



## Il premio promosso dal Consorzio Cacciatore Italiano

14 Marzo 2024

Ore 11.00

Tennis Club Parioli • Largo Uberto de Morpurgo, 2

### **“Premio Food&Sport” 2024**

*Filippo Volandri, Veronica Toniolo e Lorenzo Marsaglia premiati per il loro impegno come ambassador dell'Italia nel mondo, per la promozione dei valori sportivi legati alle buone pratiche alimentari.*

Che performance sportive e corretta alimentazione siano legate a doppio filo è ormai cosa risaputa. Ciò che ancora oggi resta fumoso è quale sia il reale fabbisogno di chi allo sport ha dedicato la vita.

I dubbi sono tanti, così come le fake news più accreditate: “E’ meglio fare sport di mattina?”, “Se siamo a digiuno bruciamo più calorie?”, “Per scolpire il muscolo, nella dieta solo bianco d’uovo crudo e petti di pollo?”. E via discorrendo.

Per dare risposta a queste e a tante altre domande, è nato il premio “**Food&Sport**”, promosso dal **Consorzio Cacciatore Italiano e dal MASAF, Ministero dell’Agricoltura, della Sovranità Alimentare e delle Foreste**. Un’occasione per sfatare i falsi miti e diffondere corretta informazione su salute, alimentazione e sport, insieme ad un esperto d’eccezione: il **dotto Michelangelo Giampietro**, specialista in Medicina dello Sport e in Scienza dell'alimentazione.

Ma non si può parlare di sport senza interpellare gli atleti. Quelli che hanno dato lustro al nostro Paese nel mondo. Per questo abbiamo voluto premiarli, per essersi distinti nella loro disciplina. Non solo: hanno dato anche il loro contributo per promuovere corrette pratiche alimentari.

#### **I PREMIATI**

**1. Filippo Volandri:** Filippo Volandri è nato a Livorno il 5 settembre 1981. Tennista professionista dal 1998. Nel 2003 è salito alla ribalta nelle cronache del tennis mondiale, scalando rapidamente la classifica ATP. A soli 22 anni, è così entrato nei primi 50 giocatori al mondo. Nello stesso anno ha ottenuto straordinari risultati, come i quarti di finale agli Internazionali del Foro Italico a Roma e al Masters Series di Monte Carlo. Nel 2004 è salito ancora (n.35 al mondo), trionfando agli Internazionali d’Austria a St.Polten (il suo primo titolo ATP) e raggiungendo anche due finali a Palermo e Umago. E’ stato tra i migliori giocatori al mondo sulla terra battuta, superficie che Filippo predilige e sulla quale ha ottenuto i suoi risultati più prestigiosi. Nel settembre 2004 è stato eletto "player of the month" dall’Associazione Mondiale dei Tennisti Professionisti. Nel 2005 ha raggiunto il terzo turno al Roland Garros, le semifinali a Umago, Casablanca e Vina del Mar, ma soprattutto ha colto grandi risultati arrivando ai quarti di finale in due importanti Masters Series: Monte Carlo e Amburgo. Nel settembre 2006 ha trionfato nell’ATP di Palermo conquistando il suo secondo titolo ATP in carriera. Nella prima parte della stagione 2007 ha colto straordinari risultati, raggiungendo una storica semifinale al Masters Series di Roma (29 anni dopo Adriano Panatta) eliminando il n.1 al mondo Roger Federer in due set! Qualche settimana dopo, Filippo ha centrato un altro grande risultato al Roland Garros, raggiungendo gli ottavi di finale ed eliminando il n.7 del mondo, Ivan Ljubicic in 5 set. Poco dopo ha colto un altro importante piazzamento centrando la semifinale a Bastad. Questi risultati lo hanno portato alla sua migliore posizione mondiale di sempre: n.25! Nel 2008 ha vinto gli Internazionali di San Marino e di Cordenons ed è arrivato in semifinale a Buenos Aires e nei quarti a Costa du Sauipe. nel 2009 ha raggiunto la finale nel Challenger di Trani le

semifinali nei Challenger di Cordenons, Milano e Roma e i quarti a Rimini e Como. E' stato per anni il primo singolarista della nazionale italiana di Coppa Davis. Dopo il ritiro dall'agonismo Volandri entra come tecnico nei quadri della Federazione Italiana Tennis. Nel 2018 gli viene affidato l'incarico di Direttore Tecnico Nazionale, con il compito di seguire e organizzare la formazione dei nuovi talenti del tennis italiano. Nel gennaio 2021 subentra a Corrado Barazzutti nel ruolo di capitano non giocatore della squadra italiana di Coppa Davis. Il 26 novembre 2023, sotto la sua guida tecnica, l'Italia vince la Coppa Davis dopo 47 anni di attesa.

