

JULY 08



FGY@MIL

COMEDAY

MAGAZINE



FRANKFURT GALAXY

MILANO SEAMEN

GAME PASS



ALL GAMES
LIVE & ON-DEMAND
WORLDWIDE AVAILABLE
EXTENDED HIGHLIGHTS
GAMES IN 30 AND MORE
FOR JUST 99,99€

AVAILABLE ON



Samsung  ART TV

iOS



androidtv



2023 SCHEDULE



10.06

BARCELONA DRAGONS

41 - 33



18.06

STUTTGART SURGE

26 - 40



25.06

HELVETIC GUARDS

00 - 32



02.07

TIROL RAIDERS

13 - 38



08.07

FRANKFURT GALAXY



16.07

MUNICH RAVENS



23.07

HELVETIC GUARDS



29.07

STUTTGART SURGE



12.08

BARCELONA DRAGONS



20.08

FRANKFURT GALAXY



26.08

MUNICH RAVENS



00 - 00 Win

HOME



02.09

TIROL RAIDERS



00 - 00 Loss

AWAY



MILANO
SEAMEN



**THIS
IS
OUR
HOUSE**



CONTENUTI

THE PLAYERS

- 5 - Domenico Carroli
Offensive Line
- 7 - Thomas Fileccia
Offensive Line
- 9 - Giacomo Insm
Defensive Line

ROSTERS

- 11 - Stats Seamen
- 13 - Stats Galaxy
- 17 - Roster Seamen List
- 18 - Roster Galaxy List
- 19 - Seamen Players
- 21 - Players To Watch

THE GAME

- 15 - ABC Del Football
- 16 - Il Punteggio
- 24 - Official Signals

STORIE

- 27 - Il Vigorelli

INTERESSI

- 31 - Visitare Milano



ARTICOLI
Roberto Rizza

ART DIRECTION & DESIGN
Marco Mutti
Mino Russo

FOTOGRAFIE
Sergio Bisi - Luciano Bisi
Luca Paglicci - Irena Leite
Dario Fumagalli - Roman Just



DOMENICO CARROLI

OFFENSIVE LINE

LA NOSTRA VERA NATURA



La sconfitta contro Innsbruck è stata pesante, cosa ti aspetti dalla squadra in vista di una altrettanto fortissima Francoforte questo sabato?

È vero, la sconfitta contro gli Swarco Raiders è stata pesante, abbiamo subito mentalmente e inoltre abbiamo giocato male come squadra.

La ELF non permette di piangere troppo le sconfitte dato che si gioca ogni settimana e il tempo per prepararsi va sfruttato al meglio. Sabato giochiamo subito contro Francoforte e sarà una partita tosta.

Questa settimana c'è stato un cambio sia a livello mentale che a livello fisico in allenamento, sono sicuro che il gruppo reagirà e dimostrerà la vera natura dei Milano Seamen!



IT'S FOOTBALL TIME



BELLA BOBO

BEST IN TOWN



THOMAS FILECCIA

OFFENSIVE LINE

WE SHOCK THIS WEEKEND



About this season : The first season in ELF for the Seamen is a challenge we are at 1 - 3 we have a conference with many teams who already have 2 years or 1 year of experience in this league, we have shown very good things since the beginning of the season, the season is long we will show even better things.

Be a part of this team : I'm really proud to be a seamen, the atmosphere here is great, the coaches, players and all the members of the organization always try to be better than the day before. The team is working every day to be better, everyone's trying to improve, we're a young team that's going to get better every season.

The win at home against the Helvetic Guards was a very important victory, everyone fought for it and it was good for the organization. The defeat at Insbruk was a mistake on our part, we didn't play our football, the Raiders are a very physical and strong team, but if we play our football we can compete with them.

What I think about Frankfurt: Frankfurt is a very strong team with a lot of experience. It's going to be a very tough match, but with a good week of preparation in training we're going to shock ELF this weekend in Milan.



