

Cuore Rampante

@MAGAZINE UFFICIALE
SCUDERIA FERRARI CLUB SAN MARTINO DI BAREGGIO
NUMERO 69 AGOSTO 2023

SCUDERIA FERRARI CLUB
SAN MARTINO DI BAREGGIO



Sommario:

Copertina	
Editoriale	pag. 2
La 6 ore di Monza: un week end a tutto WEC!	pag. 2
Le Ferrari 308 GTS e 488 Spider della serie televisiva Magnum P.I.	pag. 3
Ci vuole un fisico...bestiale!	pag. 4
La Ferrari SF90XX	pag. 5
Super quiz del mese	pag. 5
Emozioni in Pista alla 6 ore di Monza	pag. 6-7
La musica nel cuore dei piloti	pag. 8
Una storia...una passione	pag. 9
La risposta al super quiz del mese	pag. 9
La storia delle barche lariane	pag. 10
Incontro con l'autore Diego Alvera'	pag. 11

#LIVEYOURFERRARIPASSION

Dopo la pausa dell'editoriale per le nozze di Arianna ritorniamo con la solita rubrica. In questo numero Arianna ci parla di musica e piloti, sia in F1 che in MotoGP hanno sempre le cuffie prima della gara, Chiara ci parla della preparazione atletica dei piloti e di quello che fanno per essere sempre al top.

Rodolfo, amante della pista ci parla della tappa monzese del WEC. Sandro ci racconta delle Ferrari di Magnum P.I. E della nuova SF90XX; io vi racconto della presentazione del libro il romanzo del Fuji Lauda Hunt F1 1976 e della gita al museo della barca. Per questo numero si aggiunge a noi Sara, socia dal 2022, che ci racconta la sua passione per la rossa di Maranello.

Tutta la redazione di Cuore Rampante augura buone vacanze a tutti e vi diamo appuntamento al nuovo numero!



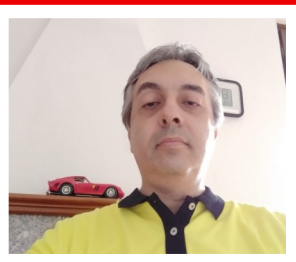
Mirco Minghelli,
le sue origini modenesi lo fanno nascere tifoso di motori, segue sia le 2 che le 4 ruote



Arianna Venturini
ferrarista lover e appassionata di Formula 1, segue il brivido delle corse con uno zaino in spalla e una tenda per due



Chiara Minotti,
Praticamente cresciuta "a pane e F1", fin da piccola adora passare il tempo libero sulle tribune dell'Autodromo.



Sandro Salis
Tifoso da sempre della rossa, il suo motto è "i piloti cambiano ma la Ferrari rimarrà sempre nel mio cuore"

LA 6 ORE DI MONZA: UN WEEK END A TUTTO WEC!

Cosa c'è di meglio di festeggiare la vittoria alla 24h di Le Mans con la 6 h di Monza?

In teoria nulla, ma in pratica è una situazione incredibile, la Ferrari che torna nella categoria regina del WEC fa già rumore...se poi vinci la gara prima di Monza aumenti l'interesse..e se poi quella gara è la gara del centenario della 24h di Le Mans, beh si salvi chi può.

Infatti già il venerdì il retro box e l'hospitality di AF Corse sono i più affollati di tutto il paddock, la cosa più strana (bella o brutta non si sa) che l'anno precedente al WEC solo pochi erano interessati ora che Ferrari si gioca le gare e anche il mondiale WEC gli spettatori diventano 80000 più o meno.



Per me che amo le foto si va alla ricerca della foto più strana possibile, su per gli alberi, per le reti ovunque si possa (anche se non si può) si va a scattare.

Appena c'è un attimo di calma apparente si va all'hospitality a caccia di autografi e foto da far firmare per creare un mio tesoretto personale.

Seguire la gara è emozionante e infatti chiudo il weekend con quasi 7000 foto e tre cappellini autografati e varie cartoline.

Ora attendiamo la fine del campionato e ci orientiamo verso Imola 2024 in quanto Monza sarà saltata per i lavori di riordino.

