

dodici



GEOLIER
NAPOLI È CASA TUA!

SPECIALE
non solo calcio

PROTAGONISTI
Gianfranco Coppola
Jury Chechi

COPPA AMERICA
Golfo protagonista
con le regate di
settembre

INCLUSIONE
Per uno sport
senza barriere

CIRCOLI
A scuola
sul mare

engineering solutions for a fast moving world



EREDI GIUSEPPE MERCURI SpA
Segnalamento Ferroviario
e Telecomunicazioni

www.eredimercuri.com



Maria Pia De Angelis
Amministratore unico
Direttore commerciale

*“Dodici”
è il magazine
dell’eccellenze.*

dodici

www.dodicimagazine.it
redazione@dodicimagazine.it



dodici

MISSION



HAI MAI SENTITO PARLARE DI HHT?

L'HHT è una malattia genetica rara.
Il suo sintomo visibile è il
sanguinamento dal naso ma coinvolge
anche gli organi interni.

Per saperne di più contattaci.
Ti possiamo aiutare.

SOSTIENICI CON
IL TUO 5XMILLE

CODICE FISCALE
93301800723
RIQUADRO ENTI TERZO SETTORE

SCOPRI DI PIU' SU
WWW.HHTITALIA.ORG



Francesco Bellofatto
direttore responsabile

dodici

Direttore responsabile
Francesco Bellofatto

Coordinamento editoriale
Maria Pia De Angelis
Alfredo Mercuri
Massimo Vertola

Grafica
Giovanni Barchetta

dodici

Geolier, il Maradona e la maturità di un artista: Napoli è casa tua

Nel 2027 suonerà solo nella sua città: un progetto immersivo per portare il pubblico nei luoghi, nella cultura e nell'identità da cui nasce la sua musica

di
Manuela Ragucci

Tre serate consecutive sold out allo stadio Diego Armando Maradona, oltre 150mila spettatori e una città che, ancora una volta, si è riconosciuta nella voce di uno dei suoi figli più rappresentativi. Il ritorno di Geolier a Napoli non è stato soltanto il momento conclusivo del suo primo tour negli stadi, ma la consacrazione di un percorso umano e artistico che continua a crescere senza perdere il legame con le proprie radici.

Sin dalle prime battute del concerto il rapper di Secondigliano ha chiarito il significato della serata: «Finalmente stong' a casa, guagliù», ha detto rivolgendosi al pubblico, accolto da un boato che ha trasformato il Maradona in un unico coro. Un sentimento ribadito anche nei giorni precedenti, quando aveva spiegato che è proprio la sua città a suggerirgli ogni volta come costruire uno spettacolo: «Basta che mi faccio un giro per Napoli e capisco cosa vogliono le persone da me al concerto. La città è un'ispirazione continua. Non ho bisogno di progettare nulla, sono loro che fanno lo spettacolo».

Il momento simbolicamente più forte è arrivato con l'annuncio destinato a entrare nella storia recente della musica live italiana. Dal palco Geolier ha lanciato il progetto "Napoli è casa tua", invitando il pubblico di tutta Italia a raggiungere la città

per vivere non soltanto un concerto, ma un'esperienza immersiva: «L'

Storie di sport, volti e valori

Il presidente dei giornalisti sportivi italiani interviene sul ruolo dell'informazione, sulla forza degli atleti e sulle emozioni che rendono lo sport un patrimonio universale

Raccontiamo tutto questo per lavoro, un lavoro che è innanzitutto piacere. Negli ultimi anni è diventato un compito sempre più difficile, prima a causa della pandemia e poi, nel periodo post-Covid, per l'angoscioso moltiplicarsi dei diritti commerciali: uno spaccettamento che ha fatto smarrire il tratto più evidente del rapporto tra protagonisti e narratori, ossia la fidelizzazione.

Le immagini più belle del 2020 sono

legate ai Giochi Olimpici di Tokyo, in entrambe le manifestazioni, olimpica e paralimpica: sorrisi e narrazioni di vite nel punto più alto che si possa raggiungere, quando si trova il punto di contatto tra sacrificio e ambizione. Protagonisti e giornalisti insieme, uniti dalla voglia di raccontare le proprie vite e le verità nascoste.

Un'aria di festa negata, poi, nei giorni ancora più drammatici del cartellino rosso

di
Gianfranco Coppola *



promosso anni prima come strumento di riflessione

un transponder.
Promuoviamo una serie di eventi basati principalmente sulla riflessione relativa al ruolo che ciascun protagonista ricopre nel cammino e nella costruzione di un mondo

partecipazione di esperti, campioni, tecnici e dirigenti. L'inclusione è stata intesa come trattamento privo di barriere mentali tra atleti normodotati e paralimpici, tra atleti appartenenti a categorie, etnie, idee e



per la cui unicità non esistono parole sufficienti.
Il primo si è svolto a Vi

Jury Chechi, il Signore degli Anelli

A Napoli con la sua Academy, l'atleta ricorda trent'anni dopo l'oro che entrò nella storia

L'oro olimpico conquistato da Jury Chechi il 28 luglio 1996 ai Giochi di Atlanta fa parte della storia collettiva del nostro Paese. A trent'anni da quella serata americana, il 'Signore degli Anelli' continua a rappresentare uno dei simboli più luminosi dello sport italiano: un campione capace di trasformare disciplina, sacrificio e resilienza in un'opera d'arte sospesa tra tecnica e perfezione.



