

# COMUNE DI CISTERNA DI LATINA

Medaglia d'Argento al Valor Civile

---



## Rassegna Stampa

del 28 GIUGNO 2025

---

a cura dell'Ufficio Stampa del Comune di Cisterna di Latina  
tel.06.96843354 - email: [ufficiostampacisterna.lt@gmail.com](mailto:ufficiostampacisterna.lt@gmail.com)



# Tre milioni dalla Regione per recuperare 70 alloggi popolari in provincia di Latina

## IL PROVVEDIMENTO

La Giunta regionale del Lazio ha approvato un piano di interventi da 3 milioni di euro destinati alla provincia di Latina, con l'obiettivo di effettuare manutenzioni straordinarie sugli alloggi popolari gestiti dall'Ater. Il provvedimento, proposto dall'assessore alle Politiche abitative Pasquale Ciacciarelli, prevede il recupero di 70 alloggi e la sistemazione degli ascensori in diversi comuni della provincia: Aprilia, Castelforte, Cisterna, Cori, Fondi, Formia, Gaeta, Itri, Latina, Priverno, Sabaudia, Santi Cosma e Damiano, Sezze e Terracina.

«La programmazione delle risorse è il frutto di un lavoro sinergico con l'Ater di Latina – ha spiegato Ciacciarelli – grazie al quale sarà possibile intervenire per il recupero di 70 alloggi e per la manutenzione straordinaria degli ascensori».

Gli interventi, distribuiti in vari comuni della provincia, sono stati definiti sulla base di un'ana-

lisi condotta dall'Ater di Latina. L'iniziativa si inserisce in un piano più ampio di rilancio delle politiche abitative regionali.

«Questa programmazione è inserita all'interno di un'attività complessa che stiamo portando avanti – ha aggiunto l'assessore – e che nei prossimi mesi vedrà la definizione di nuove iniziative per la piena attuazione dell'Accordo di programma siglato con il Ministero delle Infrastrutture, volto alla rigenerazione urbana e al recupero del patrimonio abitativo esistente». Ciacciarelli ha infine ringraziato la Giunta regionale e il commissario dell'Ater Latina, Enrico Della Pietà «per l'impegno e la qualità degli interventi avviati».

**FONDI DESTINATI  
ALLE CASE DELL'ATER  
NEL CAPOLUOGO  
AD APRILIA, CORI  
CISTERNA, SABAUDIA  
E SUD PONTINO**





# In scena “Concedimi di sognare” stasera a Doganella di Ninfa

## TEATRO

La compagnia teatrale “Ai posteri l’ardua sentenza” del Centro Sociale Anziani Doganella di Ninfa APS mette in scena il suo terzo spettacolo, intitolato “Concedimi di Sognare”. Lo spettacolo, che ha il patrocinio del Comune di Sermoneta, si terrà oggi alle ore 19.30, presso il Salone Parrocchiale di Doganella di Ninfa. L’ingresso è gratuito. “Concedimi di Sognare” avrà come filo conduttore il sogno di un’adolescente. Nonostante le sfide emotive, la protagonista riceverà sostegno e conforto in questo delicato percorso adolescenziale, scoprendo che anche il mondo che a volte delude può offrire speranza. Spiega il presidente del Centro Anziani di Doganella, Giuseppe Casillo: «Racconteremo un sogno, quel sogno che, a volte, altro non è che il desiderio celato in ognuno di noi».





## Al Cisterna ecco il regista Nicola Salsi il campione seguitissimo su Youtube

### VOLLEY

Anche la penultima tessera del mosaico è andata al suo posto e ora per completare il roster della Cisterna Volley manca soltanto un secondo libero. Il nuovo arrivato alla corte di coach Daniele Morato è Nicola Salsi, 27 anni, nativo di Reggio Emilia, un metro e 87, ruolo palleggiatore, lo scorso anno a Piacenza. Si tratta di un altro atleta con tanta voglia di mettersi in mostra, avendo vissuto le sue stagioni nella massima serie all'ombra di registi del calibro di Antoine Brizard a Piacenza e Bruno e Christenson a Modena. A Cisterna affiancherà il giovane Alessandro Fanizza e il campo dirà quale dei due riuscirà a guadagnarsi i galloni da titolare in una squadra da assemblare praticamente ex novo. Salsi è un prodotto del vivaio di Modena, squadra

