

lo sport in tv

- 11,00 Pentathlon moderno, C.d.M. Eurosport
12,00 Tennis, Masters di Amburgo Stream
13,00 Tennis, Wta di Roma Eurosport
14,30 Usa Sport Tele+
16,30 Bocce, camp.italiano RaiSportSat
17,00 Hockey su prato, camp. it. RaiSportSat
18,55 Calcio U21, Francia-Rep.Ceca Tele+
19,00 Calcio, Livorno-Ascoli RaiSportSat
21,00 Basket, Cantù-Siena #1 RaiSportSat
22,20 Tennis, Masters Series RaiSportSat



Azzurri, si danno i numeri: 1 a Buffon, 9 a Inzaghi, 10 a Totti

Del Piero offre la maglia del «registra» al giallorosso. «Io prendo il 7». Ok per i premi: 170.000 euro per il titolo

COVERCIANO (Firenze) Nel ritiro azzurro di Coverciano ieri è stata la giornata dell'assegnazione delle maglie. Il 10 crea un piccolo caso, lo chiede Totti, piace a Del Piero. Ma lo juventino si ritira in compostezza.

chie - replica il giallorosso - Il 9 in azzurro lo aveva Inzaghi e così è rimasto a lui. Lo ho puntato sul 20, quello che avevo in Inghilterra e che mi ha portato fortuna. Il 20, quindi. Proprio come Paolo Rossi a Spagna 82. Anche la scelta di Di Livio richiama Spagna 82. Il fiorentino ha il 16. «Lo aveva il mio idolo. Chi? Un certo Bruno Conti».

l'Unità ONLINE nasce sotto i vostri occhi ora dopo ora www.unita.it

lo sport

l'Unità ONLINE nasce sotto i vostri occhi ora dopo ora www.unita.it

Zidane porta il Real sul tetto d'Europa

Finale di Champions League, Bayer battuto 2-1. Decisiva una perla del fuoriclasse francese

Marzio Cencioni

GLASGOW I pronostici dicevano Real e Real è stato. Guidati da uno Zidane in stato di grazia che realizza un gol straordinariamente bello, i bianchi di Spagna conquistano la nona Coppa dei Campioni, superando, non troppo agevolmente per la verità, il Bayer Leverkusen.

I tedeschi hanno fatto quello che potevano, lottando accanitamente su ogni pallone, ma si sono dovuti arrendere alla classe dei campioni madrildisti, non senza averli messi in difficoltà, soprattutto nei minuti finali.

Nel primo tempo, i bianchi salgono in cattedra, andando in vantaggio fin dall'inizio con una «furbesca» iniziativa di Raul, che scatta su un fallo laterale di Roberto Carlos e beffa la disattenta difesa tedesca. È l'ottavo minuto e la partita (aperta dopo una breve ma pomposa presentazione con tanto di Coppa mostrata al pub-

blico) sembra già conclusa. Ma non è così. Il Bayer non ci sta a perdere in maniera goffa e si getta in avanti tra mille difficoltà. Sì, perché faticano moltissimo i tedeschi per superare la metà campo avversaria e raramente riescono ad avvicinarsi all'area di rigore. Poi, però, la difesa dei bianchi dimostra a tutti di non essere nella serata giusta, e facilmente, Lucio buca Cesar colpendo di testa su un cross teso di Schneider. È il 18' e la partita si riapre.

Fino a questo momento Figo, Raul e Roberto Carlos hanno fatto il bello e il cattivo tempo. Adesso, la manovra del Real sembra appannarsi. In particolare, i difensori tedeschi prendono le misure su Figo, imbrigliandone i diabolici spunti. Così, Raul resta troppo isolato per fare paura e astuzie tipo quelle del gol sono più difficili.

Così, la posizione del Bayer, che Toppmöller ha disposto inizialmente col 4-5-1, risulta più vantaggiosa e



L'esultanza dei giocatori del Real Madrid per la conquista della Champions League

Frank AUGSTEIN/Ap

«quadrata», mentre il Real si trova a non poter sfruttare le sue leggendarie e diaboliche folate offensive. La partita ristagna così a centrocampo e il gioco finisce per favorire i tedeschi, dato che la difesa spagnola mostra lacune paurose. In particolare Salgado e Hierro non sembrano in giornata ideale e spesso Brdaric e Ramelow e Basturk si trovano la palla tra i piedi inaspettatamente, ora per un lascio, ora per una colpevole disattenzione degli spagnoli. In un paio di occasioni, ci deve pensare Cesar a salvare la situazione.