Rodolfo Pozzi



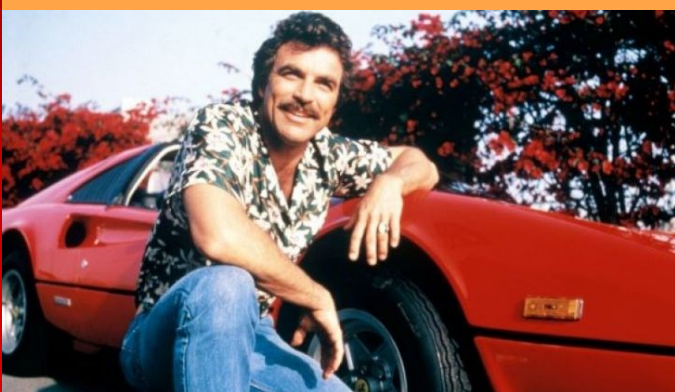
LE FERRARI 308 GTS E 488 SPIDER DELLA SERIE TELEVISIVA MAGNUM P.I.

Magnum P.I. ha segnato, dapprima negli anni '80 ed ultimamente dal 2018 al 2023, tutti gli appassionati di auto mettendo in prima fila il Cavallino Rampante come parte inconfondibile di questa serie televisiva. Infatti, come non ricordare l'iconica Ferrari 308 GTS guidata da Tom Selleck nella prima serie di Magnum P.I., un'auto entrata nell'immaginario di molti proprio grazie alla popolare serie televisiva.

Furono complessivamente tre le 308 GTS usate negli anni '80 durante le riprese di Magnum P.I. ed una di queste ha recentemente trovato un nuovo proprietario nel corso dell'asta di Bonhams, durante l'evento di Scottsdale in Arizona, per l'importo di 170 mila euro.



E' stata proprio la partecipazione di questa vettura al telefilm, oltre al prestigioso evento in cui è stata venduta, che ha fatto impennare la sua quotazione ben oltre il suo valore commerciale. Forse non tutti sono a conoscenza del fatto che le 308 GTS originali venivano usate solo per le riprese "leggere" di Magnum P.I. mentre per quelle più ardite e spericolate venivano utilizzate delle Pontiac che, grazie alla conformità del loro telaio, potevano essere facilmente modificate per assomigliare ovviamente nell'aspetto alle Ferrari.



Le 308 GTS furono sottoposte a modifiche interne per permettere all'attore Tom Selleck di entrarvi e uscirvi agevolmente, in ragione della sua statura e del suo fisico. Gli interventi più invasivi riguardarono quindi l'imbottitura dei sedili ed il meccanismo di scorrimento degli stessi. Invece la Ferrari 488 Spider è stata scelta come auto ufficiale della seconda serie di Magnum P.I. ed oggi a guidare questa Ferrari è Jay Hernandez, erede di Tom Selleck in termini di stile e di amore per le supercar. Al posto del tradizionale tettuccio in tela, la Ferrari 488 Spider ha un Retractable Hard Top, con un risparmio di peso di 25 chili. Il propulsore è lo stesso della 488 GTB, un V8 a 90° turbo da 3.9

litri e 670 CV che consente prestazioni di grande rilievo: da 0-100 Km/h in 3 secondi e da 0-200 Km/h in 8,7 secondi. La velocità massima è di 325 Km/h. Il cambio è un doppia frizione a sette marce. Particolarmente efficiente è l'aerodinamica che, tra le tante raffinatezze annovera anche lo spoiler soffiato ed il fondo con generatori di vortici. Il lunotto posteriore in vetro è regolabile su 3 posizioni per garantire il comfort a tetto scoperto.

Per il telaio vengono utilizzate undici diverse leghe di alluminio combinate con altri materiali tra cui il magnesio. Tutto questo ha portato ad un miglioramento delle prestazioni del telaio precedente del 23%. Non è ancora chiaro se la produzione della seconda serie di Magnum P.I. proseguirà ancora oppure se verrà interrotta quest'anno.

Sandro Salis



Ci vuole un fisico...bestiale!

