



HIC SUNT LEONES¹⁶

MATCH PROGRAM STAGIONE 2020/2021

HSL DERTHONA SANREMESE

STADIO F. COPPI, TORTONA
SAB 24 APRILE | ORE 1500

FINALMENTE LEONE

Dopo il riposo forzato, il Derthona torna in campo contro la Sanremese.

L'INTERVISTA pag. 7

Giovanni Zichella

"Quando recupereremo gli infortunati,
non avremo piu' paura di nessuno."

LABO

- pizza & birra -

 370 3004433

 labopizza_birra

 Labo Pizza&birra Tortona



STUDIO ACQUA

L'IMPORTANZA DI UN'ACCURATA ANALISI

COME FANNO I CALCIATORI A RESTARE SANI TUTTO INVERNO CORRENDO SOTTO LA PIOGGIA?



Marco Pagano: *Continuiamo oggi a parlare con la nostra esperta di cura del corpo dei segreti per vivere una stagione fredda libera da tutte le seccature tipiche del nostro clima, indolenzimenti muscolari, tensioni, articolazioni doloranti, e i tanto temuti sintomi da raffreddamento.*

Giovanna, *quali benefici possiamo aspettarci da una sessione di sauna?*

G.B. Le articolazioni sono le prime a festeggiare, perché il caldo intenso alternato alla doccia fresca riduce il gonfiore, l'infiammazione e il dolore. «L'effetto analgesico, dovuto alla produzione di beta-endorfine, è più evidente su articolazioni mobili come ginocchia, gomiti o dita delle mani, ma anche il mal di schiena migliora. Il dolore si riduce anche grazie al rilassamento dei tessuti, per esempio dei legamenti e dei muscoli; questi ultimi diventano più elastici, per questo la sauna è un buon trattamento defaticante dopo lo sport e preparatorio per l'allenamento successivo, in quanto favorisce lo smaltimento dell'acido lattico. Riduce lo stress, l'insonnia, l'ansia, insomma possiamo dire che dopo una sessione di sauna l'umore è in risalita.

M.P. *Una preoccupazione comprensibilmente ancora diffusa è il rischio di contagio da Covid19. Come hai messo in sicurezza l'area sauna?*

G.B. Da sempre il pallino dell'igiene è un principio cardine dello Studio Acqua. Nel 2020 è diventato un'ossessione, a tutela degli ospiti quanto a tutela di tutto lo staff interno.

Oltre alle scrupolose procedure di sterilizzazione, organizziamo la programmazione degli appuntamenti in modo tale che gli ospiti non si incontrino mai e utilizziamo esclusivamente accessori usa e getta. Unica eccezione alla compresenza è quando riceviamo la prenotazione di due congiunti che si vogliono dedicare qualche ora di rigenerazione nella spa dei sogni a due passi da casa.

Intervista a cura di Marco Pagano responsabile area comunicazione e addetto stampa



Presenta questo tagliando per ricevere
una **consulenza GRATUITA** + un **bonus di 10 €** sul tuo trattamento dedicato
Prenota chiamando allo 0131-811550 e presenta questo buono a
Studio Acqua - C.so Repubblica, 8 - scala A terzo piano - TORTONA

CASA DERTHONA

TABELLINO

LEGNANO-HSL DERTHONA: 2-0

MARCATORI: pt 30' Gasparri; st 26' Brusa

LEGNANO (4-2-3-1) Russo; Diana (23' st Brusa), Nava, Luoni, De Stefano (47' st Barbui); Berretta, Ronzoni; Gasparri, Cocuzza (23' st Pellini), Bingo (23' st Febbrasio); Braidich.

A DISPOSIZIONE: Polnaghi, Ortolani, Todaj, Fondi, Radaelli.

All: Sgro'.

HSL DERTHONA (4-4-2): Teti; Brumat, Gjura, Emiliano, Maggi (1' st Cirio; 19' st Palazzo);

Gualtieri (13' st Akouah), Lipani, Cardore, Manasiev; Spoto (31' st Kanteh), Mingiano (1' st Andriolo).

A DISPOSIZIONE: Rosti, Cattaneo, Nsingi, Castagna.

All: Zichella.

AMMONIZIONI: Ronzoni, Diana; Brumat, Akouah.

ESPULSIONI: -



Jacopo Lipani pronto a calciare.

TABELLINO

HSL DERTHONA-ARCONATESE: 3-0

MARCATORI: pt 8' Cardore, 15' Spoto; st 6' Spoto.