L'Italia di allora era molto diversa. I social network non esistevano, l'intelligenza artificiale era ancora materia da fantascienza, i telefoni cellulari erano un lusso per pochi. In quello scenario, mentre il

Paese cercava nuovi punti di riferimento, Chechi regalò agli italiani una delle emozioni sportive più intense della storia olimpica. Oggi, dal suo agriturismo nelle Marche, il campione toscano guarda a quell'impresa con il distacco di chi ha imparato a dare il giusto peso ai ricordi, senza però smettere di emozionarsi. "Il fatto che ancora oggi, dopo tutto questo tempo, ci si ricordi di quella medaglia è qualcosa che fa piacere, indubbiamente. Anche perché, da allora, di tempo ne è passato...", spiega. Parole semplici, che raccontano la consapevolezza di un atleta diventato icona ben oltre il risultato agonistico.

Curiosamente, Chechi non considera Atlanta il punto più alto dal punto di vista tecnico della sua carriera. Il suo giudizio privilegia infatti i successi mondiali, conquistati attraverso anni di preparazione e continui sacrifici.

diffusi, sia per i grandi impianti sia per le palestre scolastiche di quartiere?

La maggior parte delle strutture appartiene ai Comuni. Su questo fronte abbiamo pubblicato un bando, già aggiudicato, con una relativa graduatoria per consentire alle amministrazioni locali di riqualificare palazzetti e campi sportivi. Come patrimonio regionale gestiamo direttamente poche grandi strutture, tra cui

Antonio Giordano: quando il movimento influenza il DNA

Dalla ricerca, una visione capace di trasformarsi in prevenzione, giustizia sociale e futuro

Scienziato di fama internazionale, direttore dello Sbarro Institute di Philadelphia e docente all'Università di Siena, il Professor Antonio Giordano è da sempre in prima linea nella lotta contro i tumori e nella difesa della salute pubblica. Una prevenzione che, per il noto oncologo, passa anche attraverso uno stile di vita attivo, non soltanto in laboratorio.

In questa intervista, il Prof. Giordano ci guida alla scoperta dei suoi studi scientifici sui benefici dello sport, capaci di influenzare positivamente il nostro DNA, senza dimenticare il suo impegno civile nella Terra dei Fuochi e la tutela del territorio.

Una conversazione quindi a tutto campo che spazia dalla scienza all'impegno sociale, passando su alcuni lati della sua napoletanità che ha portato con sé in Pennsylvania e si chiude con una rivelazione sul suo sogno nel cassetto.

elastico, permettendoci di sapere in anticipo che i suoi tendini saranno strutturalmente più vulnerabili agli infortuni da sovraccarico. Altri geni legati alla performance e al recupero ci dicono come il muscolo risponde allo stress meccanico e quanto tempo impiega a riparare le microlesioni. Personalizzare l'allenamento è assolutamente possibile ed è l'obiettivo finale. Se il test del DNA evid

personalizzata: temperatura, durata, intensità e quantità di sudore modificano il fabbisogno.

Confrontare il peso prima e dopo una seduta, considerando quanto si è bevuto, può aiutare a stimare le perdite individuali.

Nelle attività brevi, l'acqua è spesso sufficiente. Quando lo sforzo è lungo, molto intenso o svolto al caldo, possono essere utili anche carboidrati ed elettroliti.

Prima, durante e dopo: il momento conta

Prima dell'esercizio l'obiettivo è arrivare con energia disponibile, buona idratazione e stomaco leggero.

Il pasto dovrebbe essere tanto più semplice quanto più è vicino alla seduta. In genere sono utili carboidrati facilmente digeribili, una quota moderata di proteine e pochi grassi e fibre se si è soggetti a disturbi intestinali.

Durante: sostenere gli sforzi più lunghi: l'introduzione di energia diventa importante soprattutto oltre i 60-90 minuti, nelle prove ad alta intensità o quando sono previste più sessioni ravvicinate.

La tolleranza deve essere allenata: gel, bevande e barrette non dovrebbero essere provati per la prima volta in gara.

Dopo: le quattro priorità

Al termine dell'esercizio occorre:

- reidratarsi;
- reintegrare i carb

Il Campo che guida

Dallo sport all'impresa: strategie, mentalità e lezioni di leadership per costruire organizzazioni vincenti

C'è un fischio d'inizio, in ogni cambiamento organizzativo, che nessuno sente ma tutti percepiscono. È il momento in cui una ristrutturazione smette di essere un organigramma su una slide e diventa qualcosa che le persone devono