con la quale ha vinto la Junior League e ha poi esordito in A1. Ha poi giocato in A2 con il Club Italia e con Siena, vestendo successivamente le maglie di Lagonegro e Modena, con cui ha vinto la Coppa Cev nel 2023. Con l'Hypo Tirol Innsbruck ha conquistato campionato e Supercoppa nazionale. Nella scorsa stagione era a Piacenza. «Il mio arrivo a Cisterna è stato piuttosto rapido: nel giro di due giorni mi è stata proposta l'opportunità e ho subito accettato - racconta Salsi - Ho la sensazione che ci aspetti un campionato impegnativo, come del resto accade ogni anno: il livello si alza costantemente e sarà un'annata tosta con una competizione molto alta. Chiaramente l'obiettivo



Nicola Salsi, nuovo palleggiatore della Cisterna Volley

primario è la salvezza. Noi siamo una squadra giovane, dovremo essere bravi a crescere nel lavoro quotidiano in palestra. Paradossalmente, mi ritrovo ad essere tra i più anziani, e la cosa mi fa un certo effetto. Se riusciremo a costruire un bel clima in palestra, giorno dopo giorno, credo che potremo toglierci delle belle soddisfazioni». Salsi da un paio di anni ha aperto un canale YouTube, sul quale racconta la sua vita da atleta, le sue giornate, il suo tempo libero. «È nato tutto un po' per gioco, ma è diventato quasi un secondo lavoro. Mi entusiasma il calore delle persone che mi seguono, mi scrivono, mi riconoscono per strada. Sapere che i miei video riescono a strappare un sorriso o a incuriosire qualcuno è una delle cose che mi motiva di più a creare sempre nuovi contenuti».

**Gaetano Coppola**



**L'APPUNTAMENTO**

La comunità ecclesiale pontina è pronta a festeggiare Santa Maria Goretti, patrona di Latina e dell'Agro pontino, la cui ricorrenza è fissata per il 6 luglio. Un momento significativo sarà il Pellegrinaggio notturno a piedi alla Casa del martirio della santa, a Le Ferriere, previsto per sabato 28 giugno, che è giunto alla sua XXXI edizione. Un evento che ha sempre raccolto una grande partecipazione di fedeli. Un particolare lavoro preparatorio sul tema è stato portato avanti dal gruppo coordinato da don Paolo Lucconi, delegato del Vescovo per il pellegrinaggio. Durante tutto il pellegrinaggio si rifletterà sulla figura di santità di Maria Goretti e di cosa può dire ancora oggi. Dall'organizzazione hanno spiegato che insieme a quella di "Marietta" saranno offerte

**Santa Maria Goretti**

**Pellegrinaggio notturno alla Casa del martirio**



La casa del martirio di Santa Maria Goretti

riflessioni e meditazioni su altre figure di santità giovanile e attuali come quelle di Pier Giorgio Frassati e Carlo Acutis. I due beati saranno canonizzati il prossimo 7 settembre, a Roma durante il Giubileo dei giovani. Una coincidenza singolare, poiché anche Maria Goretti è stata canonizzata nel 1950, durante l'anno

**IL LAVORO PREPARATORIO È STATO PORTATO AVANTI DAL GRUPPO COORDINATO DA DON PAOLO LUCCONI, DELEGATO DEL PER IL PELLEGRINAGGIO**

giubilare di quel tempo. Anche quest'anno si partirà alle ore 23, con appuntamento alle ore 22.45, dalla chiesa di San Matteo, in via Nascosa 1975 a Latina. Da qui il pellegrinaggio si snoderà per via Nascosa per raggiungere le tappe intermedie del cammino: Borgo Santa Maria; Borgo Bainsizza e Borgo Montello, con arrivo poi alle Ferriere, presso la Casa del martirio di santa Maria Goretti. Nel piazzale della casa del martirio, alle ore 6 circa, il vescovo Mariano Crociata presiederà la Messa, e con lui concelebreranno anche gli altri presbiteri e diaconi che parteciperanno al pellegrinaggio. ●



Alla Camera

# La "bottega" del futuro

## Un convegno celebra l'eccellenza italiana tra università, impresa e innovazione C'era anche il professor Frattale Mascioli, che ha raccontato l'esperienza del PoMoS

**L'EVENTO**

JACOPO PERUZZO

Una platea attenta, un parterre d'eccezione e un obiettivo ambizioso: raccontare l'Italia che crede nel merito, nel talento e nel coraggio. È stato questo il cuore del convegno "Valore e merito: storie di successo, coraggio, talento", andato in scena mercoledì mattina all'Aula dei Gruppi parlamentari della Camera dei Deputati. A fare gli onori di casa, il vicepresidente Fabio Rampelli, che ha voluto aprire i lavori con un appello netto: «Abbiamo bisogno di modelli positivi, di chi osa e costruisce, perché solo così possiamo preparare il futuro».