PARTNERSHIP



HOME GAMES 2023 | VELODROMO VIGORELLI

GALAXY JUL 08

FRANKFURT

SURGE JUL 29

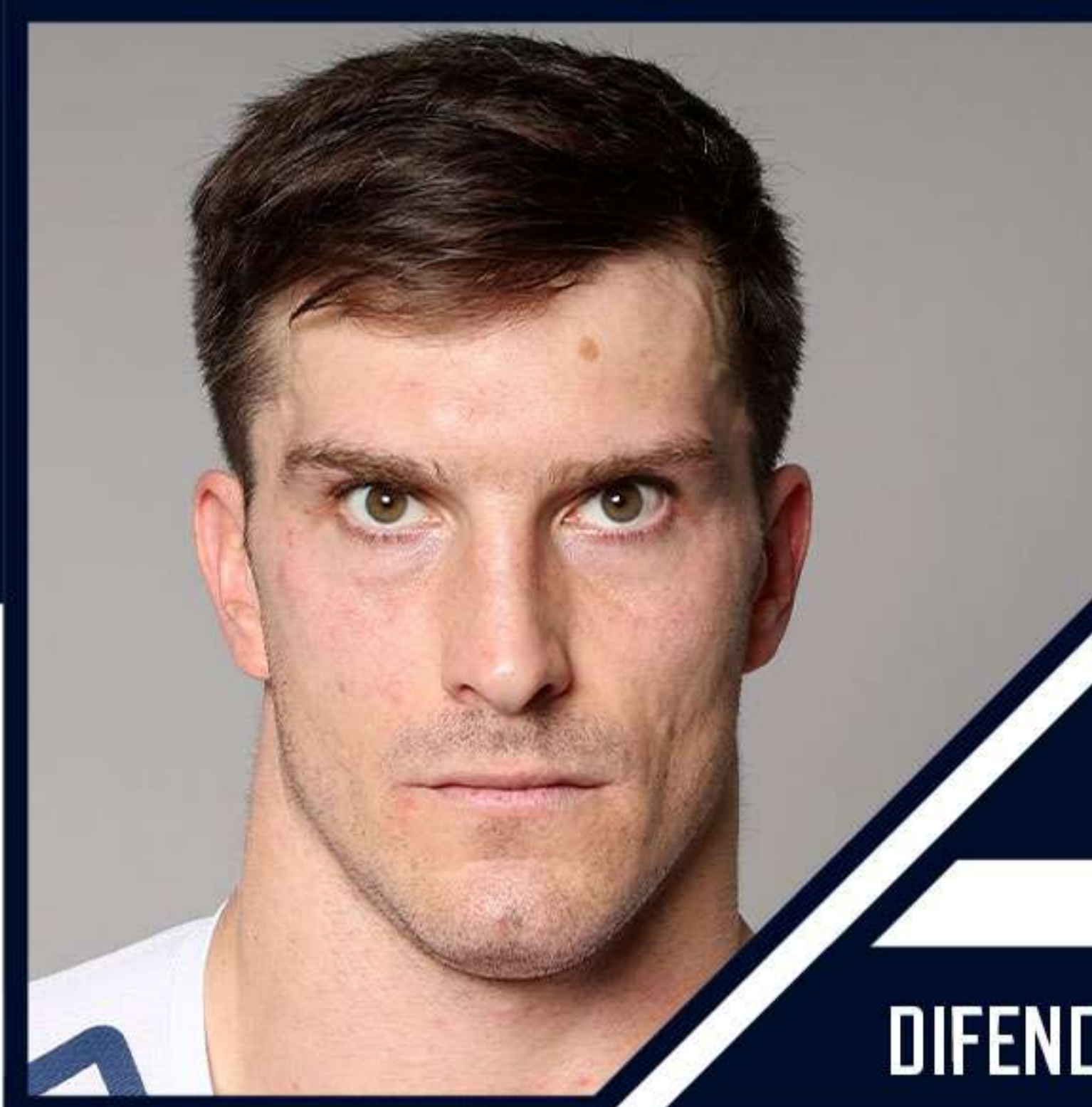
STUTTART

RAVENS AUG 26

MUNICH

RAIDERS SEP 02

TIROL



GIACOMO INSOM

DEFENSIVE LINE

DIFENDEREMO LE NOSTRE MURA



Cosa ne pensi di questo primo quarto di stagione?