Ma quando la strategia non basta ecco che il peso della classe diventa determinante. Così, quando le ostilità sono sul punto di essere sospese per l'intervallo, Zidane tira fuori l'asso dalla manica. È un cross di Roberto Carlos dalla sinistra a trovare il campione francese libero al limite dell'aria: la palla è difficile ma Zinedine prende la mira e al volo manda all'incrocio dei pali. Un gol bellissimo

che lascia tutti senza fiato.

Nella ripresa, il Bayer cerca di raddrizzare le sorti dell'incontro ma con poca lucidità. D'altronde, il Real Madrid chiude le maglie difensive ed errori non c'è da aspettarsene più (dopo gli svarioni difensivi del primo tempo...). I tedeschi si affidano alla manovra aggirante di Schneider (uno dei migliori tra i suoi) che si infrange però contro l'agilità di Roberto Carlos e di Helguera. Gli uomini di Del Bosque hanno buon gioco nelle ripartenze e sfiorano il terzo gol più volte. Alla fine, il risultato di 2 a 1 per il Real è quello più giusto, un risultato che premia la squadra più forte, quella meglio organizzata.

Al Bayer Leverkusen (che quest'anno ha perso sul filo di lana campionato, Coppa di Germania e Champions) l'onore delle armi, per il carattere e la determinazione. Tanto più che negli ultimi minuti la squadra tedesca sfiora per ben tre volte il gol del pareggio.

Il dott. Iacoponi, che studia il fenomeno doping, ha una sua teoria sui tanti e gravi incidenti

Se i muscoli sono troppo gonfi e le ginocchia diventano fragili

Aldo Quaglierini

ROMA tanti infortuni. Troppi. Legamenti logorati, esposti, che si lacerano. Soprattutto questo, i tendini che cedono sotto i colpi di entrate dure, ma anche senza apparente causa esterna. Sempre più frequenti, gli incidenti ai tendini, soprattutto quelli al ginocchio per non preoccupare: l'ultimo è stato Pessotto, durante una partita della nazionale, senza contatto l'avversario, si è piegato su se stesso e ha chiesto la sostituzione: salterà il mondiale. Ma perché, soprattutto, i legamenti sono sempre più colpiti?

Una risposta a questi quesiti la fornisce Riccardo Iacoponi, biologo nutrizionista, ricercatore, collaboratore del Coni, e consulente per la stesura della legge antidoping. In un libro che sta per essere messo in vendita («La dieta naturale nello sport», ed. Mediterranee), Iacoponi sostiene, in pratica, che l'aumento di questo tipo di infortuni è legato all'uso di sostanze dopanti. La sua tesi parte dal presupposto di un uso sempre più diffuso di sostanze in grado di alleviare la fatica e quindi di sviluppare, o sostenere la massa muscolare (la più frequente, la più «scoperta» è il nandrolone). Sviluppare la massa muscolare, però, comporta un maggior «peso» che i tendini devono sopportare. Maggior peso, maggiore tensione, maggiore stress. Non solo, anche l'utilizzazione del Gh (Ormone della crescita) favorisce lo sviluppo delle ossa in allargamento (finita la fase di crescita non si può certo diventare più alti...). Muscoli sostenuti, ossa sostenute: in una articolazione complessa e delicata come il ginocchio, questa crescita di ripercuote su un elemento che, rimasto com'era, diventa fragile. Ecco la frequenza delle lacerazioni.



31 gennaio 2002 Roberto Baggio s'accascia dopo aver subito un infortunio al ginocchio sinistro. Tornerà in campo il 21 aprile

«È un'ipotesi - sottolinea Iacoponi - ma è sostenuta da conoscenze scientifiche. Io la avanzai già nel '98. E adesso sono pronto a scommettere che questi casi aumenteranno di numero, saranno più frequenti. Il ginocchio perde la forma originaria e la funzionalità meccanica...». Bisogna pensare alla delicatezza della parte, nel ginocchio ci sono quattro ossa, tibia, perone, femore e rotula, e un eccessivo sforzo, o una crescita «innaturale» di una o tutte le parti finisce per creare scompensi. «Questo è il motivo - sostiene Iacoponi - per il quale questi infortuni sono più frequenti tra i calciatori. Questi, sforzano particolarmente la parte, gravano con il peso, c'è poi la torsione...». «E spesso - conclude il biologo - si infortuna anche se non è colpito».