Accademici, imprenditori, innovatori, manager. Tante le voci che si sono alternate sul palco per disegnare una mappa dell'eccellenza italiana. Tra loro,



**NELL'AULA DEI GRUPPI PARLAMENTARI IL CONVEGNO "VALORE E MERITO" CELEBRA L'ITALIA CHE INNOVA E OSA, TRA TALENTO E VISIONI CONCRETE**

anche Fabio Massimo Frattale Mascioli, professore di Ingegneria Elettrotecnica alla Sapienza e coordinatore scientifico del PoMoS – il Polo per la Mobilità Sostenibile con sede a Cisterna di Latina.

Con un intervento visionario e concreto al tempo stesso, il docente ha incantato la sala rispolverando un'idea potente: quella della "bottega scientifica", nata nel Rinascimento e oggi più attuale che mai. «È il luogo dove si condivide, si sbaglia, si rischia. Dove l'errore è parte del percorso e il successo nasce dal confronto tra le persone», ha spiegato.

Proprio questo spirito guida il lavoro del PoMoS, dove – tra laboratori, giovani ricercatori e idee coraggiose – si sperimenta-



● Il Po.Mo.S. – Polo per la mobilità sostenibile della Sapienza Università di Roma, è nato con lo scopo di valorizzare il sapere scientifico



Il professor Fabio Massimo Frattale Mascioli, che ha raccontato l'esperienza del PoMoS di Cisterna di Latina / FOTO ROBERTO SILVINO

no tecnologie di frontiera: dai veicoli sostenibili ai sistemi energetici intelligenti. Un centro che ha già fatto parlare di sé anche per essere punto di incubazione di QuantumEdge Technologies, la startup italiana che mira a realizzare il primo supercomputer quantistico fotonico nel nostro Paese. Una mission ambiziosa che può portare il territorio pontino a crescere in settori strategici e in grande espansione come sono quelli legati appunto al mondo dell'innovazione tecnologica.

Frattale Mascioli ha parlato anche di questo, sottolineando come «la scienza e la tecnica non possono essere meri strumenti, ma devono avere un'anima, un'etica, una visione. La tecnologia senza valori non serve». E ha aggiunto: «Perché qualcosa accada davvero, servono motivazione, coraggio e disponibilità al rischio. Il talento senza queste qualità rimane potenziale inesplosivo».

Un discorso che ha raccolto consensi e applausi, e che ha messo sotto i riflettori l'idea che anche la provincia può diventare laboratorio di futuro. «Cisterna di Latina, con il suo PoMoS, dimostra a contare sono le persone e le idee. E noi vogliamo continuare a investire qui, costruendo un ecosistema dell'innovazione inclusivo, umano e con-

**IL POMOS DI CISTERNA COME ESEMPIO DI ECCELLENZA SCIENTIFICA E UMANA**

creto». Importante, se non fondamentale, è il ruolo che è riuscito a ritagliarsi il Pomos in questo scenario di ricerca e innovazione. Un fiore all'occhiello per l'intero territorio della provincia pontina e della Regione Lazio in generale.

Il convegno ha messo insieme testimonianze di successo da tutta Italia, accomunate da una costante: la capacità di trasformare la difficoltà in opportunità. Che si tratti di moda, tecnologia, pubblica amministrazione o bioarchitettura, il messaggio è arrivato chiaro: la vera eccellenza non fa rumore, ma cambia le cose. E nella "bottega" di chi ci crede davvero, il futuro ha già preso forma. ●