La preparazione atletica e mentale dei piloti di Formula 1 è molto complessa e include molteplici aspetti che influiscono sulla performance di ogni driver nelle diverse fasi dei weekend di gara.

C'è anzitutto l'aspetto legato alla preparazione fisica volta ad incrementare la forza, la resistenza muscolare ed i riflessi ma, allo stesso tempo, c'è l'importante aspetto legato all'allenamento mentale e alla concentrazione per affrontare lo stress mentale legato al raggiungimento dei livelli di performance che caratterizzano questo sport.

La preparazione dei piloti riguarda anche l'aspetto relativo all'alimentazione, all'idratazione, alla predisposizione di una corretta routine che scandisce le diverse fasi del fine settimana del Gran Premio, non dimenticando l'importanza dei momenti dedicati al riposo e al monitoraggio del sonno.

Per raggiungere il proprio livello di preparazione ottimale, ogni pilota del Circus è seguito dal proprio preparatore atletico e *performance coach* il cui ruolo è proprio quello di seguirlo da vicino ed occuparsi di tutti gli aspetti legati alla sua preparazione fisica a 360°.



Esplorando un po' più da vicino l'aspetto relativo alla preparazione atletica, per un pilota di F1 è fondamentale allenare sia la resistenza che la forza. Considerando che il peso della testa ed il casco del pilota si attesta a circa 6,5 kg, che i carichi generati in frenata e in curva possono arrivare fino a fino 6 G e che la sollecitazione della gamba sinistra per frenare compie uno sforzo ripetuto anche fino più di 80 kg, si deduce quanto sia importante prepararsi adeguatamente con esercizi che si concentrino sui muscoli delle spalle, braccia e collo.

Tanti e variegati sono anche gli sport con cui i diversi piloti si cimentano, proprio perchè l'approccio multidisciplinare aiuta il raggiungimento degli obiettivi di preparazione atletica: non è raro infatti vedere alcuni praticare ciclismo, atletica, la corsa, il nuoto, il canottaggio o lo sci. Ma anche il golf o lo yoga per rispettare i necessari momenti di recupero, che sono parte integrante degli allenamenti stessi.



Accanto alla preparazione fisica c'è anche l'aspetto legato al mental training, supportato dalla figura del *mental coach* che aiuta i piloti a diventare più competitivi e vincenti per raggiungere gli obiettivi di performance.

In uno sport così complesso come la Formula 1 diventa infatti necessario avere una mente forte e orientata all'obiettivo per trovare la concentrazione ottimale durante le diverse sessioni, siano queste sessioni di prove libere, qualifiche o la gara della do-

menica.

Ecco quindi che pratiche come la meditazione e la mindfulness rivestono un ruolo importante, aiutando i piloti a liberare la mente e rimanere "nel momento". Gli esercizi di visualizzazione supportano la concentrazione, aiutando a credere in se stessi e ad accrescere la propria autostima per imparare a reagire alle situazioni che si possono verificare in pista.

E' veramente tutto nella mente.

Chiara Minotti

Gran Sasso Car

Via Gran Sasso, 49/51
20010 Bareggio (MI)

tel. 0290360751

ldavide@gransassocar.com

Oltre alla vendita e ad una accurata assistenza, noleggio auto d'epoca con conducente per cerimonie

BARONI 
del 1936 al Vostro fianco

Via Roma, 24

20010 Bareggio (MI)

tel. 02 9013238

autobaroni@libero.it

Dal 1936 al vostro fianco col nuovo e con l'usato


dal 1919
ARTIGRAFICHE
Rossanigo

Via San Domenico 12

2010 Bareggio Mi

tel. 02.90360011

info@artigraficherossanigo.it

Le tue stampe realizzate con cura e precisione. Qualità e puntualità dei lavori eseguiti.

LA FERRARI SF90 XX

Ferrari ha recentemente svelato la versione estrema della sua ammiraglia a motore centrale, cioè della SF90. Questa supercar ad alte prestazioni si chiama esattamente Ferrari SF90 XX ed è disponibile nelle versioni coupè e spider. L'obiettivo che i tecnici della Ferrari si sono posti con la SF90 XX era quello di migliorare drasticamente le prestazioni ma anche di dare al pilota la fiducia necessaria per spingere la macchina al limite.



