COMUNICAZIONE URGENTE



Trieste 09 Marzo 2020

A seguito dell'annullamento temporaneo da parte della Federazione Italiana Nuoto delle competizioni a livello nazionale e internazionale e allo scopo di tutelare gli iscritti alla Trieste Tuffi si ritiene opportuno, in via precauzionale, **interrompere tutte le attività fino al 15 marzo**. Gli allenamenti degli agonisti e i corsi riprenderanno regolarmente a partire da lunedì 16 marzo.

Per qualsiasi ulteriore chiarimento in merito rivolgersi alla segreteria.

COMUNICAZIONE URGENTE



Trieste 14 Marzo 2020

A seguito dell'ordinanza della presidenza del consiglio dei ministri e a seguito delle raccomandazioni della Federazione Italiana Nuoto, **la Trieste Tuffi ha sospeso tutti i corsi e gli allenamenti della squadra agonistica fino al 25 marzo.**

Auspicio che la difficile situazione che si è venuta a creare a causa del coronavirus SARS-CoV-2 possa risolversi positivamente in tempi brevi, si informa che l'attività della società proseguirà per ulteriori 15 giorni dopo la chiusura dei corsi prevista per il 15 giugno a titolo gratuito.

Per qualsiasi informazione ulteriore è possibile contattare la segreteria allo 040-300460 o scrivendo a triestetuffi@libero.it.

COMUNICAZIONE DEL PRESIDENTE



Buongiorno a tutti, dopo l'ultimo avviso, nel quale comunicavamo la chiusura di tutta l'attività sociale fino a oggi, la situazione si è aggravata, costringendo le autorità a una chiusura rigorosa in tutto il Paese fino al prossimo 13 aprile. Di conseguenza anche la Trieste Tuffi seguirà scrupolosamente le indicazioni e raccomanda anche a tutti i suoi atleti e corsisti di attenersi alle direttive del Governo. Per chi è abituato a fare sport e ancor di più per chi ne ha fatto la propria professione questa che stiamo vivendo è una prova alla quale non eravamo abituati. Un'arma di cui disponiamo, e che gli sportivi ben conoscono, è la disciplina. Con essa e con la pazienza, così come prepariamo una gara, sapremo affrontare nel migliore dei modi questa emergenza. La Trieste Tuffi sarà vicina a tutti i suoi iscritti alla ripresa delle attività, che auspichiamo possano concretizzarsi lunedì 6 aprile; organizzeremo corsi di recupero e allungheremo il termine della conclusione dei corsi per venire incontro alle esigenze di tutti. Un grande *in bocca al lupo* a tutti voi!

Fulvio Belsasso

Di seguito i commenti degli atleti di punta della Trieste Tuffi:

Sto vivendo delle giornate tranquille cercando di aiutare chi sta male o si sta dando da fare per risolvere questa situazione. Seguo quindi tutte le direttive che ci vengono imposte e cerco di trasmettere questo pensiero nel mio piccolo. Sento la vicinanza verso gli altri come se fossimo una grande squadra dove ogni nostra azione si riversa sugli altri.

Mi alleno come posso, ho un tetto sul condominio della casa in cui abito che sto sfruttando molto per prendere un po' di aria e fare attività fisica. Ho allestito una piccola palestra e aspetto la fine di questa quarantena.

Abbiamo avuto la notizia che le olimpiadi sono rimandate, quindi sto sfruttando questo periodo di calma per ricaricarmi fisicamente e mentalmente.

Viene prima la salute, lo sport dopotutto è "solo" un gioco.

Gabriele Auber



Non farsi prendere dalla noia, mantenere sempre una vita impegnata, fare ginnastica a casa e seguire le direttive che ci vengono comunicate dalle autorità. Ogni giorno dedico un paio d'ore all'allenamento, seguendo con attenzione i programmi che ci hanno lasciato i preparatori fisici Luca Bossi e Dino Schorn e non vedo l'ora di poter tornare in piscina. È una novità per me e sono certa anche per tutti coloro che sono abituati a fare sport quotidianamente; rompere tutto ad un tratto la regolarità degli allenamenti ti confonde e demoralizza; ma dobbiamo aspettare ancora poco, sono certa che ad aprile ricominceremo con ancora maggiore entusiasmo. Ora salvaguardiamo la nostra salute e quella degli altri, è la cosa più importante.