**2. Veronica Toniolo:** Nata a Trieste nel 2003. Il judo è un affare di famiglia. È figlia di Raffaele Toniolo e Monica Barbieri, assi di questa disciplina e oggi tecnici stimati a livello internazionali. Sono allenatori anche gli zii Massimo e Pierangelo e per lei, dopo qualche anno di ginnastica artistica, la scelta del tatami è abbastanza naturale e, con il senno del poi, vincente. Diventa la prima ragazza italiana di sempre a vincere il titolo europeo e mondiale sia a livello cadetto sia a livello junior. Poi arriva l'oro olimpico nel mixed team agli YOG di Buenos Aires 2018. I risultati di prestigio continuano ad arrivare anche nella categoria senior, dove raccoglie due podi in eventi Grand Prix e uno in un torneo Grand Slam, traguardi che le permettono di attestarsi nelle posizioni di vertice del ranking mondiale nella sua categoria di peso. Ragazza timida e riservata fuori dalle gare ma gladiatoria sul tatami, è pronta a passare nuovi step per arrivare preparata nel miglior modo possibile all'appuntamento per eccellenza: l'esordio olimpico, tra le 'grandi', a Parigi 2024.

**3. Lorenzo Marsaglia:** Romano, classe 1996, Lorenzo Marsaglia inizia nuotando. A nove anni prova a spostarsi sul trampolino e, senza farsi intimidire dalle vertigini, non lo abbandona più. Si affaccia alla ribalta internazionale grazie agli Europei di Kiev nel 2017, quando ottiene un quinto posto che lo proietta nella dimensione più ambita ed entra di diritto nel gruppo che onora il tricolore nel mondo. Si laurea in Fisioterapia, discutendo una tesi sul massaggio neonatale. Nel 2022 a Roma con un tuffo nella storia Lorenzo ha raggiunto sul tetto d'Europa dai tre metri i mitici Klaus Dibiasi e Giorgio Cagnotto nella splendida cornice allo Stadio del Nuoto al Foro Italico, impianto che ha formato generazioni di tuffatori, dopo una medaglia d'argento ha conquistato anche la medaglia d'oro nell'unica specialità olimpica individuale dal trampolino.

Insieme all'amico Giovanni Tocci si prende la scena anche ai Mondiali di Doha 2024, dove vincono l'argento nel sincro, un risultato mai fatto registrare prima dall'Italia maschile. Da sempre affascinato dalla Cina, patria dei tuffatori più forti, il suo sogno nel cassetto lo riesce a coronare: partecipare ai Giochi Olimpici. A Tokyo il debutto a cinque cerchi, a Parigi la possibilità concreta di entrare nella storia.

## LO SPUNTINO DEI CAMPIONI

Al termine della premiazione, gli studenti di cucina dell'Istituto Professionale per i Servizi per Enogastronomia ed Ospitalità Alberghiera Vincenzo Gioberti di Roma proporranno i **Panini dello sportivo, tre ricette gustose e bilanciate a livello nutrizionale a base di Salamini Italiani alla Cacciatore DOP.**

1. **Panino Dropshot :** Panino verde (con spinaci) salame cacciatore DOP, spinacino fresco, scaglie di grana Padano DOP e pomodoro marinda.
2. **Panino Trampolino:** Panino viola (con barbabietola e noci) salame cacciatore DOP, insalata riccia, scamorza affumicata e zucchine grigliate.
3. **Panino Judoka:** Panino marrone (con cioccolato) salame cacciatore DOP, puntarelle, mozzarella di bufala campana DOP e carciofi croccanti.

*“Gli atleti che praticano attività sportiva, sia per scopi agonistici che ricreativi, sono spesso alla ricerca di un programma nutrizionale che garantisca un miglioramento della prestazione. Nel caso di attività fisica intensa, l’apporto proteico deve aumentare, specialmente nei periodi in cui l’obiettivo ricercato è il potenziamento delle masse muscolari – spiega il dott. Giampietro - I salumi sono in grado di fornire all’organismo diversi nutrienti necessari al suo funzionamento. Inoltre, le proteine in essi contenute hanno un’elevata qualità biologica: contengono, infatti, in quantità appropriate, tutti gli amminoacidi essenziali- Negli ultimi vent’anni, poi, la quantità di lipidi (grassi) presenti nelle carni lavorate e trasformate si è ridotta notevolmente grazie all’evoluzione delle tecniche di allevamento dei suini”.*

Uno spuntino gustoso, dopo un allenamento intenso, suggerisce il prof. Giampietro *“Potrebbe essere un panino (100 g di panino tipo rosetta, circa 270 kcal) con 5-6 fette di Salamini Italiani alla Cacciatora DOP (comunemente conosciuto come Salame Cacciatore Italiano, 35 g per 140 kcal), nel rispetto della corretta associazione tra carboidrati complessi e proteine, in rapporto pari a 3:1. Tale rapporto è esattamente quello che serve dopo un allenamento/gara per incrementare la massa muscolare. Inoltre, la quantità di sale presente può essere utile per ripristinare le perdite avvenute con il sudore”.*

---

### **Consorzio Cacciatore Italiano**

*Dal 2003, il Consorzio Cacciatore Italiano svolge le funzioni di informazione, tutela e valorizzazione dei Salamini Italiani alla Cacciatora DOP. Dispone inoltre di poteri di vigilanza, in grado di contrastare abusi, imitazioni, atti di pirateria e contraffazione, su tutto il territorio nazionale e non solo.*