Dalla Regione Lazio

# Ater, 3 milioni per recuperare 70 alloggi

## EDILIZIA PUBBLICA

La Regione Lazio investe nel recupero del patrimonio abitativo pubblico: sono stati stanziati 3 milioni di euro per realizzare lavori di manutenzione straordinaria su 70 alloggi ATER nella provincia di Latina. Lo ha annunciato l'assessore alle Politiche abitative Pasquale Ciacciarelli, sottolineando come la programmazione approvata dalla Giunta regionale sia «frutto di un lavoro sinergico con l'Ater di Latina» e basata su un'analisi tecnica che ha consentito di indi-

viduare le situazioni più urgenti. Gli interventi saranno distribuiti in 14 comuni del territorio pontino: Aprilia, Castelforte, Cisterna di Latina, Cori, Fondi, Formia, Gaeta, Itri, Latina, Priverno, Sabaudia, Santi Cosma e Damiano, Sezze e Terracina.

Oltre al recupero degli alloggi, è prevista anche la manutenzione straordinaria degli ascensori, elemento fondamentale per garantire accessibilità e sicurezza agli inquilini, spesso anziani o fragili. «Si tratta di un tassello importante all'interno di una strategia più ampia sulle politiche abitative - ha aggiunto



La sede dell'azienda per l'edilizia pubblica della provincia di Latina in via Curtatone

Ciacciarelli - che nei prossimi mesi porterà alla definizione di nuove iniziative, in attuazione dell'Accordo di programma siglato con il Ministero delle Infrastrutture. L'obiettivo è duplice: rigenerare il tessuto urbano e migliorare la qualità della vita nelle case popolari esistenti».

L'assessore ha poi voluto ringraziare l'intera Giunta regionale per il sostegno all'iniziativa e ha rivolto un plauso al commissario dell'Ater di Latina, Enrico Della Pietà, per l'impegno quotidiano sul territorio.

Questo piano rappresenta una risposta concreta alla crescente domanda abitativa, soprattutto nei comuni dove le difficoltà sociali ed economiche rendono più urgente un intervento pubblico deciso. ●

**Bollino rosso**

# Latina nella morsa del caldo

Temperature oltre i 40 gradi oggi e domani, massima allerta per anziani, bambini e fragili  
I consigli degli esperti per affrontare le giornate più torride dell'estate e il piano della Regione

**ESTATE BOLLENTE**

TONJORTOLEVA

Due giorni da bollino rosso attendono Latina e l'intero territorio pontino: sabato 28 e domenica 29 giugno la città sarà tra le 17 in Italia segnalate dal Ministero della Salute per il livello massimo di rischio da ondata di calore. Secondo le previsioni ufficiali, le temperature percepite potrebbero superare abbondantemente i 40 gradi, con elevati tassi di umidità e scarsa ventilazione, creando condizioni di forte disagio fisico, soprattutto per le fasce più fragili della popolazione. Il livello 3 di allerta, il più alto, non si limita a indicare il picco delle temperature, ma segnala un pericolo concreto per la salute, anche per soggetti sani. Gli esperti invitano alla massima cautela, soprattutto per anziani, bambini, persone affette da patologie croniche e soggetti non autosufficienti, che potrebbero subire gli effetti più gravi del caldo estremo.

**I rischi per la salute**

L'innalzamento anomalo delle temperature può causare disidratazione, colpi di calore, ipotensione, svenimenti e aggravamenti di patologie preesistenti. In molti casi, chi è più a rischio può non avvertire subito i sintomi, rendendo ancora più pericolosa la situazione. Nei giorni scorsi, anche nella nostra provincia si sono registrati accessi al pronto soccorso legati a malori per il caldo, soprattutto tra gli anziani. A tal proposito, il Comune di Latina, così come le autorità sanitarie locali e la



Protezione Civile, invita i cittadini a prestare attenzione ai segnali d'allarme del corpo: debolezza improvvisa, confusione mentale, pelle arrossata e calda, nausea, crampi muscolari e vertigini devono essere considerati campanelli d'allarme.

**Rete di supporto attiva**

Iniziato in anticipo rispetto a quanto avvenuto gli scorsi anni, il "Piano Operativo per la Prevenzione degli

effetti delle ondate di calore 2025". Il Piano resterà operativo fino al 20 settembre, con possibilità di estensione in base alle condizioni climatiche. Le misure sono messe in atto per la prevenzione degli effetti negativi del caldo sulla salute, in particolare nelle persone anziane e fragili, attraverso un sistema strutturato di allerta, sorveglianza attiva e presa in carico territoriale. Sono scattati la sorveglianza attiva da par-

te dei Medici di Medicina Generale nei giorni a rischio (livello 1-2-3) e i criteri per identificare la popolazione target (anziani suscettibili) secondo le indicazioni regionali. I medici potranno aderire volontariamente al piano entro il 3 luglio e potranno procedere all'individuazione dei pazienti da porre sotto sorveglianza (previo consenso).