Giulia Belsasso

È un momento difficile per tutti quello che stiamo vivendo, ma rimanere a casa è fondamentale per riuscire a combattere questo nemico invisibile e ognuno di noi è chiamato a fare la propria parte.

Per quanto riguarda noi sportivi è una situazione difficile ma non impossibile da affrontare, ci si può allenare a casa basta avere un po' di fantasia, personalmente cerco di mantenere uno stile di vita attivo allenandomi con dei percorsi a corpo libero almeno due volte al giorno con sedute da 1 ora la mattina ed una nel pomeriggio, una parte essenziale del nostro sport è quella della visualizzazione del tuffo e per fortuna questo lo si può fare ovunque. L'obiettivo di quest'anno non è cambiato, riconfermarsi come permanent diver nella world series e cercare di rientrare nella top 5 mondiale in coppa del mondo, obiettivo non impossibile ma sicuramente più difficile data la situazione. La chiave per riuscire a vincere questa sfida sarà nella programmazione studiata con la mia allenatrice Nicole e nell'atteggiamento positivo da mantenere durante gli allenamenti quando torneremo in piscina.

Alessandro De Rose





COMUNICAZIONE DEL PRESIDENTE

Buongiorno e un sincero augurio di serena Pasqua in questo difficile momento.

Il sito della Federazione Italiana Nuoto ha riportato ieri le disposizioni del nuovo Decreto in merito al prolungamento delle restrizioni per il contenimento della diffusione del virus e gli effetti sul mondo dello sport.

Restiamo, quindi, **a casa fino al 3 maggio**, ma cominciamo a immaginare il futuro. Un bravo sportivo è per prima cosa ottimista e programmatore. La Trieste Tuffi, a stretto contatto con la Federazione e le pubbliche amministrazioni, sta già studiando un piano di ripresa degli allenamenti sia per la squadra agonistica che per tutti gli iscritti ai corsi. Una delle ipotesi ventilata in questi giorni è quella di continuare l'attività dalla probabile ripresa di maggio fino al 15 settembre, senza l'interruzione nel mese di agosto, come consuetudine. È possibile che anche il calendario delle gare nazionali segua questo percorso, portando così a termine il campionato entro fine estate. In quest'ottica stiamo predisponendo un piano che consenta a tutti gli iscritti di non perdere gli allenamenti che alcuni hanno già pagato e altri hanno prenotato.

Nel frattempo iniziamo a pubblicare tramite il nostro sito i video realizzati dal preparatore fisico Dino Schorn per consigliarvi degli esercizi per mantenere la forma. Continuate a seguirci su Facebook e vi terremo aggiornati sulle novità che la Federazione ci comunicherà.

Come dicevo ogni sportivo è un ottimista; manca poco alla ripresa, non lasciate che l'apatia abbia il sopravvento ma programmate le vostre giornate.

Tomeremo più forti di prima.

Fulvio Belsasso



COMUNICAZIONE DEL PRESIDENTE

Sono passati quasi due mesi da quando il coronavirus "Sars-CoV-2" ha iniziato il suo contagioso viaggio attorno al mondo, non risparmiando alcuna nazione. L'Italia è stata purtroppo uno dei primi paesi colpiti e, vittima di questo triste primato, ha sofferto il ruolo del noviziato.

Ancora oggi ogni regione italiana, in particolare modo quelle del nord, portano i segni del passaggio di un virus sconosciuto e che domeremo con difficoltà.

Il mondo dello sport, così come ogni altro settore, si è trovato a fronteggiare una situazione alla quale non era preparato; gli agonisti di primo livello hanno visto svanire i sogni olimpici con contraccolpi, specie psicologici, che scopriremo in tempi brevi, i campionati di ogni disciplina si sono fermati e non sappiamo ancora quando riprenderanno, i dilettanti e il settore promozionale è stato relegato a casa o, al massimo, al giro del condominio per prendere un po' d'aria.

