

# QUALI SONO I PIÙ GRANDI BALZI MAI FATTI DAGLI ATLETI?

SONO MOLTE LE DISCIPLINE SPORTIVE IN CUI SI SALTA. OLTRE ALL'ATLETICA LEGGERA, INFATTI, I CUI BALZI SONO DECLINATI IN QUATTRO DIVERSE TIPOLOGIE (LUNGO, TRIPLO, ALTO E ASTA), GLI ATLETI COMPIONO I LORO PICCOLI VOLI CON GLI SCI, CON LO SNOWBOARD, A CAVALLO, CON LA BICI, CON LA MOTO, OPPURE... TUFFANDOSI DA UN PALLONE AEROSTATICO. ECCO, DAL PIÙ PICCOLO AL PIÙ GRANDE, TUTTI I SALTI RECORD DELLA STORIA. A cura di Simone Valtieri



## SALTO IN ALTO

**METRI: 2,45 DOVE:** Salamanca, Spagna. **QUANDO:** 27 luglio 1993. L'avversario più duro per i saltatori in alto nell'atletica leggera è la forza di gravità. Il più bravo a sfidarla fu il cubano Javier Sotomayor, che nel 1993 valicò l'asticella posta a 245 cm di altezza.



## SALTO CON L'ASTA

**METRI: 6,21 DOVE:** Eugene, Stati Uniti. **QUANDO:** 24 luglio 2022. C'è anche chi sfida la gravità servendosi di un'asta. Il migliore a farlo è stato a lungo l'ucraino Sergej Bubka, ma da alcuni anni domina lo svedese Armand Duplantis, che è arrivato a 6,21 metri.



## SALTO A CAVALLO

**METRI: 8,40 DOVE:** Johannesburg, Sudafrica. **QUANDO:** 25 aprile 1975. Il più lungo balzo equestre è di 8,40 m, realizzato da André Ferreira in sella a Something. Il primato resterà probabilmente imbattuto: migliorarlo è pericoloso, soprattutto per l'animale.



## SALTO IN LUNGO

**METRI: 8,95 DOVE:** Tokyo, Giappone. **QUANDO:** 30 agosto 1991. Può un uomo coprire 9 metri con un solo balzo? Forse. Per ora, con vento entro la norma, ci sono andati vicino in due: gli statunitensi Mike Powell (8,95 m) e Bob Beamon (8,90 m, nel 1968).



## SALTO TRIPLO

**METRI: 18,29 DOVE:** Göteborg, Svezia. **QUANDO:** 7 agosto 1995. Se con un solo salto ci si può spingere vicino ai 9 metri, ne servono tre per raddoppiare. Il miglior triplista di sempre è l'inglese Jonathan Edwards, con 18,29 metri "regolari" e 18,43 "ventosi".



## SALTO CON LA BICI

**METRI: 43 DOVE:** Saalbach, Austria. **QUANDO:** 1 maggio 2018. Questo particolare record (non ufficiale) apparterebbe al biker austriaco Fabio Wibmer, che su un pendio innevato ha utilizzato una speciale mountain bike chiodata per planare a oltre 43 metri.



## SALTO CON LO SNOWBOARD

**METRI: 57 DOVE:** Hemsedal, Norvegia. **QUANDO:** 2005. Gli snowboarder, si sa, sono un po' pazzi, per cui il salto più lungo su una tavola fu condito anche da una rotazione di 360° sull'asse orizzontale. A realizzarlo fu il norvegese Mads Jonsson.



## SALTO CON LA MOTOCICLETTA

**METRI: 98,34 DOVE:** Las Vegas, Stati Uniti. **QUANDO:** 31 dicembre 2007. Il primato fu realizzato su una KTM 500 SX-F dallo stuntman australiano Robbie Maddison. Lo stesso, però, sostenne di aver saltato in allenamento molto di più: circa 107 metri.



## SALTO CON GLI SCI

**METRI: 253,5 DOVE:** Vikersund, Norvegia. **QUANDO:** 18 marzo 2017. Premesso che nelle gare dal trampolino non conta solo la misura del salto, ma si valutano anche lo stile e la pulizia nell'atterraggio, il record è dell'austriaco Stefan Kraft, volato per ben 253,5 m.



## SALTO DALLO SPAZIO (CON PARACADUTE)

**METRI: 41.419 DOVE:** Roswell, Stati Uniti. **QUANDO:** 24 ottobre 2014. Chi non conosce il salto record di Felix Baumgartner dalla stratosfera (nella foto a destra)? Bene. Sapevate che il suo primato (38.969,4 metri) fu battuto due anni dopo, e di ben 2.500 metri, da Alan Eustace, vicepresidente di Google?



## Quante specialità ci sono nel gioco delle bocce?

**S**ei. Federazione Italiana Bocce può contare su circa 80.000 tesserati agonisti per le specialità di gioco Raffa, Volo, Petanque, Bocce Paralimpiche, Boccia Paralimpica e Beach Bocce. Il gioco delle bocce consiste nella giocata a punto, ossia nell'avvicinare il più possibile la boccia al pallino: la Raffa, con un tiro radente al terreno, è la specialità più praticata in tutta Italia. Il Volo, invece, si gioca soprattutto nel Nord d'Italia ed è considerata, per via delle prove tecniche e veloci, la più agonistica e moderna. Oltre al gioco tradizionale comprende anche il tiro progressivo, il tiro rapido a staffetta, il tiro di precisione, il combinato. La Petanque si gioca in tutto il mondo: a differenza delle altre due specialità, il giocatore deve lanciare con i piedi fermi posizionati in un cerchio.

