

Lazzate Volley presenta

# LAZZATE VOLLEY MAGAZINE

IL GIORNALINO DEL LAZZATE VOLLEY





# In questo numero

Pag. 3

Il secondo numero del Lazzate Volley Magazine

Pag. 4

Come è nato il Lazzate Volley? Scopri qualcosa in più sulla nostra società!

Pag. 5

Curiosità e English Pills - impara qualcosa di nuovo!

Pag. 6

Il VIP del giorno: Jenia Grebennikov

Pag. 7

Spazio Tecnico - I consigli del Coach

Pag. 8

Movie night - Cosa ne dici di un bel film?

Pag. 9

Giochi - Cruciverba

Pag. 10

Partecipa alla sfida per la foto più originale!

# LAZZATE VOLLEY MAGAZINE

Eccoci arrivati al secondo numero del nostro giornalino.

Questa volta, tanto per cominciare, abbiamo scelto di dedicare uno spazio ad **approfondire un po' la storia della nostra società sportiva**: com'è nata, quando, quali sono state le motivazioni che hanno spinto chi l'ha fondata a compiere questa scelta. Chi meglio del **nostro storico "Pres" Gianluigi Re** poteva dircelo, lui che **c'era e ha testimoniato personalmente tutte le tappe** del Lazzate Volley, dalla sua nascita a ciò che è diventata oggi?

Abbiamo quindi chiesto a lui di **raccontarci qualche informazione in più** sulla realtà di cui facciamo parte anche tutte noi, compresa la **curiosa scelta del pinguino come mascotte** ufficiale del Lazzate Volley.

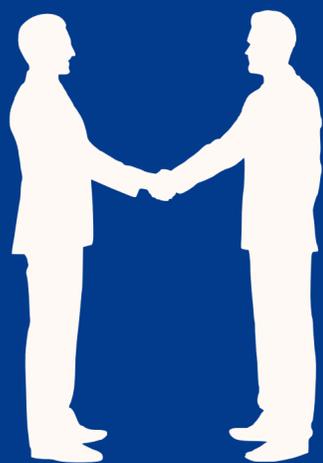
Con questo secondo numero, vorremmo anche presentarvi la nostra nuova rubrica **"Il VIP del giorno"**, una sezione in cui vi raccontiamo qualche **curiosità che riguarda la vita di un giocatore o giocatrice famosi**, alcuni particolari di cui magari non tutti sono a conoscenza.

Come primo protagonista, abbiamo scelto oggi **Jenia Grebennikov, libero di Modena Volley** che ha alle sue spalle una storia piuttosto curiosa. Cosa aspettate? Andate avanti a leggere il **LAZZATE VOLLEY MAGAZINE** per scoprire di cosa si tratta!

# UN PO' DELLA NOSTRA STORIA: COME È NATO IL LAZZATE VOLLEY?

Tutto iniziò nel 2001...

Fino a quell'anno, a Lazzate c'erano solo due società: le giovanili erano gestite dalla Polisportiva San Luigi, mentre, una volta maggiorenni, le ragazze potevano proseguire nella Pallavolo Lazzatese. Quando quest'ultima società si sciolse, si creò un vuoto a livello locale.



Il 2 luglio del 2001 si svolse una riunione tra due allenatori e due dirigenti: Gianluigi Re, Isidoro Colombo, Roberto Monti e Sergio Caronni, che già da anni collaboravano nella Polisportiva San Luigi. Fu in quella riunione che si decise di fondare una società di pallavolo femminile, il Lazzate Volley, sia per permettere alle ragazze di continuare il loro percorso di crescita sportiva, sia per creare una realtà nel paese di Lazzate che potesse durare nel tempo.

Cosa li spinse a prendersi questo grande impegno? La volontà di far praticare sport al maggior numero possibile di ragazze, partendo dal presupposto che lo sport sia una scuola di vita e che i valori che esso trasmette siano fondamentali anche a livello di crescita personale.



Il pinguino diventa la mascotte ufficiale per scelta dell'unica squadra giovanile dell'annata 2003-2004. Prende forma grazie all'abilità di Chiara Deretti, in quel periodo giocatrice della squadra maggiore. Purtroppo, nessuna storia avvincente si cela dietro i colori sociali, giallo e blu, scelta basata unicamente sui gusti personali dei fondatori, che preferirono togliere il bianco, presente in precedenza.