Sotto il cofano rimane il motore V8 da 4,0 litri che riceve nuovi pistoni aumentando il suo rapporto di compressione e sviluppando 797 CV contro i 780 CV della SF90 Stradale.

In più al V8 sono associati 3 motori elettrici di cui 2 anteriori ed uno posteriore con 232 CV rispetto ai 220 CV della versione standard. In totale la potenza raggiunge i 1030 CV, con un incremento di 30 cavalli.

Sandro Salis

Super quiz del mese

- 1) In quale GP la Ferrari schierò 3 auto per l'ultima volta?
- 2) Quale auto e in quale stagione schierò la versione B della vettura?
- 3) la Ferrari 158 di F1 detiene un record particolare, quale?



EMOZIONI IN PISTA ALLA 6 ORE DI MONZA



EMOZIONI IN PISTA ALLA 6 ORE DI MONZA



LA MUSICA NEL CUORE DEI PILOTI

Vi siete mai chiesti...ma i piloti ascoltano musica in pre gara? Magari come momento personale di relax in preparazione della corsa o come carica motivazionale? Ebbene sì... dal pop al rock, passando poi per il rap, indie e disco; sono diversi i generi musicali apprezzati dai nostri amati piloti. Alcuni hanno persino inseguito il proprio genere musicale collaborando anche con alcuni artisti di fama internazionale.

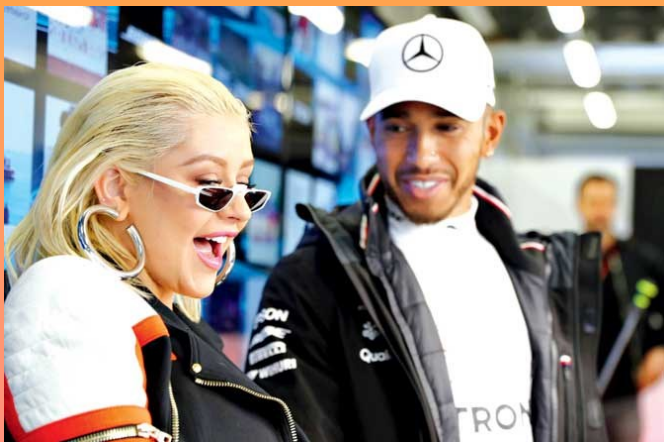


per **Horsepower** e **On'n'on**.

Ultimi brani della playlist sono **Golden Eyes** del 2017 di Jordan Bratton dove un'auto azzurra incidentata è lo sfondo della copertina dell'album dal titolo Driver'ed. Concludono la playlist **Naive** dei Kooks, **Waves** in versione remixata, **Groceries** dell'artista Mallrat e **Flight** dell'artista francese Aritus. Lo stesso Leclerc di recente ha lanciato anche il secondo singolo **MIA23**, nata come sfogo alla gara del GP di Miami dai toni prettamente malinconici.

Lewis Hamilton utilizzò uno pseudonimo: XNDA quando incise la canzone **Pipe** insieme a Christina Aguilera nel 2018. La seconda voce che si sente nel brano è proprio quella di Lewis. Il genere che ama di più rimane comunque il rap con il suo artista preferito Ty Dolla Sign con i singoli **Wavy** e **Campaign** che non mancano mai nelle sue cuffie. Per Sebastian Vettel e Bottas è la musica dall'anima rock di Springsteen con **Born in the Usa** che accompagna le loro gare. Vettel ama anche **Don't you forget (about me)** dei Simple Mind.

L'olandese Max Verstappen ha invece un'anima pop. **Bil-lie Jean** e **Thriller** di Michael Jackson sono i capolavori più amati dal pilota. Perez come Charles Leclerc preferisce i Coldplay, a differenza di Ricciardo dall'anima rock. Il pilota australiano infatti insegue la vittoria ascoltando **Keep the Wolves Away** degli Uncle Lucius, una band texana.



E voi...a quale pilota vi sentite più vicini come genere musicale?

Arianna Venturini



UNA STORIA...UNA PASSIONE!