**Disabilità.** La Boccia Paralimpica (che a differenza delle Bocce si gioca con palle di tessuto) è lo sport che più esprime lo spirito paralimpico perché è l'unico praticabile da persone che hanno disabilità gravissime, anche psichiche, cui regala più autocontrollo, autostima e integrazione sociale. Il Beach Bocce è la specialità da spiaggia. **A.C.**



Mondadori Portfolio/Age



Photo by Red Bull / Stratos for Red Bull Content Pool



Shutterstock/Krakainimages.com

## Qual è il tempo minimo per tenersi in forma ogni giorno?

**B**asterebbero 3 secondi, a patto di esercitarsi tutti i giorni. Lo sostiene uno studio giapponese su *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*.

**Esercizi.** Gli scienziati hanno chiesto a un gruppo di volontari di eseguire diversi esercizi con i pesi, basati sulla flessione del bicipite. L'esercizio più efficace è risultato la flessione eccentrica: consiste nel tenere un manubrio con il braccio lungo il fianco, per poi sollevarlo verso il petto e abbassarlo. Dopo un mese di esercizio (3 secondi al giorno per 5 giorni a settimana), la forza di contrazione volontaria dei muscoli è risultata aumentata di oltre il 10%. Lo studio mostrerebbe che basta davvero molto poco per prevenire la perdita di massa muscolare e di forza legata all'invecchiamento. **V.T.**

## Quali sono gli sport più costosi da praticare?

**D**al salto con gli sci, al pentathlon, alla corsa di motoscafi e naturalmente all'equitazione, che non a caso è considerata uno sport "da ricchi": mantenere un purosangue può costare fino a 200.000 euro l'anno, ai quali si aggiunge il costo degli allenamenti. Ancora più dispendioso è il polo, visto che comporta quattro cavalli. Fra gli sport che richiedono un mezzo c'è la barca a vela (il cui costo e manutenzione è paragonabile a un'auto di lusso) e la motonautica: solo iscriversi al campionato italiano può arrivare a costare fino a 1 milione di euro (4 milioni per le gare internazionali). Fra gli sport invernali, il salto con gli sci richiede attrezzature speciali e un'assicurazione. Si stima che le spese ammontino a circa 100.000 euro. Anche il bob è caro: il solo veicolo costa quasi 25.000 euro.

**Elicotteri.** Il pentathlon moderno si compone di corsa, tiro a segno, scherma, nuoto, salto ostacoli a cavallo e necessita quindi delle attrezzature per ogni sport. E per spendere di più c'è il Festival dello sport di Whitianga, in Nuova Zelanda: prevede anche gare di elicotteri. **I.P.**



ESPA Photo Agency/Cal Sport Medici/Mondadori Portfolio



## QUANTA ENERGIA BRUCIA DJOKOVIC?

**A WIMBLEDON, SAREBBE BASTATA PER CARICARE UNA TESLA E FARLA VIAGGIARE PER 77 KM. MA C'È CHI HA DATO DI PIÙ.**

**H**a provato a calcolarlo il sito di news SportingPedia, considerando il suo peso e le ore di tennis giocate nell'ultimo torneo di Wimbledon: lo scorso luglio il tennista serbo è stato in campo poco più di sedici ore bruciando oltre diecimila calorie, l'equivalente dell'energia necessaria per 436 ricariche complete di un cellulare di ultima generazione, 40 ore e mezza di televisione, 146 tazzine di caffè. L'energia bruciata da Djokovic nel torneo inglese basterebbe a ricaricare un'auto Tesla e guidarla per 77 km. C'è anche chi si è "spremuta" di più, pur non vincendo la finale: il secondo classificato Nick Kyrgios, per esempio, è il giocatore che ha consumato più calorie di tutti e avrebbe potuto far viaggiare una Tesla per 85 km. Rafael Nadal invece, con appena 15 ore sul campo da gioco, ha usato l'equivalente dell'elettricità necessaria a tenere accesa la tv per oltre 42 ore. **TENNISTI "A CONSUMO"**. In totale, i primi otto classificati dell'ultimo Wimbledon, stando alle stime, hanno bruciato energia per l'equivalente di 92 kilowatt/ora, che corrispondono a circa tre giorni dei consumi domestici di una famiglia americana media. **E.M.**

Kommersant Photo Agency/Mondadori Portfolio

## Quanto durò il primo Campionato italiano di calcio?

**U**n solo giorno: la competizione, che si disputò al velodromo Umberto I di Torino, prese il via la mattina dell'8 maggio 1898 e terminò nel pomeriggio. Nella giornata si sfidarono quattro squadre (Internazionale Torino, Foot-Ball Club Torinese, Società Ginnastica di Torino e Genoa, nella foto) per tre partite: due semifinali e la finale.

**Successo ligure.** La prima partita vide l'Internazionale Torino battere per

2-1 il Foot-Ball Club Torinese. Poi si sfidarono la Società Ginnastica di Torino e il Genoa: il punteggio fu di 0-2 per i liguri. La finalissima, giocata alle 15:00 con un centinaio di spettatori, vide trionfare proprio il Genoa, che batté l'Internazionale Torino (dopo i tempi supplementari) per due gol a uno. Anche i successivi campionati ebbero un numero di partecipanti esiguo (da 4 a 9), ma dalla stagione

1910-1911 il numero delle squadre superò quota dieci (le candidate furono 13), aumentando poi sempre più. **M.L.**