## SAPEVATE CHE...



Nel 2001, fu un **italiano** a vincere il premio come "**miglior giocatore di pallavolo del XX secolo**": Lorenzo Bernardi. Attualmente è l'allenatore di Piacenza, squadra che milita nel massimo campionato italiano di pallavolo maschile.



Il **set più lungo di sempre** e con il punteggio più alto mai realizzato, si giocò in **Corea del Sud nel 2014**. Durò 48 minuti e terminò con un **punteggio di 56-54**.

## ENGLISH PILLS



### The ball's in your court

Il significato letterale di questa espressione è "**la palla è nel tuo campo**". Cosa succede quando la palla è nel nostro campo? Che **la responsabilità per fare punto è nelle nostre mani** e tutto dipende da noi! In senso più ampio, quindi, questa espressione molto "pallavolistica" (anche se in realtà deriva dal **tennis**) si utilizza in inglese per dire che **la responsabilità passa da una persona all'altra**.

*I've done everything I could. Now, the ball's in your court.* Ho fatto tutto ciò che potevo. Adesso, la palla è nel tuo campo (adesso te la devi vedere tu, dipende da te).





## IL VIP DEL GIORNO: JENIA GREBENNIKOV



Più volte definito "**miglior libero del mondo**", Grebennikov è nato in Francia, a Rennes, dove suo padre era giocatore e allenatore della squadra locale. Jenia è cresciuto **diviso tra l'amore per la pallavolo e quello per l'hockey**, altra grande passione della famiglia.



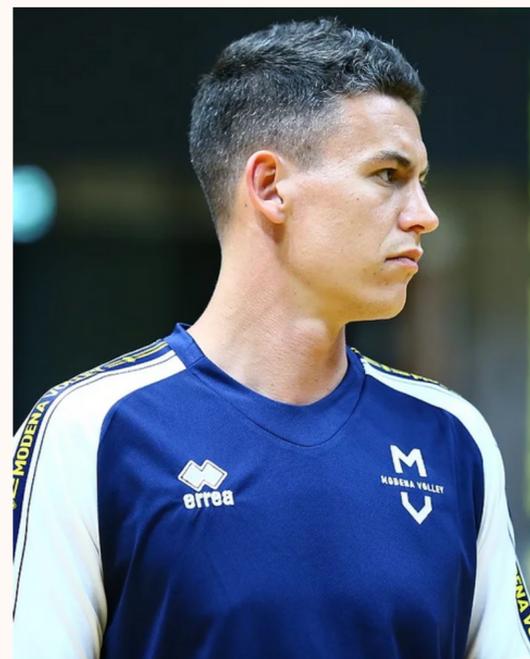
"Fino all'adolescenza ho alternato il volley e l'hockey, per rispettare la religione di famiglia, certo, ma anche perché **dentro di me sentivo un amore viscerale e fortissimo per questi due sport**, così diversi ma così uguali.

Ma come accade per tutti, **anche per me è arrivato poi il momento di decidere cosa diventare da grande. Avevo 16 anni.** Ricordo ancora quando mio padre mi disse che avrei dovuto fare una scelta, **hockey oppure pallavolo**, ma entrambi sapevamo che **la decisione il mio cuore l'aveva già presa**".

"Quell'anno **mio papà si accordò per allenare la squadra di casa, il Rennes**, nel massimo campionato francese, ed io non stavo più nella pelle. **Sapevo che mi avrebbe chiamato per fare parte del roster** e il giorno in cui firmò il contratto ero al settimo cielo.

All'epoca ero uno schiacciatore, ma **in quella squadra ero il più piccolo di tutti e per farne parte doveti fare libero.** L'idea non mi entusiasmava. **Il libero non fa punto. Mai.** Ti accorgi di lui solamente se gioca male, se sbaglia una palla importante. **Più è forte e più è invisibile in campo**, se non fosse per la divisa diversa dagli altri. Non ne vedevo la bellezza. Non la capivo.