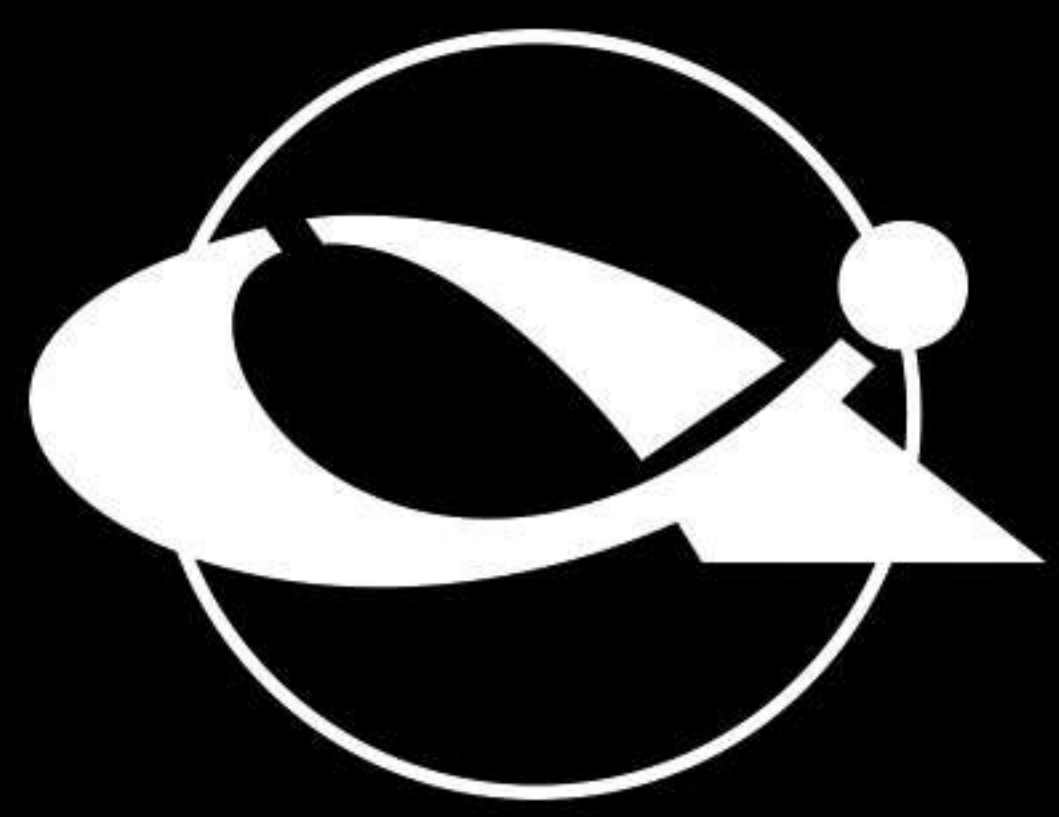
È stato un inizio faticoso in quanto abbiamo avuto di fronte 3 delle migliori franchige del campionato ma ogni sconfitta è stato per noi tesoro in quanto stiamo migliorando sempre di più e affinando la nostra tecnica ed esperienza.

I prossimi avversari saranno i Frankfurt Galaxy, quale sono le tue impressioni sul prossimo incontro?

I Frankfurt Galaxy sono una delle migliori squadre in Europa, in questa competizione sono presenti fin dalla prima edizione, da loro peraltro vinta, ma noi ci stiamo preparando al meglio sia sul campo che studiando l'avversario e dimostreremo di essere più che all'altezza e difenderemo le nostre mura.

Mi raccomando abbiamo bisogno di tutto lo stadio pieno che ci incanti e ci guidi alla Vittoria!
Vi aspetto sabato alle 19,00 allo stadio Vigorelli di Milano!