HSL DERTHONA (4-4-2): Teti; Brumat (32' st Palazzo), Gjura, Emiliano, Maggi (38' st Andriolo); Akouah (20' st Cattaneo), Cardore (45' st Kanteh), Lipani, Manasiev; Spoto (26' st Cirio), Varela.

A DISPOSIZIONE: Rosti, Painsi, Nsingi, Castagna.

All: Zichella.

ARCONATESE (3-4-4): Botti; Giovane (45' st Tumino), Bianchi, Ientile (30' Gatelli); Marcone, Vecchierelli, Romeo, Foglio (45' st Veroni); Pastore (1' st Marra), Santonocito, Gobbi (29' st Kouadio).

A DISPOSIZIONE: Alio, Principi, Coulibaly, Serafini.

All: Livieri.

AMMONIZIONI: Maggi, Ientile, Pastore, Giovane.

ESPULSIONI: -



Squadre schierate al Giovanni Mari di Legnano (MI).

Dopo due vittorie ed un pareggio, arriva la prima sconfitta per mister Zichella.

La vittoria contro l'Arconatese dello scorso sabato ha sicuramente rincuorato i Leoni, rendendoli piu' forti e affamati, ma e' il Legnano a portare a casa i tanto desiderati 3 punti.

Al "Mari", i Lilla scendono in campo speranzosi di trovare continuita' di risultati, mentre l'Hsl rincorre il pallone bramosa di punti, con il desiderio di abbandonare finalmente la zona playoff. Questa volta, pero', e' la formazione di Marco Sgro' ad avere la meglio; i Leoni, invece, tornano a casa a mani vuote, ma sicuramente consapevoli di aver giocato una bella partita, di aver provato ad imporre le proprie regole di gioco in un campo difficile come quello del Legnano.

Il primo squillo arriva al 9' con Spoto che parte in progressione da centrocampo lasciando sul posto il suo marcatore Nava e arriva al tiro da posizione decentrata sulla sinistra senza impensierire Russo. I padroni di casa rispondono con due tiri dalla distanza di Berretta ma appena prima del quarto d'ora e' ancora l'Hsl a rendersi pericolosa con un lancio improvviso di Lipani per Mingiano che pero' viene colto di sorpresa e permette a Luoni di recuperare palla. Al 28' si fa vedere anche il Legnano che costruisce un'azione corale portando al tiro dal limite dell'area Cocuzza ma il tiro rasoterra finisce abbondantemente a lato della porta di Teti. Poco dopo al termine di un'azione confusa nell'area dell'Hsl un tiro di Braidich finisce sul fondo dopo una deviazione e dal calcio d'angolo successivo, il quarto per il Legnano, arriva la rete di Gasparri bravo a reagire d'istinto dopo la torre di un compagno sul primo palo.

A inizio ripresa un errore di Russo innesca Manasiev che cerca il gol al volo da lontano con poca fortuna ma anche grazie ai due cambi di mister Zichella che ha inserito Andriolo e Cirio si vede un Derthona piu' propositivo, ma ci vuole una parata di Teti per chiudere lo specchio della porta a Cocuzza che cerca la soluzione personale anziché servire un compagno meglio piazzato a centro area. Nell'azione successiva Gasparri sceglie l'altra strada e da fondocampo imbecca Braidich che pero' spara alto graziando gli ospiti dal raddoppio; al 12' tocca anche a Cocuzza mancare di pochissimo l'impatto con un cross dalla destra di Diana. L'ultimo brivido arriva nel recupero con Emiliano in proiezione offensiva che recupera un pallone e serve Lipani che non ha il coraggio di tirare al volo e prova a servire Cardore meglio piazzato ma leggermente in ritardo: finisce 2-0 per i padroni di casa, ma l'importante e' che l'Hsl Derthona c'e'!

PARTITE DEL GIORNO

Campionato Serie D - Girone A 2020/2021 - RECUPERI

HSL DERTHONA - SANREMESE

FOLGORE CARATESE - IMPERIA

CITTA' DI VARESE - CASALE

CASALE - HSL DERTHONA

VADO - CITTA' DI VARESE

Stadio "F. Coppi", Tortona (AL)

Stadio "XXV Aprile", Carate Brianza (MB)

Stadio "F. Ossola", Varese (VA)

Stadio "N. Palli", Casale (AL)

Stadio "F. Chittolina", Valleggia (SV)

L'AVVERSARIO SANREMESE



Stadio: Stadio Comunale, Sanremo (IM)

Colori Sociali: Bianco Azzurro.