**All'inizio mi sembrava che tutto si muovesse ad una velocità tripla.** Su ogni palla arrivavo in ritardo. Nelle letture, nel gesto tecnico e nella reazione fisica all'imprevisto. Tutto troppo. **Con il passare dei giorni, però, il pallone prese a rallentare**, come in uno slow-motion delicato e piano piano **cominciai a capire prima dove sarebbe caduto**, dove posizionarmi. Cosa fare per rendere la squadra migliore".



Jenia arriva in Italia nel 2015 e gioca la stagione nella **Lube**, dove resta per tre anni, **vincendo Coppa Italia e Scudetto 2016-2017.** Si trasferisce poi a **Trento**, conquistando il **Campionato Mondiale per Club 2018** e la **Coppa CEV 2018-19** (la seconda coppa per importanza a livello europeo). Attualmente è il libero della squadra di **Modena Volley**.

Dal 2011 gioca anche nella squadra della **Nazionale francese**, con cui ha vinto la **World League nel 2015**, seguita da un altro **oro al Campionato Europeo** dello stesso anno. In seguito vince il **bronzo alla World League 2016**, un altro **oro nell'edizione 2017** e **l'argento alla Volleyball Nations League 2018.**

In occasione di queste competizioni, nazionali e internazionali, dal 2011 ad oggi, Grebennikov ha vinto il **premio come Miglior Libero per ben 15 volte.**



# I CONSIGLI DEL COACH



Questo spazio è dedicato alle domande di carattere più tecnico, a cui risponderà Davide, il nostro Direttore Tecnico. Se avete domande scriveteci! Le più interessanti saranno scelte da pubblicare con la risposta del coach!



Come si fa a capire qual è il ruolo più adatto per ogni atleta?



Prima di rispondere a questa domanda, è importante dire innanzitutto che **tutte le ragazze, a prescindere dalle singole capacità e dal ruolo** (alzatore, schiacciatore/ricevitore, opposto, centrale e libero), **devono avere nel proprio bagaglio tecnico tutti i fondamentali di gioco**: servizio, ricezione, palleggio, schiacciata e muro.

Credo che sia buona norma **allenare in età giovanile il singolo atleta in tutti i ruoli** in modo che possa far fronte al maggior numero di situazioni che uno sport come la pallavolo presenta.

La scelta del ruolo non deve essere considerata un'etichetta a vita, bensì una tappa di crescita prima di specializzarsi in un ruolo ben definito.

Detto questo, **il ruolo dipende da qualità fisiche, da abilità tecniche e dall'intelligenza sportiva** di ogni atleta. Per ogni ruolo si possono individuare alcune delle caratteristiche principali che si deve possedere per svolgere al meglio il proprio compito in campo.

Le **qualità distintive** dei singoli ruoli possono essere così identificate:

**Alzatore**: precisione del palleggio, intelligenza tattica, capacità coordinative, reattività negli spostamenti, tocco di palla morbido e naturale. **Schiacciatore/ricevitore**: Efficacia in ricezione, efficacia in attacco, tenacia e intelligenza, completezza tecnica. **Opposto**: ottime doti fisiche (forza e altezza di colpo), ottima efficacia in attacco, efficacia di attacco da seconda linea, efficacia a muro. **Centrale**: altezza, elevazione, rapidità negli spostamenti, capacità di anticipazione, manualità colpo sulla palla. **Libero**: efficacia in ricezione, efficacia in difesa, capacità di lettura del gioco, reattività, capacità di alzata, coraggio.

**L'allenamento specialistico per ruoli diventa perciò una caratteristica di atlete evolute**, che abbiano già completato il programma di formazione tecnica e che abbiano costruito e sviluppato le proprie attitudini motorie e/o i propri punti di forza.



## THE MIRACLE SEASON: UNA STAGIONE DA RICORDARE



Dal basket alla pallavolo: lo sport protagonista del film di questa settimana ci tocca un po' più da vicino.

Ci troviamo, ancora una volta, negli Stati Uniti. **Caroline è una stella della pallavolo e capitano della squadra** della West High School di Iowa City. L'atmosfera che si respira nella squadra è serena, le ragazze hanno appena vinto il campionato dell'anno precedente ma **il loro coach vuole tentare l'impresa di vincere per due anni di fila**. Il film narra la vicenda realmente accaduta della squadra in seguito alla **morte improvvisa di Caroline**, che sconvolge tutte le compagne e, soprattutto, la sua migliore amica Kelley, particolarmente distrutta per la scomparsa della ragazza con cui ha trascorso tutta la sua vita fino a quel momento.