**Occhi puntati sulla prossima****settimana**

Le previsioni meteo indicano una possibile tregua solo a partire dalla prossima settimana. Nel frattempo, Latina si prepara ad affrontare due giornate da bollino rosso con prudenza, collaborazione e attenzione reciproca. Per aggiornamenti in tempo reale e segnalazioni, è attivo il portale del Ministero della Salute e la pagina della Protezione Civile della Regione Lazio.

**I consigli degli esperti**

PER FRONTEGGIARE L'EMERGENZA E PREVENIRE I COLPI DI CALORE, IL MINISTERO DELLA SALUTE HA PUBBLICATO UNA SERIE DI COMPORTAMENTI DA ADOTTARE. RIVOLTI IN PARTICOLARE A CHI SI PRENDE CURA DI PERSONE FRAGILI:

- Evitare l'esposizione diretta al sole nelle ore più calde (dalle 11 alle 18).
- Non uscire di casa se non strettamente necessario nelle giornate da bollino rosso.
- Mantenere gli ambienti freschi, schermando finestre esposte al sole con tende o tapparelle e favorendo la ventilazione.
- Indossare abiti leggeri, traspiranti, di colore chiaro, e coprirsi la testa con cappelli a tesa larga.
- Bere molto, anche se non si ha sete: acqua naturale, spremute e tisane fredde sono ideali. Evitare alcolici, caffeina e bevande zuccherate.
- Consumare pasti leggeri e freschi, prediligendo frutta, verdura e alimenti ricchi di acqua.
- Non lasciare mai persone o animali in auto parcheggiate, anche per pochi minuti.
- Prestare attenzione ai familiari anziani che vivono da soli, contattandoli regolarmente e offrendo supporto.



L'assessore Pasquale Del Prete

## Parla Del Prete

# «Ulteriore proroga sui termini dei pozzi, un atto necessario»

L'assessore comunale ringrazia Tiero per l'impegno profuso

## CISTERNA

■ L'assessore all'Agricoltura del Comune di Cisterna, Pasquale Del Prete, rivolge un ringraziamento al consigliere regionale Enrico Tiero per la nuova proroga dei termini per i pozzi. «Intendo rivolgere un vivo ringraziamento al consigliere regionale e presidente della commissione Sviluppo economico Enrico Tiero per aver presentato e fatto approvare in aula un emendamento alla PL 210 di fondamentale importanza per tanti imprenditori agricoli del territorio pontino e in particolare del Comune di Cisterna di Latina. Si è disposta - sottolinea Del Prete - la proroga dei termini di presentazione delle domande di rilascio e denuncia per la concessione delle piccole derivazioni ex Legge regionale n. 30/2000, anche ai fini di favorire una puntuale ricognizione necessaria al completo censimento e monitoraggio delle concessioni. E' stato deciso nello specifico di prorogare la data di presentazione delle denunce dei pozzi dal 30 giugno

2025 al 31 dicembre 2025».

Inoltre, con l'emendamento approvato si dà tempo fino al 31 dicembre 2026 alle amministrazioni competenti (quindi le Province) per il riconoscimento o diniego del diritto di concessione. «Altrettanto importante è l'ulteriore provvedimento inserito nell'emendamento, grazie al quale il diritto di derivazione delle acque durerà fino al 31 dicembre 2028

**«SI TRATTA  
DI UN PROVVEDIMENTO  
DI FONDAMENTALE  
IMPORTANZA PER TANTI  
IMPRENDITORI AGRICOLI»**

per coloro i quali hanno provveduto a presentare la denuncia del pozzo. Faccio i complimenti al consigliere Tiero - continua - per aver dato una dimostrazione di attaccamento al territorio con la presentazione di emendamento che viene incontro alle istanze di centinaia di agricoltori della nostra zona. Un sincero ringraziamento lo rivolgo anche alla giunta regionale che ha accolto la proposta e ai consiglieri che l'hanno approvata in aula». ●



Nicola Salsi in palleggio in una foto della passata stagione

## VOLLEY, SUPERLEGA

# NICOLA SALSI VESTE CISTERNA

**Mercato** Il palleggiatore classe 1997 nell'ultima stagione ha giocato con la Gas Sales Bluenergy Piacenza

## VIALE DELLE PROVINCE

■ Tra conferme e nuovi arrivi, si va completando il mosaico del Cisterna Volley in vista della prossima stagione agonistica.