Inutile dire che quello che stiamo vivendo è un disastro di dimensioni mondiali, che ha permesso ai media del terzo millennio di dimostrare il loro potere, superiore a quello economico e politico. Siamo schiavi dei notiziari quotidiani, delle statistiche che semplificano il sacrificio degli operatori sanitari in un gioco di numeri che sale e scende di giorno in

giorno; le informazioni che ci tempestano fanno sembrare il virus la peggiore catastrofe che si sia mai abbattuta sul pianeta, senza ricordare come la vita dell'uomo è sempre stata accompagnata dalla presenza di questi invisibili killer e li abbia combattuti e vinti, non senza riportare gravi perdite.

Ma allora le notizie non volavano come ora.

Come dicevo, anche lo sport è stato duramente colpito e si sta studiando il metodo migliore per riprendere gli allenamenti e successivamente le competizioni agonistiche e l'attività amatoriale. Qualcuno sta proponendo soluzioni che ritengo poco percorribili, come quella del distanziamento fisico di almeno 1 metro tra atleta e atleta; sono curioso di vedere una gara di basket o un 1500 di atletica leggera!

Credo che la cosa migliore sarà quella di convivere con il "Sars 2" così come abbiamo convissuto con tutti gli altri virus nel passato, dall'influenza spagnola, asiatica e suina, a Ebola, all'Hiv. Questa volta, per fortuna, la scienza ha fatto esperienza e probabilmente prima della fine dell'anno riusciremo già a realizzare un vaccino sufficientemente sicuro per neutralizzare il temibile nemico.

Tutte le società sportive si troveranno, fra pochissimi mesi, di fronte a un problema ben più grave della ripresa dell'attività che, con una attenta programmazione, verrà sicuramente risolto. Lo stop forzato di questi mesi e la stagione estiva parzialmente compromessa porterà i sodalizi che si occupano non solo di agonismo ma, soprattutto, di promozione sportiva a un deficit economico pari almeno a metà del loro bilancio annuale. Bisogna poi pensare agli allenatori e al loro entourage e all'indotto, dai fisioterapisti ai preparatori atletici, alle palestre, solo per fare qualche esempio.

Quindi quali proposte suggerire a chi ha il delicato compito di individuare la strada?

Prima e più importante: il fattore tempo. Non possiamo parlare di riaperture senza un programma chiaro di investimenti per il mondo dello sport. Abbiamo atteso troppo e ora la risposta deve arrivare nel giro di pochi giorni, non settimane.

Per quanto riguarda la Trieste Tuffi speriamo che il 4 maggio, così come ipotizzato leggendo tra le righe del nuovo decreto ministeriale, possa rappresentare la data per riprendere con il settore agonistico e entro il mese di maggio tutta l'attività. Questa prospettiva, che ritengo realistica, deve però essere supportata dalla risoluzione dei problemi economici. Ci attendiamo, quindi, che lo Stato intervenga immediatamente, noi faremo la nostra parte e sono certo che tutti i nostri iscritti saranno pronti a affrontare la nuova sfida con entusiasmo e determinazione.

Le migliori doti di uno sportivo.

ANCORA FERMI

Secondo le indicazioni di Palazzo Chigi l'attività per gli atleti di interesse nazionale doveva iniziare lunedì 4 maggio, ma con una comunicazione urgente del Comune di Trieste siamo stati informati che sono necessari dei lavori per cui tutto l'impianto deve rimanere chiuso. Non sappiamo per quanto e auspichiamo che la chiusura sia molto breve.

Per ora riponiamo ancora fiducia nell'amministrazione, dato che una urgenza può sempre accadere e ci riserviamo di riprendere l'argomento e di annunciare che l'attività è ripresa per gli atleti di prima fascia. Per tutti gli altri iscritti la data probabile dovrebbe essere quella del 18 maggio.



**SI RIPARTE DAL 18 MAGGIO
MA SOLO PER ATLETI DI INTERESSE NAZIONALE**



Da lunedì 18 maggio la piscina "Bianchi" riapre per atleti e tecnici di interesse nazionale. Si resta in attesa di conoscere la data di apertura per gli altri agonisti e per i corsi, che si spera possa essere il 25 maggio o al massimo il 1° giugno, così come la conferma che il programma estivo possa partire al termine della scuola il 15 giugno.

A breve pubblicheremo una nuova comunicazione con le date precise.