L'allenatrice è il personaggio che più trascina le ragazze, incoraggiandole a non farsi prendere dallo sconforto e, anzi, reagire per superare la tragedia e vincere il campionato.

La pallavolo, come dicevamo, è la grande protagonista di questo film. La squadra riesce a ricominciare a giocare quando le ragazze capiscono di dover **smettere di vivere per Caroline**, ma piuttosto giocare e **vivere come Caroline**, con la gioia e la spensieratezza che la contraddistinguevano e portavano tutte le persone a volerle bene. Le ragazze della West High School iniziano così a giocare con il loro nuovo motto **"LIVE LIKE LINE"**, vivi come (Caro)Line. La mancanza di un leader e di un'amica fidata può spronare chi resta a non cedere alla tristezza ma, al contrario, a **reagire e vivere come avrebbe fatto lei?**

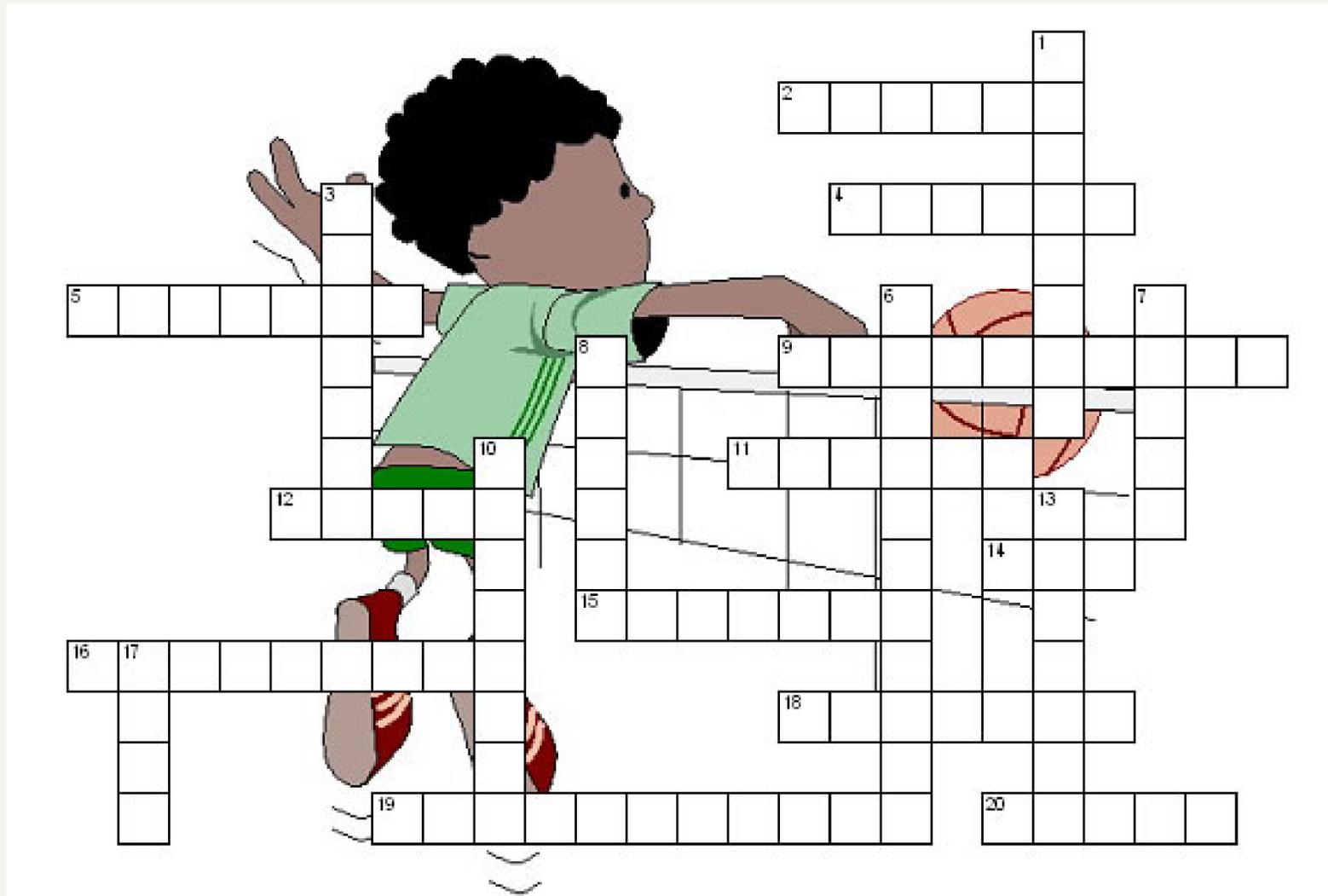
La sfida personale dell'accettazione e dell'elaborazione del lutto porterà a una sfida collettiva, quella che vedrà le ragazze impegnate anima e corpo pur di vincere il campionato.