SPORT
cisalpa

SALDI

FINO AL

70%

LE DATE DEI SALDI SEGUONO LE NORMATIVE REGIONALI



Team Stats 2023

Scoring	MIL	OPP
Total Points Per Game	26.00	29.75
Total Points	104	119
Total Touchdowns	13	17
1st Downs		
Total 1st downs	92	84
Rushing 1st downs	18	33
Passing 1st downs	64	47
1st downs by penalty	10	4
3rd down efficiency	28-61	21-51
3rd down %	45.90	41.18
4th down efficiency	5-7	2-9
4th down %	71.43	22.22
Passing		
Comp-Att	115-197	81-156
Comp %	58.38	51.92
Net Passing Yards	1243	1117
Yards per pass attempt	6.31	7.16
Net passing yards per game	310.75	279.25
Passing touchdowns	11	10
Interceptions	5	1
Sacks: Yards lost	4-30	4-30
Rushing		
Rushing attempt	85	106
Rushing yards	285	562
Yards per rush attempt	3.35	5.30
Rushing touchdowns	0	7
Offense		
Total offensive plays	286	266
Total yards	1528	1679
Yards per game	382.00	419.75
Returns		
Kickoffs: Total	273	380
Average kickoff return yards	27.30	23.75
Kickoff return TDs	0	0
Interceptions: Total	1	5
Average interception yards	-4.00	17.20
Interception TDs	0	0
Punts: Total	106	65
Average punt return yards	17.67	13.00
Punt return TDs	0	0
Kicking		
Net average punt yards	36.41	40.69
Punt: Total Yards	619	651
FG: Good-Attempts	6-7	1-3
Touchback percentage	22.73	26.32
Time of Possession		
Possession time	23:14	36:46
Miscellaneous		
Penalties: Total-Yards	25-303	40-369
Fumbles-Lost	7-3	5-1
Turnover ratio	-6	6
Points of turnovers	7	20
Redzone		
Redzone: Scores	12	15
Redzone: Points	61	96

Player Stats 2023

Passing

Name	G	COMP	ATT	CMP%	↓ YDS	AVG	LNG	TD	TD%	INT	INT%	SCK	SCKV	RATE
Luke Zahradka	4	111	187	59.36	1245	6.66	65	10	5.35	5	2.67	4	30	85.97
Nicholas Dalmasso	4	4	9	44.44	28	3.11	8	1	11.11	0	0.00	0	0	89.12
Ali Khalife	3	0	1	0.00	0	0.00	0	0	0.00	0	0.00	0	0	39.58

Rushing

Name	G	ATT	↓ YDS	AVG	LNG	TD	FMB	FML
Ali Khalife	3	24	84	3.50	26	0	1	1
Luke Zahradka	4	15	49	3.27	12	0	1	1
Luca Assemian	3	16	45	2.81	7	0	1	0
Modeste Pooda	4	16	38	2.38	14	0	1	0
Jean Constant	4	5	31	6.20	17	0	0	0
Matteo Felli	4	1	11	11.00	11	0	0	0
Nicholas Dalmasso	4	2	9	4.50	9	0	0	0
Leonardo Franchi	4	1	8	8.00	8	0	0	0
Tamsir Seck	4	2	7	3.50	7	0	0	0
Cristiano Mancini	1	2	3	1.50	3	0	0	0
Lewis Thomas	4	1	0	0.00	0	0	1	1

Receiving

Name	G	REC	TGT	CTCH%	↓ YDS	LNG	TD
Juan Flores-Calder...	4	21	37	56.76	402	65	4
Jean Constant	4	31	49	63.27	315	29	1
Tamsir Seck	4	24	38	63.16	235	60	1
Leonardo Franchi	4	6	9	66.67	90	28	2
Ali Khalife	3	7	8	87.50	66	18	2
Andrea Serra	4	4	5	80.00	50	24	1
Ismail Lamamra	4	9	11	81.82	48	8	0
Christian Sottura	2	2	2	100.00	19	15	0
Modeste Pooda	4	4	5	80.00	15	11	0
Daniel Marshall	3	1	2	50.00	12	12	0
Marian Cebotaru	3	1	2	50.00	12	12	0
Luca Assemian	3	3	4	75.00	7	6	0
Cristiano Mancini	1	1	1	100.00	2	2	0
Andrea Fiammenghi	4	0	1	0.00	0	0	0
Gianluca Santagost...	4	1	5	20.00	0	0	0
Lorenzo Gioco	4	0	1	0.00	0	0	0