TUTTI IN PISCINA

Riprendono i corsi dal 28 maggio

Buongiorno, siamo lieti di comunicare che la Federazione Italiana Nuoto ci ha informato che da giovedì 28 maggio la piscina è riaperta con i consueti orari.

Il periodo trascorso senza attività fisica ha messo a dura prova la resistenza di tutti noi, ma prima di tutto va salvaguardata la salute. Ora, che il pericolo è circoscritto, vi invitiamo a seguire le linee guida che ci ha comunicato la direzione della piscina e che trovate allegate.

In relazione al pagamento della quota vi informiamo che i corsi, che dovevano terminare il 14 giugno, vengono

prorogati fino al 31 agosto, per rispettare i termini dell'ultimo trimestre.

Si invitano coloro che non avessero ancora saldato l'ultimo trimestre, per ovvi motivi, a effettuare il pagamento tramite bonifico (Iban sul nostro sito) o presso la segreteria telefonando allo 040 300460 per prendere appuntamento o per chiedere qualsiasi informazione.

Si informa che giovedì 28 maggio sarà consentito l'accesso alla piscina esclusivamente a coloro che avranno consegnato l'autodichiarazione e effettuato il pagamento del corso.

A disposizione per qualsiasi chiarimento in merito, si porgono i migliori saluti.

La segreteria

Allegato 1

"Per accedere all'impianto, tutti gli iscritti alle società sportive, devono avere la specifica certificazione medica di idoneità agonistica per gli atleti e di attività non agonistica per gli allievi della scuola nuoto o tuffi, oltre alla "Autodichiarazione ai sensi degli artt. 46 e 47 DPR n. 445/2000 per atleti tesserati", che verrà raccolta -sotto la propria responsabilità- da ogni società per quanto riguarda i propri atleti e consegnata in copia alla segreteria della Fin Plus Trieste.

Al momento dell'ingresso in piscina, tutti dovranno farsi rilevare la temperatura da un *termoscanner* (i primi giorni sarà manuale, e quindi leggermente più lungo, perché siamo in attesa del *termoscanner* automatico), ricordando che chi dovesse superare i 37,5° non potrà entrare nell'impianto.

L'accesso agli spogliatoi avrà un percorso distinto rispetto all'uscita, in modo da evitare incroci lungo i corridoi di accesso (i percorsi alla piscina "Bianchi" sono particolarmente lunghi, interni ed esterni). Le tribune resteranno chiuse.

Altro nodo critico è rappresentato dall'utilizzo degli spogliatoi e delle docce, ricordando che si può entrare in vasca solo dopo "doccia saponata".

Le linee guida della FIN sconsigliano che i genitori accompagnino i figli negli spogliatoi e quindi è opportuno che si coinvolgano esclusivamente allievi che siano autonomi nelle operazioni di spogliatoio e bisogni/igiene personale, tra cui la doccia saponata, prima di entrare in vasca, previo il passaggio obbligato per la vaschetta lava piedi. Atleti ed allievi dovranno venire in piscina con il costume già indossato sotto i vestiti, in modo da velocizzare le operazioni di spogliatoio (NB. i vestiti dovranno essere posti nella borsa, che sarà portata con sé sul piano vasca, e non riposta negli armadietti).

I genitori potranno accompagnare i propri figli fino all'ingresso principale dell'impianto, mentre ogni società, ad inizio e fine turno di allenamento/lezione, seguirà con un proprio istruttore i propri allievi/atleti all'interno degli spogliatoi, unitamente ad un nostro collaboratore, vigilando affinché rispettino le regole di sicurezza per l'emergenza Covid-19.

Si sottolinea, comunque, che la direzione del Centro Federale Trieste ha predisposto tutte le indicazioni previste per sanificazione, distanziamento ed informazione, sia per gli utenti, sia per il personale."

TUFFI D'ESTATE

Aperte le iscrizioni ai corsi estivi



TRIESTE TUFFI

TUFFI D'ESTATE

**Impara uno sport
da campioni con
la Trieste Tuffi!**

Un'estate diversa
Emozionante
Divertente
Spettacolare

Chiama e iscriviti!
040/300460

TRIPMARE
S&A
RIMORCHIATORI

fisiocan

HN

Trieste 02 Giugno 2020

Dal 3 giugno è possibile iscriversi ai TUFFI D'ESTATE, corsi per tutte le età che inizieranno il 15 giugno e termineranno il 28 agosto.