Il film è disponibile su diverse piattaforme: Amazon Prime Video, YouTube, Google Play Film, Hulu. Fateci sapere se vi è piaciuto!

# GIOCHI



Eccoci con il secondo appuntamento: anche questa settimana abbiamo un bellissimo **CRUCIVERBA** da proporvi!



## ORIZZONTALI

2. Numero massimo di set in un incontro
4. Si fa all' inizio ed alla fine della partita
5. Giocatore di posto 2
9. Sono rosso e giallo
11. Non arriva mai davanti
12. Se ne possono fare solo 6 a set
14. Bisogna vincerne almeno 3
15. Fischia
16. Lo fanno i capitani prima di iniziare
18. Si fa cadendo all' indietro
19. Pallavolo sulla sabbia
20. 18 x 9

## VERTICALI

1. Giocatore che mura di più
3. Si fa anche in salto
6. Pallavolo sul prato
7. Fanno parte del campo
8. Si fa se non si tocca contemporaneamente con 10. dita
10. La si prende per schiacciare
13. Quando alzatore va dalla 2a in 1a linea
17. Quando ci si arriva si cambia campo al 5° set

**ECCO LE FOTO PIU' ORIGINALI E DIVERTENTI CHE ABBIAMO SCELTO DI PUBBLICARE SU QUESTO NUMERO DEL LAZZATE VOLLEY MAGAZINE**

**QUI DI SEGUITO POTETE QUINDI AMMIRARE ALCUNE DELLE NOSTRE RAGAZZE IMPEGNATE NELLE LORO ATTIVITA' QUOTIDIANE DI... SMART VOLLEY!**