Defense

Name	G	↓ T...	Solo	AST	SCK	SCKY	TFL	TFLY	INT	INTY	INT TDS	BR...	BLKD	FF	FR	FRY	FR TDS	SFTY
Dejvion Steward	4	22	15	7	0	0	1	2	0	0	0	2	1	0	0	0	0	0
Marquise Manning	4	21	18	3	0	0	0	0	1	-4	0	8	2	1	0	0	0	0
Diego Rinaldi	4	20	12	8	1	8	1,5	10	0	0	0	1	0	1	1	61	1	0
Kevin Khay	4	20	5	15	0,5	7	1	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Samuele Cavallini	4	14	5	9	0	0	1	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yeboah Bismark	4	14	10	4	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0
Giacom Insom	4	12	9	3	2	8	2	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Lorenzo Gioco	4	12	8	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Tommaso Categari	3	10	7	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Saad Ali	3	9	6	3	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0
Edoardo Gallo	4	8	5	3	0	0	1	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Federico Maffi	4	7	4	3	0	0	0	0	0	0	0	2	0	1	0	0	0	0
Simone Perego	4	7	5	2	0,5	7	4	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ivan Fonti	4	6	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Nicolo' Fonti	3	5	2	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Igor Timotijevic	4	3	2	1	0	0	2	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Andrea Fantin	2	3	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Claudio Nicola	2	3	2	1	0	0	2	6	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0
Antonio Gianera	3	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Francesco Rivelli	4	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Jean Constant	4	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leonardo Franchi	4	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Xhelian Molla	4	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Christian Sottura	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harry Sayer	4	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Luca Assemian	3	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Matteo Felli	4	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Returns

Name	G	PR No	PR Yds	PR Avg	PR Long	PR TD	KR No	KR Yds	KR Avg	KR Long	KR TD	↓ Ret Tot...
Marquise Manning	4	1	31	31,00	31	0	8	205	25,63	45	0	236
Jean Constant	4	5	75	15,00	34	0	2	68	34,00	40	0	143

Kicking

Name	G	↓ FG ...	FG Blkd	FG Att	FG Pct	FG Long	PAT Made	PAT Att	PAT Pct	Pts	KO No	KO Yds	KO OOB	KO TB
Matteo Felli	4	6	0	7	85,71	36	8	11	72,73		19	1135	1	3
Giorgio Tavecchio	4	0	0	0	-	0	0	0	-		3	207	0	2

Punting

Name	G	No	Yds	↓ Avg	Long	Blkd	TB	FC	50+	In20
Matteo Felli	4	16	584	36,5	59	0	2	2	1	4
Luke Zahradka	4	1	35	35	35	0	1	0	0	1



Team Stats 2023

Scoring	FGY	OPP
Total Points Per Game	30.00	20.25
Total Points	120	81
Total Touchdowns	16	12
1st Downs		
Total 1st downs	68	59
Rushing 1st downs	25	17
Passing 1st downs	36	30
1st downs by penalty	7	12
3rd down efficiency	15-46	12-54
3rd down %	32.61	22.22
4th down efficiency	2-4	7-11
4th down %	50.00	63.64
Passing		
Comp-Att	68-118	66-125
Comp %	57.63	52.80
Net Passing Yards	766	653
Yards per pass attempt	6.49	5.22
Net passing yards per game	191.50	163.25
Passing touchdowns	8	4
Interceptions	2	5
Sacks: Yards lost	7-48	10-80
Rushing		
Rushing attempt	113	114
Rushing yards	505	325
Yards per rush attempt	4.47	2.85
Rushing touchdowns	8	5
Offense		
Total offensive plays	233	243
Total yards	1271	978
Yards per game	317.75	244.50
Returns		
Kickoffs: Total	336	518
Average kickoff return yards	21.00	23.55
Kickoff return TDs	0	0
Interceptions: Total	5	2
Average interception yards	27.00	65.00
Interception TDs	0	2
Punts: Total	113	24
Average punt return yards	8.69	4.80
Punt return TDs	0	1
Kicking		
Net average punt yards	39.20	38.42
Punt: Total Yards	784	922
FG: Good-Attempts	4-6	1-3
Touchback percentage	4.35	5.88
Time of Possession		
Possession time	30:2	29:58
Miscellaneous		
Penalties: Total-Yards	30-291	32-314
Fumbles-Lost	6-3	2-2
Turnover ratio	2	-2
Points of turnovers	22	27
Redzone		
Redzone: Scores	17	8
Redzone: Points	100	52

Player Stats 2023

Passing

Name	G	COMP	ATT	CMP%	↓ YDS	AVG	LNG	TD	TD%	INT	INT%	SCK	SCKY	RATE
Steve Cluley	2	37	59	62.71	426	7.22	53	4	6.78	0	0.00	5	39	107.03
Lars Heidrich	4	14	26	53.85	215	8.27	38	3	11.54	0	0.00	0	0	119.87
Jakeb Sullivan	1	17	33	51.52	134	4.06	18	1	3.03	2	6.06	2	9	46.78