E' di ieri la notizia che Nicola Salsi è ufficialmente un nuovo giocatore del club pontino. Il palleggiatore, classe 1997, 186 centimetri di altezza, nell'ultima stagione, il regista nato a Reggio Emilia, ha giocato con la Gas Sales Bluenergy Piacenza, contribuendo alla qualificazione alla prossima Cev Cup del club biancorosso. Per il nuovo elemento dei pontini si tratterà della sesta stagione in Superlega Credem Banca.

Nicola Salsi ha mosso i primi passi nel vivaio di Modena, con cui ha vinto lo scudetto Under 20, esordendo poi in prima squadra nella stagione 2016-2017 con la conquista della Supercoppa. Ha giocato in A2 con il Club Italia e Siena, vestendo successivamente le maglie di Lagonero e Modena, dove ha vinto la Coppa CEV nel 2023. In Austria, con l'Hypo Tirol Innsbruck, ha conquistato campionato e Supercoppa nazionale. L'ultima stagione vissuta a Piacenza ha visto Salsi chiudere la Regular Season al quinto posto, centrando la semifinale dei Playoff scudetto

Il suo curriculum sportivo comprende anche diverse convocazioni

con l'Italia con cui ha vinto l'Universiade e i Giochi mondiali universitari estivi. Nicola Salsi è un volto noto dei social, gestendo un canale su youtube in cui parla di volley a 360 gradi a cui giorno dopo giorno si avvicinano sempre più appassionati.

«Il mio arrivo a Cisterna è stato piuttosto rapido: nel giro di due giorni mi è stata proposta l'opportunità e ho subito accettato, senza esitazioni - racconta il nuovo regista del Cisterna Volley - Ho la sensazione che ci aspetti un campionato particolarmente impegnativo, come del resto accade ogni anno: il livello si alza costantemente e ormai lo sanno tutti. Sarà un'annata tosta con una competizione molto alta. Noi siamo una squadra giovane, dovremo essere bravi a crescere nel lavoro quotidiano in palestra. Paradossalmente, mi ritrovo ad essere tra i più 'anziani' e la cosa mi fa un certo effetto. Le prospettive però sono buone, sono contento di poter iniziare questo percorso a Cisterna in un gruppo dall'età media molto bassa. Anche se anagraficamente

**«NEL GIRO DI DUE GIORNI  
MI È STATA  
PROPOSTA  
L'OPPORTUNITÀ  
E HO SUBITO ACCETTATO»**

non rientro tra i giovanissimi, mi sento parte di questo collettivo affamato e con tanto margine di crescita. Se riusciremo a costruire un bel clima in palestra, giorno dopo giorno, credo potremo toglierci delle belle soddisfazioni. Tutto dipenderà dallo spirito di squadra e dalla coesione che riusciremo a creare.»

Il viaggio di Salsi nella pallavolo di alto livello ha appassionato sempre più spettatori, condividendo in prima persona la vita di un pallavolista professionista, portando da vicino il suo pubblico passo dopo passo nel percorso della sua carriera: «Ormai da circa due anni, ho iniziato a raccontarmi anche fuori dal campo attraverso YouTube. È nato tutto un po' per gioco, ma è diventato quasi un secondo lavoro. Mi entusiasma il calore delle persone che mi seguono, mi scrivono, mi riconoscono nei palazzetti o per strada. Sapere che i miei video riescono a strappare un sorriso o a incuriosire qualcuno è una delle cose che mi motiva di più a creare nuovi contenuti. Certo, il tempo da dedicare ai video non è poco: richiede organizzazione e sacrificio, ma riesco a incastrare tutto tra gli allenamenti e i momenti di pausa. Anzi, in certi casi mi aiuta a staccare un po' la testa, soprattutto quando le cose in palestra non vanno come sperato. In una stagione, è inevitabile attraversare momenti difficili». ●