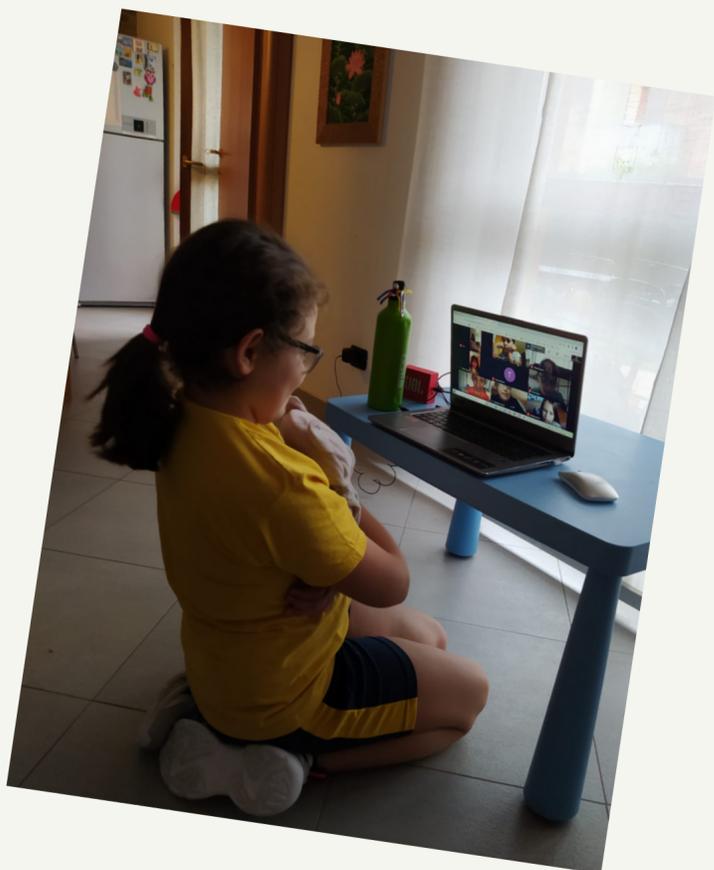
**AURORA, UNDER 13**



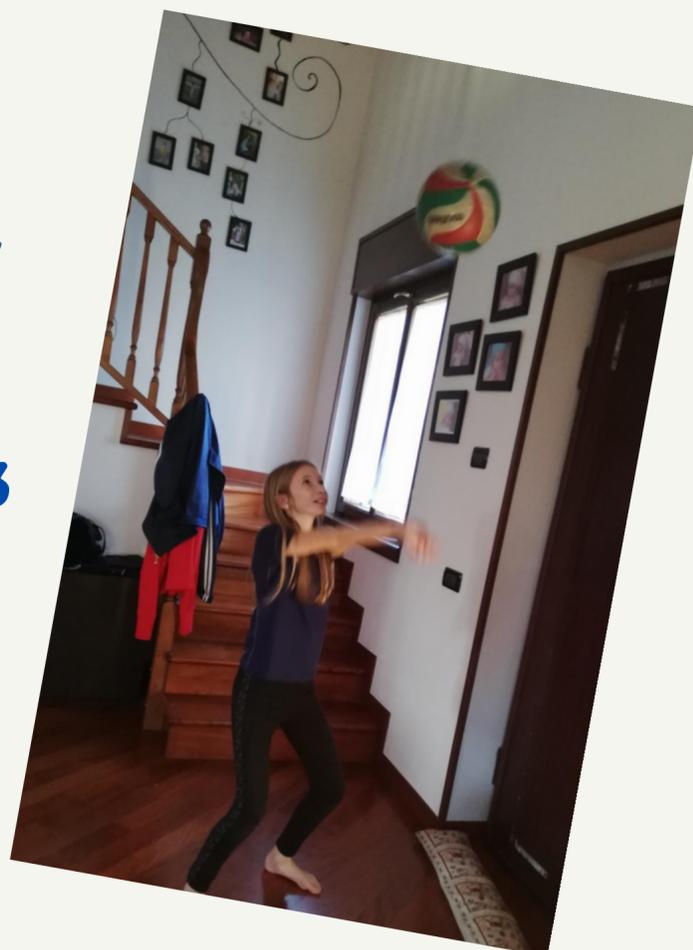
**MILUNA, UNDER 13**



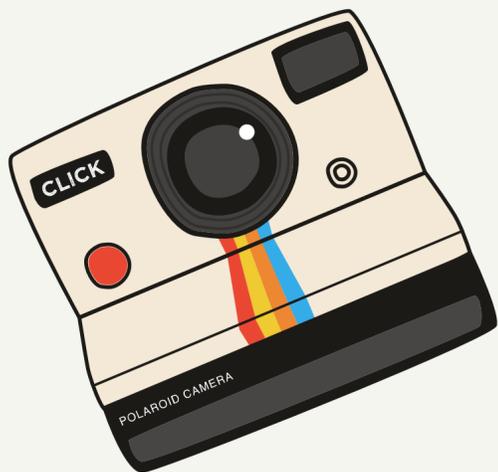
**SOFIA, MINIVOLLEY**



**ROBERTA, UNDER 13**



# CONTINUE A PARTECIPARE ALLA SFIDA!



CONTINUE A MANDARCI LE  
VOSTRE FOTO MENTRE VI  
ALLENATE A CASA, OPPURE  
PUBBLICATELE SU INSTAGRAM,  
TAGGANDO **@LAZZATEVOLLEY** E  
USANDO L'HASHTAG  
**#LAZZATEINSMARTVOLLEY**

LE FOTO PIU' **ORIGINALI E DIVERTENTI**  
VERRANNO PUBBLICATE NEL PROSSIMO  
NUMERO DEL **LAZZATE VOLLEY MAGAZINE**

Non dimenticarti di  
seguirci anche sui social e  
sul nostro sito!