E' una storia che ha inizio nel 1966, quando mio padre, abile meccanico appassionato di corse, mi ha regalato una "macchina" per il mio quinto compleanno. Era bellissima: rossa con sedile di pelle bianca ma purtroppo di metallo molto pesante. Ricordo chiaramente la fatica nello spingere i pedali e la frustrazione nel vedere che riuscivo a percorrere solo pochi metri. Guidare quella macchinina con a bordo le mie bambole preferite mi faceva sentire grande, felice. Nel corso degli anni speravo arrivassero i 18 anni così avrei potuto prendere la patente!

La passione per le macchine, per le corse ereditata da mio padre, è stata influenzata anche dal fatto che sono cresciuta nell'estremo ponente ligure, terra di Rally e Formula 1 ed è proprio quest'ultima che ha scandito il passaggio dalla brutta stagione alla primavera-estate di tutti gli anni della mia vita. Per mio padre e anche per me la passione per la Formula 1 corrisponde alla passione per la Ferrari e quindi cosa chiedere come regalo per il mio ventunesimo compleanno?..... Una gita a Maranello per vedere la Ferrari, la pista di Fiorano.



Nell'82 però non esisteva un museo come oggi per cui mi sono limitata a rimanere davanti all'ingresso. Ma ecco in arrivo l'insperabile un regalo speciale!!!!

Scende da una macchina una ragazza si avvicina e dall'ingresso dello stabilimento esce un signore. La ragazza ad alta voce rivolta al signore dice: "Sono proprio fortunata riesco ad entrare alla Ferrari!!! Mi è venuto spontaneo ribattere: "Veramente fortunata!!!!.... e pensare che oggi è il mio compleanno ma purtroppo non potrò entrare!" Il signore che stava accogliendo la ragazza mi guarda e mi dice: "Veramente oggi è il tuo compleanno?" "Rispondo decisa: "Si vuole vedere i documenti?" e lui: "Rimani qui non muoverti". Intanto accompagna dentro la ragazza e dopo diversi minuti ricompare e mi dice: " Oggi è il tuo giorno fortunato, vieni!" Un tuffo al

cuore !!!! In un attimo ero in una sala di fronte alla Ferrari del leggendario Gilles la cui vita era stata stroncata pochi mesi prima e appoggiata al muro c'era la parte superiore della vettura n.28 di Didier infortunato la settimana precedente.

Inspiegabile ma ancora viva in me l'emozione e l'incredulità nel momento in cui i due signori che mi hanno accolta mi hanno detto: "Se vuoi ti aiutiamo a salire in macchina". Avevo un vestito rosa e la pancia della vettura era molto larga per cui con un passo non sono riuscita ad entrare nell'abitacolo così mi hanno quasi sollevata per farmi salire..... Ricordo di essermi chiesta più volte se fosse un sogno o se davvero fossi nel tempio e dentro lo scrigno più prezioso.....

Da allora sono passati tanti anni e la mia passione per la Rossa è rimasta immutata!!!!!!
Forza Ferrari!

Sara Sgiarovello

La risposta al super quiz del mese

- 1) Era il GP d'Italia del 1976 con i piloti Lauda, Regazzoni e Reutemann
- 2) La Ferrari F310B del 1997
- 3) Si tratta dell'unica Ferrari campione del mondo...non rossa!

Appuntamento al nuovo numero di Cuore Rampante con un nuovo quiz!

LA STORIA DELLE BARCHE LARIANE

A marzo il nostro socio Placido, nonché membro del direttivo, mi ha proposto di organizzare una visita al Museo della Barca Lariana, in provincia di Como, sulle sponde del lago.

Mi sono detto, perché no, sarebbe una gita un po' diversa dal solito, così abbiamo fatto una prima visita in un bel sabato di marzo per andare in avanscoperta e vedere cosa si poteva fare.

Il museo si presenta subito molto grande e ben nutrito di imbarcazioni di tutti i generi, e il responsabile del museo ci consiglia un buon ristorante quasi "pieds dans l'eau" a 5 minuti dal museo, che abbiamo opportunamente testato sempre quel sabato; la dura vita del Presidente, prevede anche questi "sforzi".