Per informazioni: triestetuffi@libero.it, 040 300460.

LA TRIESTE TUFFI AL LAVORO

Stage a Riccione in vista delle gare



Nella foto Gabriele Auber.

Trieste 10 Luglio 2020

Dopo il lungo periodo di chiusura forzata che ha visto anche il mondo dei tuffi rivoluzionare il proprio calendario agonistico, la Federazione Italiana Nuoto ha organizzato per l'ultima settimana di luglio e la prima di agosto due gare per concludere una stagione che si è rivelata molto breve. Le competizioni riguarderanno le

categorie esordienti, ragazzi e junior e si svolgeranno dal 30 luglio al 2 agosto al Foro Italico di Roma, mentre dal 5 al 7 agosto è in programma una gara per gli "assoluti" alla piscina "Dibiasi" di Bolzano.

Per preparare nel migliore dei modi questi appuntamenti la Trieste Tuffi ha organizzato uno stage a Riccione per i più giovani. Dal 15 al 19 luglio, infatti, si svolgerà un *summer camp* al quale prenderanno parte Marianna Cannone, Francesco Fabro, Vittoria Grassilli, Umid Schisa, Chiara Semacchi e Nicola Zanetti, seguiti dallo staff tecnico della società.

Nel frattempo Gabriele Auber si sta allenando presso il centro federale dell'Acqua Acetosa di Roma, dove prepara le gare dai trampolini da 1 e 3 metri e il sincro 3 metri in coppia con il torinese Eduard Timbretti, mentre Alessandro De Rose è in Olanda per degli allenamenti dalla piattaforma da 25 metri in vista dei prossimi impegni che potrebbero vederlo in gara a novembre in Australia.

Sotto l'aspetto promozionale, la società continua a organizzare ogni settimana i corsi estivi per il più giovani, dai 7 ai 16 anni, che si svolgono al mattino, mentre i pomeriggi sono dedicati ai più grandi e ai master.

Per informazioni e iscrizioni ci si può rivolgere alla segreteria tel. 040 300460, mail: triestetuffi@libero.it.

ULTIME SETTIMANE PER I CORSI ESTIVI



TUFFI D'ESTATE

**Impara uno sport
da campioni con
la Trieste Tuffi!**

Un'estate diversa
Emozionante
Divertente
Spettacolare

Chiama e iscriviti!
040/300460



TRIPMARK
S&A
RIMORCHIATORI

fisiocan

HN

Trieste 30 Luglio 2020

Continuano con grande successo i corsi estivi della Trieste Tuffi. Restano aperte le iscrizioni solo per le due ultime settimane di agosto; tutte le altre hanno registrato un continuo crescendo e i posti sono esauriti.

Chi è interessato può inviare una mail a triestetuffi@libero.it per prenotare una settimana di tuffi spettacolari e avvincenti.

BUONA PROVA DELLA GIOVANILE DELLA TRIESTE TUFFI

AI CAMPIONATI ITALIANI DI ROMA



Nella foto da sinistra: il tecnico Marina Montobbio con Zanetti, Cannone, Schisa, Fabro.

Trieste 02 Agosto 2020

Dopo un lungo periodo di inattività tornano le competizioni nazionali con i campionati di categoria che si sono svolti dal 29 luglio al 2 agosto a Roma.

La Trieste Tuffi ha preso parte con solo quattro atleti seguiti dal tecnico Marina Montobbio; esordio in una gara nazionale per Umid Schisa, che si classifica sedicesimo da 1 metro, quattordicesimo da 3 e dodicesimo dalla piattaforma nella categoria ragazzi. Per gli esordienti C1 Nicola Zanetti chiude settimo con il suo secondo best score da 1 metro, mentre da 3 metri è impreciso nei tuffi obbligatori e si piazza all'undicesimo posto.

Tra gli esordienti C2, infine, Marianna Cannone si migliora notevolmente da tutte e tre le altezze, portando a casa un ottavo posto sia dai 3 metri che dalla piattaforma e un nono da 1 metro. Tra i maschi C2, in netta ripresa Francesco Fabro che, dopo una gara altalenante dai 3 metri dove si classifica quattordicesimo, è protagonista di una bellissima gara da 1 metro chiudendo sesto nonostante un tuffo sbagliato.