[www.aslazzatevolley.com](http://www.aslazzatevolley.com)

Lazzate Volley ASD

@lazzatevolley 



# I NOSTRI SPONSOR

**Gpi** di Davanzo s.r.l.  
COMPONENTI PER  
L'IMBOTTITO E  
L'ARREDAMENTO  
Via Adamello, 18/20 - 20824 Lazzate (MB) - [www.gpidavanzo.it](http://www.gpidavanzo.it)

**Osteria del Borgo**  
cucina lombarda  
Via Volta, 14 - 20824 Lazzate (MB)  
tel. 02 96729538  
Mobile 348 3523434 - 338 1793458

**IL CONDOMINIO S.r.l.**  
Amministrazione Condominiale  
Iscrizione A.N.A.C.I. n°7683  
Tel. 02.9621530 Mail: [ilcondominio@legalmail.it](mailto:ilcondominio@legalmail.it)

**Franzosi** S.n.c.  
QUADRI ELETTRICI  
ELETTRONICI PER L'AUTOMAZIONE INDUSTRIALE  
mail@franzosi.it - [www.franzosi.it](http://www.franzosi.it)  
Via G. Ferrari, 21 - SARONNO (VA) - TEL. 02.9622691

**MOBILI**  
F.LLI BALZAROTTI LUIGI E ORNELLO & C. s.n.c.  
[WWW.BALZAROTTI.IT](http://WWW.BALZAROTTI.IT)  
Via Monte Rosso, 37 - LAZZATE (MB) - Tel. 02.96320327 - Fax 02.96721952

Ambulatorio Odontoiatrico  
**CENTRO DENTALE** S.R.L.  
Piazza Lombardia, 17 - Lazzate (MB)  
Tel. 02 96320019 - Cell. 333 4634776  
info@centrodentalesrl.com - [www.centrodentalesrl.com](http://www.centrodentalesrl.com)  
Rep. San. D. 550/03/2003  
Aut. San. n. 31/05 del 10/10/2003

PIZZERIA ASPORTO - PAUSE PRANZO  
CENE SU PRENOTAZIONE  
**Cuore Ristopizza**  
VIA PADOVAN 9/A, 20815 COGLIATE (MB)  
TELEFONO 02 49789401

**Max IMPIANTI**  
MANUTENZIONE CALDAIE  
TEL. 02.22.22.82.14

**TPA SRL**  
TORNIERA PIOTTA AMBROGIO  
Tornitura CNC conto terzi  
Via Trieste 12  
22070 FENEGRÒ (CO)  
[www.tpatorniera.it](http://www.tpatorniera.it)

**BCC Cantù**  
CREDITO COOPERATIVO  
Gruppo Bancario Cooperativo Iccrea

**la REMADE**  
BUSINESS & LIFE SOLUTIONS

**TECNA**  
TECNOLOGIE ALIMENTARI S.r.l.  
IMPIANTI E MACCHINE PER PASTIFICI  
Via Milano, 52 - 22070 Bregnano (CO)  
Tel. 031-774503 Fax 031-774308  
E-mail: [tecna@tecnasima.it](mailto:tecna@tecnasima.it)

Convalida sistemi computerizzati  
Qualifica di impianti e sistemi  
Servizio di taratura strumenti  
**ADEODATA**  
Life Science Validation  
Via S. Maria, 11 - 20824 Lazzate (MB)  
Tel. 02 96320019 - Cell. 333 4634776  
info@adeodata.it - [www.adeodata.it](http://www.adeodata.it)

**REBELOT**  
P.zza Giovanni XXIII, 10  
LAZZATE

**Lea Car** S.R.L.  
SARONNO  
HYUNDAI Service  
[www.lea-car.com](http://www.lea-car.com)

**2PL** srl  
[www.2pl.it](http://www.2pl.it)  
ROVELLASCA (CO)  
02-96749392 2pl@2pl.191.it  
OLEODINAMICA - PNEUMATICA - LUBRIFICAZIONE