Lasciamo il museo con una data ufficiale per la visita, il 18 giugno.

Quel giorno ci ritroviamo tutti insieme all'ingresso del museo, e la guida ci fa ripercorrere la storia delle imbarcazioni che hanno solcato il lago di Como nei secoli, ci racconta vari aneddoti e ci mostra molte imbarcazioni.

Il percorso nel museo ci mostra come nel corso dei decenni è cambiato il modo di realizzare le imbarcazioni, fino ad arrivare alla sala Riva, sponsor della nostra amata rossa di Maranello e produttore di stupende imbarcazioni.

Anche Tullio Abbate, produttore di imbarcazioni che ha avuto come cliente anche vari piloti di F1, tra cui il nostro indimenticato Gilles Villeneuve, ha il suo spazio nel museo.

Due ore di visita volano via senza accorgersene, e si fa ora di pranzo.

Raggiungiamo il ristorante e gustiamo un abbondante e buon pranzo con prodotti tipici del lago di Como, innaffiato da un buon vino bianco fresco fresco, poi visto che siamo bravi facciamo una passeggiata sulle rive del lago prima di fare rientro a casa.



Mirco Minghelli



INCONTRO CON L'AUTORE DIEGO ALVERÀ

Dopo la buona riuscita della presentazione del libro "Gilles Villeneuve – oltre il limite" romanzo di Diego Alverà sulla vita e le gesta del nostro amato pilota canadese che è rimasto nel cuore di tutti noi ferraristi; ci è stata proposta la presentazione del suo nuovo libro, "Il romanzo del Fuji. Lauda, Hunt, F1 1976". Nell'organizzazione sono stati coinvolti anche i club di Abbiategrasso, Como, Erba e Sant'Angelo Lodigiano, club con i quali abbiamo già collaborato in passato per altre presentazioni.

Il 10 giugno, in un caldo ma non troppo pomeriggio, ci siamo trovati alla sala consigliare di "Primo Levi" di Bareggio per assistere alla presentazione.

Come per la presentazione precedente, il nostro socio Giorgio ha fatto da moderatore dialogando con l'autore per più di un'ora, hanno ripercorso il libro e Diego ci ha raccontato una storia, la storia di quell'ultimo GP del 1976, svoltosi sotto il diluvio,



GP in cui Lauda e Hunt si giocavano il titolo mondiale.

La storia è conosciuta, perché è raccontata anche nel film "Rush" uscito qualche anno fa, ma Diego scende molto nei dettagli e ci racconta alcune sfaccettature del GP che non conoscevamo.

I presenti hanno poi fatto delle domande a Diego, il quale ha risposto in maniera approfondita lasciando soddisfatti gli interlocutori.

Diego ha poi autografato il suo libro, lasciando a tutti i presenti un ricordo della giornata.

Dopo le foto di rito, ci siamo salutati e siamo corsi a casa per seguire la finale di Champions, che vedeva l'Inter contendersi la coppa con il Manchester City....ma questa è un'altra storia...

Mirco Minghelli

Scuderia Ferrari Club San Martino di Bareggio
Via Novara, 4 - 20010 Bareggio (MI)
C.F. 90002260157
website: www.sfcbareggio.it
e-mail: sanmartinodibareggio@scuderiaferrari.club

Scuderia Ferrari Club San Martino di Bareggio ringrazia i principali sostenitori



Presidente: Mirco Minghelli
Vicepresidente: Ettore Giubileo
Capo Redattore: Mirco Minghelli
Addetti Stampa:
Mirco Minghelli
Chiara Minotti
Arianna Venturini
Sandro Salis
Collaboratori:
Rodolfo Pozzi
Placido Ruggeri
Impaginazione e grafica:
Mirco Minghelli
Arianna Venturini



Scuderia Ferrari Club
San Martino di Bareggio
is a member of:

Scuderia Ferrari Club S.c.a.r.l. c/o
Ferrari S.p.A.
Via Abetone Inferiore, 4
41053 Maranello (MO) - Italy

La Redazione ringrazia tutti i soci membri del sodalizio che leggendo Cuore Rampante lo fanno vivere...