Attenti a: Giacomo Romano (attaccante)

Classifica: 8^a posto

CARONNESE-SANREMESE

Al Comunale di Caronno Pertusella va in scena lo scontro play off tra i rossoblu' di mister Roberto Gatti e i biancoazzurri di Matteo Andreoletti. La Caronese e' reduce dal pareggio di Fossano ed occupa la sesta piazza, la Sanremese ha un punto di distacco dai lombardi, due partite in meno da recuperare con Derthona e Varese e tanta voglia di tornare al successo per non perdere di vista le zone alte della classifica.



CLASSIFICA

Campionato Serie D - Girone A 2020/2021 - AGGIORNATA

	SQUADRA	PG	V	P	S	GF	GS	DG	PT
1	 PONTDONNAZ	30	17	8	5	49	31	18	59
2	 CASTELLANZESE	30	17	7	6	66	46	20	58
3	 GOZZANO	28	17	6	5	46	24	22	57
4	 BRA	30	16	7	7	43	24	19	55
5	 CARONNESE	30	14	7	9	46	38	8	49
6	 SESTRI LEVANTE	30	14	5	11	45	35	10	47
7	 FOLGORE CARATESE	29	12	10	7	41	33	8	46
8	 SANREMESE	28	12	11	5	39	28	11	45
9	 LEGNANO	29	13	5	11	42	40	2	44
10	 LAVAGNESE 1919	30	12	7	11	43	48	-5	43
11	 IMPERIA	28	13	4	11	33	31	2	43
12	 CALCIO CHIERI 1955	29	7	13	9	34	31	3	34
13	 ARCONATESE 1926	30	9	7	14	39	48	-9	34
14	 HSL DERTHONA	27	8	8	11	27	33	-6	32
15	 CASALE	27	7	10	10	26	28	-2	31
16	 SALUZZO	30	7	9	14	26	40	-14	30
17	 VADO	29	6	5	18	28	52	-24	23
18	 CITTA' DI VARESE	26	5	8	13	22	32	-10	23
19	 BORGOSIESA	29	5	6	18	30	54	-24	21
20	 FOSSANO	29	3	7	19	24	53	-29	15

CLASSIFICA MARCATORI

Mario CHESSA (Castellanzese)	25 RETI	Daniele Buongiorno (Lavagnese)	13 RETI
Diego ALLEGRETTI (Gozzano)	19 RETI	Fabio LAURIA (PDHAE)	12 RETI
Riccardo COCUZZA (Legnano)	15 RETI	Marco GASPARRI (Legnano)	12 RETI
Cheick SYLLA (Gozzano)	15 RETI	Olger MERKAJ (Bra)	12 RETI
Nicolo' BUSO (Sestri Levante)	14 RETI	Luca SANTONOCITO (Arconatese)	11 RETI
Roberto COLOMBO (Castellanzese)	14 RETI	Luca DONAGGIO (Imperia)	11 RETI





PROSSIMO TURNO

Campionato Serie D - Girone A 2020/2021 - TRENTUNESIMA GIORNATA

LAVAGNESE - HSL DERTHONA

ARCONATESE - VARESE

CASALE - CARONNESE

CASTELLANZESE - BORGOSIESIA

FOSSANO - FOLGORE CARATESE

GOZZANO - BRA

LEGNANO - PDHAE

SALUZZO - CHIERI

SANREMESE - SESTRI LEVANTE

VADO - IMPERIA

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

L'AVVERSARIO



Stadio: Stadio "N. Palli", Casale (AL)

Colori Sociali: Nero Con Stella Bianca.