**CAST**  
CABINE ASCENSORI  
[WWW.CASTLIFT.COM](http://WWW.CASTLIFT.COM)

**SEVESO PRIMO**  
COPPE E TROFEI  
LAZZATE  
[coppetrofei@sevesoprimo.it](http://coppetrofei@sevesoprimo.it)

SERRAMENTI IN ALLUMINIO  
**F.LLI MARCHIORO**  
[serramentimarchioro@libero.it](mailto:serramentimarchioro@libero.it)  
Via Marconi, 10  
20824 Lazzate (MB)  
Tel. 02 96720681  
Fax 02 96728373

[www.edilproposte.it](http://www.edilproposte.it)  
**EDILPROPOSTE**  
FRANCHISING IMMOBILIARE  
P.zza Giovanni XXIII, n.3/4  
20020 Lazzate (Mi)  
Tel. 02.96729360  
Fax 02.96729352  
E-mail: [lazzate@edilproposte.it](mailto:lazzate@edilproposte.it)

**Pizzeria Il Ritorno**  
PIZZE FAMIGLIA - OPANFORZO - KEBAB  
FRIGGITORIA (di ogni tipo)  
PRODOTTI NAPOLETANI DI QUALITÀ  
TESSERA FEDELTA' - POSSIBILITÀ DI MANGIARE IN LOCO  
APERTI 7 GIORNI SU 7  
Orari: 11.30 - 14.30 / 17.30 - 23.00  
Via Vittorio Veneto, 121 - LAZZATE (MB)  
Tel. 02 963 283 25 - [Pizzeria Il Ritorno](http://Pizzeria Il Ritorno)

**CARROZZERIA BEGGIO OMAR**  
POLIZZE AUTO  
Via Marco Biagi n.5 - Lazzate (MB)  
Tel: 02 96328037 Cell: 393 8670743  
**MIO CARROZZIERE**

SERRAMENTI  
PORTE  
PAVIMENTI  
RIVESTIMENTI  
VERNICI  
**BIZZO srl**  
Via Libertà, 116 - 20824 Lazzate - MB  
Tel. +39 02 96320035  
[bizzo@grupponet.it](http://bizzo@grupponet.it)

**LA PIZZERIA**  
PIZZA DA ASPORTO  
CON FORNO A LEGNA  
CONSEGNA A DOMICILIO  
20020 Lazzate (MI) - Via Vittorio Veneto, 8  
Tel. 02 96720796

BIRRA & CUCINA  
**PORTER**  
GOOD STUFF  
C.so Como 7 - Limbiate (MB) | Tel. 02 9963515

**PONZINI** 1852  
Ponzini S.p.A. Via Vittorio Veneto, 68  
20020 Lazzate (MB) 02 96320941  
e-mail [ponzini@ponzini.com](mailto:ponzini@ponzini.com)

**CENTRO ESTETICO**  
Trattamenti di  
Estetica e Benessere  
Via Vittorio Emanuele 63/A  
LAZZATE TEL. 0296329599

**RV IMPIANTI DI AIELLO ROBERTO**  
CONDIZIONAMENTO  
RISCALDAMENTO  
IRRIGAZIONE  
SANITARI  
M: 340 339 22 44  
rvimpianti@gmail.com  
via Prealpi, 25 - 20824 Lazzate (MB)

Ristorante Pizzeria  
**Lucky**  
Via Italia, 27  
22070 Bregnano  
Como  
Tel. 031 771918  
Ristorante  
Lucky

**BRM**  
RIVESTIMENTI  
20815 COGLIATE (MB) - Via A. Volta, 83  
Tel. 02 9661622 - Fax 02 9662928  
[www.brmpavimenti.com](http://www.brmpavimenti.com)

**DBB COMPUTERS**  
[WWW.DBBLAZZATE.COM](http://WWW.DBBLAZZATE.COM)  
Via Nazionale dei Giovi, 240 Lentate sul Seveso

## COLLABORAZIONI

**MIAMICLUB**  
CENTRO SPECIALIZZATO IN PREVENZIONE PRIMARIA  
★★★★★  
[WWW.MIAMICLUB.IT](http://WWW.MIAMICLUB.IT)  
LAZZATE  
T. 02 9672 1000  
Via 18 dicembre 18

**OP Therapy**  
studio professionale di massoterapia - osteopatia  
si riceve su appuntamento  
tel. 347-8380385  
via I maggio 35, Ceriano Laghetto 20815 -MB-