ASSOLUTI DI TUFFI A BOLZANO

Da mercoledì la Trieste Tuffi a caccia della medaglia



Nella foto Gabriele Auber.

Trieste 05 Agosto 2020

È un agosto di fuoco in tutti i sensi. Dopo l'intenso week end a Roma, dove si sono disputati i campionati italiani di categoria con una buona prestazione della Trieste Tuffi, unica squadra regionale presente, l'attenzione passa a Bolzano che dal 5 al 7 agosto ospiterà gli assoluti con in palio il titolo di campione d'Italia.

La gara quest'anno non prevede punteggi da ottenere per le qualifiche ai campionati europei e a coppa del mondo, come inizialmente previsto. L'emergenza Covid ha sconvolto tutti i piani e questo assoluto servirà principalmente agli atleti a riprendere dimistichezza con le competizioni di alto livello. A rendere più interessante la tre giorni bolzanina sarà la presenza della RAI che trasmetterà in differita le gare principali.

Per la Trieste Tuffi ci sarà Gabriele Auber, che sarà protagonista in ben tre specialità, dai trampolini da 1 e 3 metri e nel sincro 3 metri in coppia con il torinese Eduard Timbretti, che lo scorso anno vestiva la maglia dei giuliani. E proprio dal sincro ci si attende una importante indicazione visti i buoni risultati ottenuti di recente dalla coppia.

Sotto l'aspetto promozionale la Trieste Tuffi ha già avviato le iscrizioni ai corsi del prossimo anno agonistico, con le lezioni che inizieranno il 14 settembre; tutte le informazioni sul sito www.triestetuffi.it

BRONZO AGLI ASSOLUTI PER AUBER

Si chiude la stagione per la Trieste Tuffi con una prestigiosa medaglia



Nella foto Gabriele Auber.

Trieste 07 Agosto 2020

Conclusi i campionati assoluti a Bolzano con una importante medaglia di bronzo dal trampolino 3 metri sincro per la Trieste Tuffi, conquistata da Gabriele Auber in coppia con il torinese Eduard Timbretti. La coppia così si conferma tra le più forti in Italia con importanti prospettive per il prossimo anno agonistico che inizierà già ai primi di settembre. Auber inoltre ha terminato con l'ottavo posto da 1 metro e sesto da 3 metri. "È stato un buon risultato" - dichiara - "visto il lungo periodo di stop ed è la prima medaglia dopo quella ottenuta ai mondiali militari dell'ottobre scorso. Gli allenamenti a Trieste combinati a quelli svolti nel centro di preparazione Olimpica Giulio Onesti stanno dando i loro frutti. Mi sbilancio dicendo di avere delle buone aspettative per la prossima stagione sportiva, ora però è tempo di riposarsi un paio di settimane".

Per l'atleta una stagione iniziata con la medaglia di bronzo ai mondiali militari ma purtroppo troppo breve a causa dell'emergenza covid che ha condizionato tutto il mondo dello sport. La Trieste Tuffi sospende l'attività solamente fino al 16 agosto, dal 17 ricomincia sia l'attività agonistica che quella per i corsi estivi (www.triestetuffi.it, triestetuffi@libero.it).

Grande successo dei corsi estivi 2020

APERTE LE ISCRIZIONI PER L'ULTIMA SETTIMANA



TUFFI D'ESTATE

**Impara uno sport
da campioni con
la Trieste Tuffi!**

Un'estate diversa

Emozionante

Divertente

Spettacolare

Chiama e iscriviti!

040/300460

TRIPMARE
S&A
RIMORCHIATORI

fisiocan

HN
NATIONAL HYDROLOGICAL SERVICE

Trieste 18 Agosto 2020

Sono ancora aperte le iscrizioni per l'ultima settimana di agosto dei corsi estivi della Trieste Tuffi. Sta per concludersi infatti la stagione dei tuffi d'estate 2020, che con numeri record di partecipanti fa guardare con ottimismo alla nuova stagione regolare ormai alle porte.

Chi è interessato può inviare una mail a triestetuffi@libero.it per prenotare una settimana di tuffi spettacolari e avvincenti.