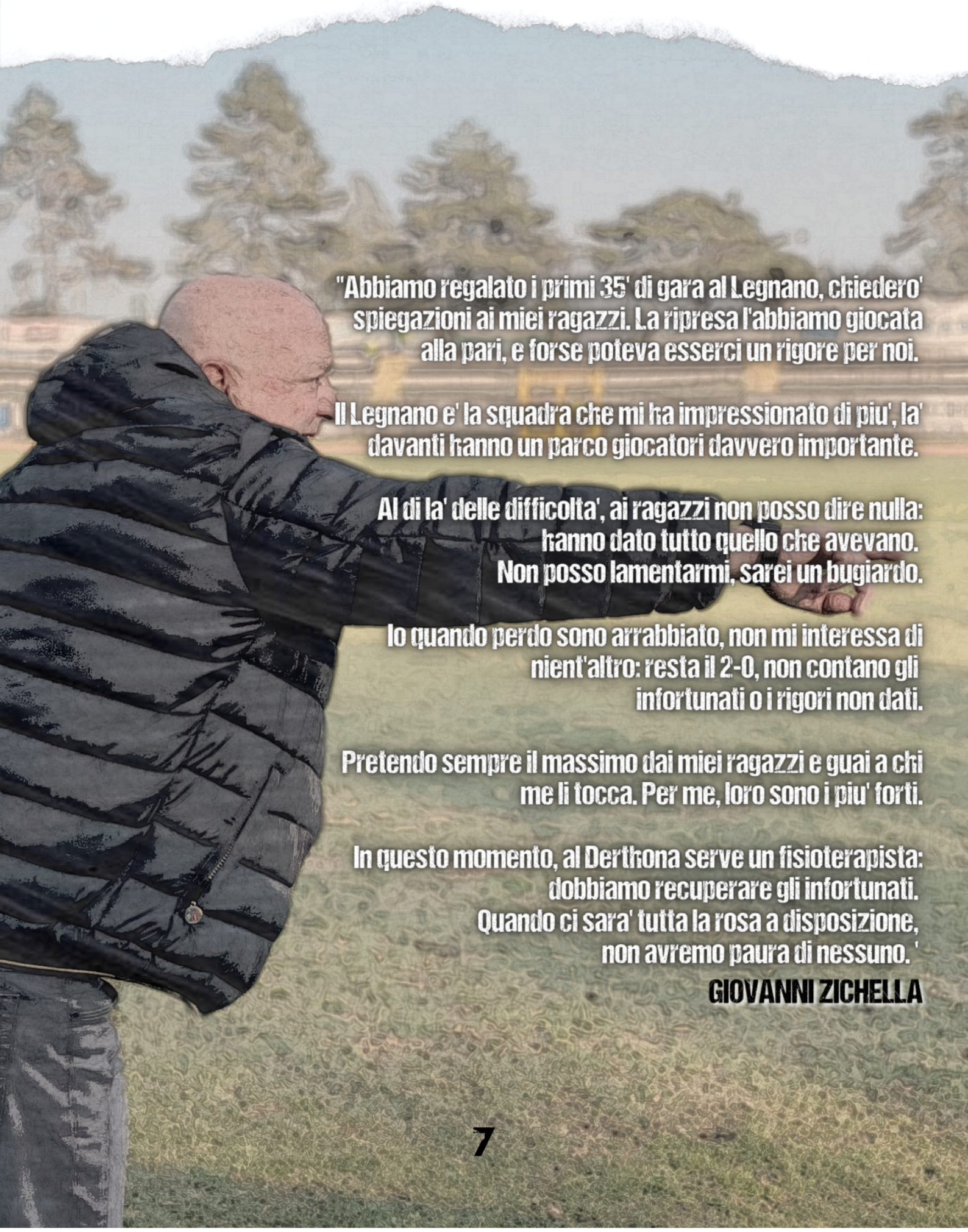
Attenti a: Lorenzo Cocco (centrocampista).

Classifica: 15^a posto

COME ARRIVARE ALLO STADIO

Stadio "F. Coppi", Tortona (AL)

L'INTERVISTA



"Abbiamo regalato i primi 35' di gara al Legnano, chiederò spiegazioni ai miei ragazzi. La ripresa l'abbiamo giocata alla pari, e forse poteva esserci un rigore per noi.

Il Legnano è la squadra che mi ha impressionato di più, là davanti hanno un parco giocatori davvero importante.

Al di là delle difficoltà, ai ragazzi non posso dire nulla: hanno dato tutto quello che avevano. Non posso lamentarmi, sarei un bugiardo.

Io quando perdo sono arrabbiato, non mi interessa di nient'altro: resta il 2-0, non contano gli infortunati o i rigori non dati.

Pretendo sempre il massimo dai miei ragazzi e guai a chi me li tocca. Per me, loro sono i più forti.

In questo momento, al Derthona serve un fisioterapista: dobbiamo recuperare gli infortunati. Quando ci sarà tutta la rosa a disposizione, non avremo paura di nessuno.'

GIOVANNI ZICHELLA

S.S. per Genova 68, TORTONA
TEL. 345 8902345

cadirola
House



Via Emilia 35, TORTONA
TEL. 0131861063

ABSOLUT **M**



328 4830483



absolutm_hairstylist



Absolut M




La Filottica

TORTONA

Oreficeria - Gioielleria - Argenteria



Via Emilia, 57 - TORTONA (AL) - Tel. 0131.820872 -  oreficeriasartor