

## FRESCHI DI STAMPA



### LE ABITUDINI DEL TENNISTA PRIMA E DOPO IL MATCH

Nell'attesa del match Federer spesso gioca a carte per rilassarsi; Djokovic prima di servire varia il numero dei rimbalzi della palla in base all'importanza del punto. Nadal all'entrata in campo e nelle pause di gioco evita di pestare le righe; Murray si riprende dalla fatica dell'incontro in acqua gelida; Wawrinka prima di una finale Slam ha pianto per sfogare la tensione. La vita degli atleti (anche se campioni) è un continuo susseguirsi di momenti in cui le abitudini giocano un ruolo fondamentale.

Questo il concetto di un libro scritto da un giornalista e una psicoterapeuta, che tratta aspetti inediti del tennis grazie all'approfondimento delle abitudini dei giocatori. Un'opera in cui la teoria dialoga con la pratica, con esperienze reali ricche di aneddoti e curiosità. Un racconto in cui si analizza il tema delle abitudini sia dal punto di vista clinico che delle esperienze dirette di chi pratica lo sport al massimo livello internazionale, o sta investendo la propria vita per inseguire un sogno, tra mille difficoltà.

**Racchette e abitudini** ■ Marcella Marcone e Marco Mazzoni  
 ■ Libreria dello sport ■ 156 pagine ■ 14,90 euro



### IGOR, L'INVENTORE DEL MOVIMENTO CASSINA

Il 23 agosto 2004 un uomo entra nell'Olimpo e diventa immortale. Con la medaglia d'oro alla sbarra, specialità della ginnastica artistica, Igor Cassina conquistava il suo sogno di bambino: un sogno inseguito contro ogni pronostico fin dal giorno in cui, alto, magro e gracile, si presentò per la prima volta in una palestra. Nella ginnastica è cresciuto, come atleta e come persona, fino ad arrivare ai massimi successi a livello internazionale e "donando" al suo amato

sport un movimento estremo e innovativo che resterà per sempre nel Codice dei punteggi: il "Movimento Cassina". Ginnasta, innovatore, ma anche allenatore, insegnante, protagonista in televisione e maratoneta, sono i mille volti di un campione. Dai primi passi mossi in palestra fino all'attualità. Una storia che si dipana per capitoli a cui parallelamente il libro propone i pensieri dello stesso Cassina in tema motivazionale, dall'importanza di inseguire un sogno alla necessità di passare attraverso ostacoli e difficoltà per raggiungerlo.

**Igor Cassina il ginnasta venuto dallo spazio** ■ raccontato da Ilaria Leccardi ■ Bradipo libri ■ 203 pagine ■ 15 euro



### GLI AFORISMI SPIAZZANTI DEL TREQUARTISTA INCOMPLETO

Già la collana in cui esce questo piccolo libello, corrosivo e spiazzante, la dice lunga: Piccola Biblioteca di Letteratura Inutile. Volumetti intelligenti e anticonvenzionali per contenere quella letteratura, di grande tradizione italiana, che non appartiene alla narrativa e difficilmente trova spazio nelle case editrici. La biografia dell'autore avverte: "non sarà mai uno scrittore completo, ciononostante questo è il suo primo libro". Una

folgorante raccolta di aforismi e brevissimi racconti sul calcio. Randaccio sembra intromettersi in quel mondo in punta di piedi; con un'ironia acuta, intelligente e talmente sottile da sembrare ingenua. Tanto nelle serrate serie di aforismi, che nei racconti, la scrittura di Randaccio va molto più in profondità di quanto il tono così lineare vorrebbe farci credere. Un aforisma per tutti. "Quando un calciatore è nella bara, morto, pensa sempre che il provvedimento preso nei suoi confronti sia troppo severo". Veleno calcistico omeopatico.

**Il trequartista non sarà mai un giocatore completo** ■ Gianvittorio Randaccio ■ ItaloSvevo editore ■ 80 pagine intonse ■ 12 euro

### LA JUVE DI HERIBERTO

Stefano Bedeschi



### VITA E IMPRESE DI HERIBERTO IL SERGENTE DI FERRO

1964: la Juventus si barcamena con risultati modesti dopo il ritiro di Boniperti. Serve un allenatore capace di riportare ordine nello spogliatoio e dare un volto chiaro all'impostazione tecnica della squadra. La scelta cade su un paraguayano che allena in Spagna: ha un cognome che va di moda, Herrera, ma di nome fa Heriberto. È un sergente di ferro: fa del lavoro, della disciplina e del sacrificio il proprio credo assoluto. Porta un verbo nuovo nel calcio italiano: il "movimento",

antenato del "calcio totale" olandese. Non vuole primedonne, solo operai disposti a sudare. Lo scontro con la stella Sivori è inevitabile. L'avrà vinta Heriberto e il grande Omar emigrerà a Napoli. Ma il resto della squadra è con lui, nonostante i lunghi ritiri, le multe per chi rincasa dopo le ventidue, l'incubo della bilancia. In quegli anni di totale dominio milanese, vince uno scudetto nel 1967 con Anzolin, Leoncini, Castano... Da un infaticabile cantore della storia bianconera, i cinque anni di HH2 alla Juventus. Un romanzo.

**La Juve di Heriberto** ■ Stefano Bedeschi  
 ■ Photocity edizioni ■ 480 pagine ■ 15 euro