Ecco che i ciclisti, per esempio (atleti non certo meno esposti ai rischi del doping...) subiscono meno questo tipo di infortunio. L'ipotesi di Iacoponi è suggestiva ma come si può tradurre in lotta al do-

ping? Insomma, che cosa fare per impedire o scoprire l'uso di queste sostanze dopanti? «Intanto - risponde - verificare la presenza di ferritina nel sangue. Perché? È semplice. L'Epo (eritropoietina che viene utilizzata per aumentare il numero dei globuli rossi e quindi aumentare l'assunzione di ossigeno e quindi sentire meno la fatica) non si fissa nel sangue senza «aiuto» di ferro. In pratica, l'Epo utilizza come fissante il ferro». È ovvio che se un atleta ha nel sangue un valore di ferro superiore alla norma o è malato o ha assunto ferro volontariamente... «Invece, per il Gh (ormone della crescita) basta farsi dare dalle società sportive le radiografie, relative al giocatore, degli anni precedenti. Le società sportive sicuramente le custodiscono. Basta sovrapporre le lastre del cranio di due anni diversi. Se c'è crescita è evidente l'uso del Gh». Questo perché le ossa della testa, ultimato lo sviluppo fisico naturale, non crescono più. Oppure, ancora, tenere i registri. «Ogni medico deve avere un registro in

BOLLETTINO MEDICO

Table with 3 columns: Squadra, Giocatore, Infortunio. Lists injuries for various teams and players.

Fonte: TUTTOCALCIO

cui prende nota dei pazienti e della cura riservata loro. Ogni atleta deve averne uno di riferimento. Così anche i medici verrebbero responsabilizzati. Quale sostanza hai preso? Perché? Dove è certificato?...»

Le conseguenze dell'uso di queste sostanze sono pesanti: malattie cardiache, perdita della perfetta funzionalità delle articolazioni, diabete, artrosi, tumori... Finora i test antidoping hanno scoperto solo qualche caso perché molti sostanze non possono trovarsi se usate

in modo furbesco: gli anabolizzanti dopo un certo periodo non lasciano tracce. «Ma spesso gli atleti fanno male i calcoli e vengono scoperti...». «Nel '98 - sottolinea Iacoponi - disse che il trenta per cento dei calciatori faceva uso di Epo o di ormone della crescita. In quattro anni, secondo me, siamo passati al novanta per cento». Negli ultimi quattro anni, fa notare Iacoponi, tutti gli staff medici delle squadre di serie A sono cambiati, molti dei nuovi arrivi provengono dal ciclismo. I loro stipendi sono aumentati. Enormemente.

Europei under 21, da oggi le final-eight L'Italia di Gentile domani col Portogallo

Scattano oggi le Final eight del campionato europeo under 21 in Svizzera. L'Italia di Claudio Gentile è inserita nel gruppo 2 con Portogallo, Inghilterra e Svizzera mentre nel primo girone sono presenti Grecia, Belgio, Francia e Repubblica Ceca.

Tutte le gare degli azzurri sono in programma a Basilea: domani (ore 20,30) con il Portogallo; il 20 alle 20,30 contro l'Inghilterra; il 22 alle 20,30 con la Svizzera. TELE+ trasmette l'intero evento in diretta e in differita. Le gare della Nazionale Italiana (in diretta sulle reti Mediaset) andranno in onda sempre in differita, poco dopo la disputa. Previsate anche diverse repliche. Primo appuntamento domani con due partite: alle 18,55 diretta di Francia-Repubblica Ceca, alle 21,00 differita di Grecia-Belgio.

più alcuni «cadetti» molto promettenti, a cominciare dall'empolese Massimo Maccaroni, che ha addirittura avuto modo di esordire con la nazionale dei "grandi" nella vittoriosa trasferta di Leeds contro l'Inghilterra.

Tutte le gare degli azzurri sono in programma a Basilea: domani (ore 20,30) con il Portogallo; il 20 alle 20,30 contro l'Inghilterra; il 22 alle 20,30 con la Svizzera. TELE+ trasmette l'intero evento in diretta e in differita. Le gare della Nazionale Italiana (in diretta sulle reti Mediaset) andranno in onda sempre in differita, poco dopo la disputa. Previsate anche diverse repliche. Primo appuntamento domani con due partite: alle 18,55 diretta di Francia-Repubblica Ceca, alle 21,00 differita di Grecia-Belgio.

ESTRAZIONE DEL LOTTO table with columns for cities and numbers.

NUMERI DEL SUPERNALOTTO table with columns for numbers and jackpots.