Rushing

Name	G	ATT	↓ YDS	AVG	LNG	TD	FMB	FML
Thomas Fischbach	4	57	244	4.28	21	6	2	1
Nick Kaufman	4	14	87	6.21	34	0	0	0
Samuel Shannon	2	9	79	8.78	60	1	0	0
Jakeb Sullivan	1	6	50	8.33	15	0	0	0
Steve Cluley	2	16	29	1.81	26	0	2	2
Leon Helm	4	4	13	3.25	5	1	0	0
Jakob Wenzel	1	3	7	2.33	8	0	0	0
Kevin Maier	2	1	0	0.00	0	0	1	0
Niklas Schumm	4	1	0	0.00	0	0	0	0
Lars Heidrich	4	2	-4	-2.00	0	0	0	0

Receiving

Name	G	REC	TGT	CTCH%	↓ YDS	LNG	TD
Reece Horn	4	18	36	50.00	341	53	4
Nico Strahmann	4	13	21	61.90	133	25	1
Lorenz Regler	4	8	13	61.54	91	31	2
Kevin Mwamba	3	5	8	62.50	83	25	0
Niklas Schumm	4	5	6	83.33	41	18	0
Thomas Fischbach	4	8	11	72.73	38	9	0
Janez Von Renesse	3	7	9	77.78	27	7	1
Zinedin Bendjabou	4	2	4	50.00	10	11	0
Markus Hachenberg	1	1	2	50.00	6	6	0
Montel Patterson	2	1	1	100.00	5	5	0
Hendrik Schwarz	4	0	1	0.00	0	0	0



Defense

Name	G	↓ T...	Solo	AST	SCK	SCKV	TFL	TFLY	INT	INTY	INT TDS	BR...	BLKD	FF	FR	FRY	FR TDS	SFTY
Wael Nasri	4	34	14	20	0,5	2	1	4	1	56	0	1	0	0	0	0	0	0
Sebastian Silva-Gomez	4	27	12	15	1	11	4	18	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0
Marc Hor	4	20	3	17	0,5	1	0,5	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sebastian Gauthier	4	20	10	10	0,5	2	2,5	4	0	0	0	1	0	0	1	14	0	0
Tony Anderson	3	14	6	8	0	0	1	1	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0
Daniel Bartmann	3	13	6	7	0	0	2	14	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Karlis Brauns	4	13	5	8	3	25	3	25	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Marcos Schlabit	4	13	5	8	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0
Joshua Mackeben	4	12	2	10	0	0	1	2	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0
Berdale Robins	4	11	6	5	0	0	0	0	2	57	0	5	0	0	0	0	0	0
Jamalcolm Liggins	4	11	10	1	0	0	0	0	2	22	0	1	0	0	1	0	0	0
David Miletic	3	11	6	5	1	1	2	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Joshua Poznanski	2	10	5	5	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0
Moubarak Djeri	3	7	0	7	0	0	0,5	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sebastian Brand	3	6	2	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Anthony Williams	3	5	0	5	0	0	0,5	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sven Rieger	3	4	0	4	0,5	2	0,5	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Cedric Schmitt	3	3	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0
Fränk Mousel	3	3	1	2	0	0	1	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Simeon Gabriel	3	3	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mete Konya	2	3	1	2	1	7	1	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Samuel Shannon	2	3	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Kevin Maier	2	2	1	1	1	9	1	9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Falk Reuter	2	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Taslim Gaye	2	2	0	2	0	0	0,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Daniel Josiah	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leon Helm	4	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Vincent Bujalla	3	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Karim Ben El-Ghali	3	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Koku Giede	2	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Returns

Name	G	PR No	PR Yds	PR Avg	PR Long	PR TD	KR No	KR Yds	KR Avg	KR Long	KR TD	↓ Ret Tot...
Berdale Robins	4	12	101	8.42	21	0	16	336	21.00	49	0	437
Cedric Schmitt	3	1	12	12.00	0	0	0	0	-	0	0	12

Kicking

Name	G	↓ FG ...	FG Blkd	FG Att	FG Pct	FG Long	PAT Made	PAT Att	PAT Pct	Pts	KO No	KO Yds	KO OOB	KO TB
Ryan Rimmler	4	4	0	6	66.67	50	8	14	57.14		23	1471	0	1
Hendrik Schwarz	4	0	0	0	-	0	0	1	0.00		0	0	0	0

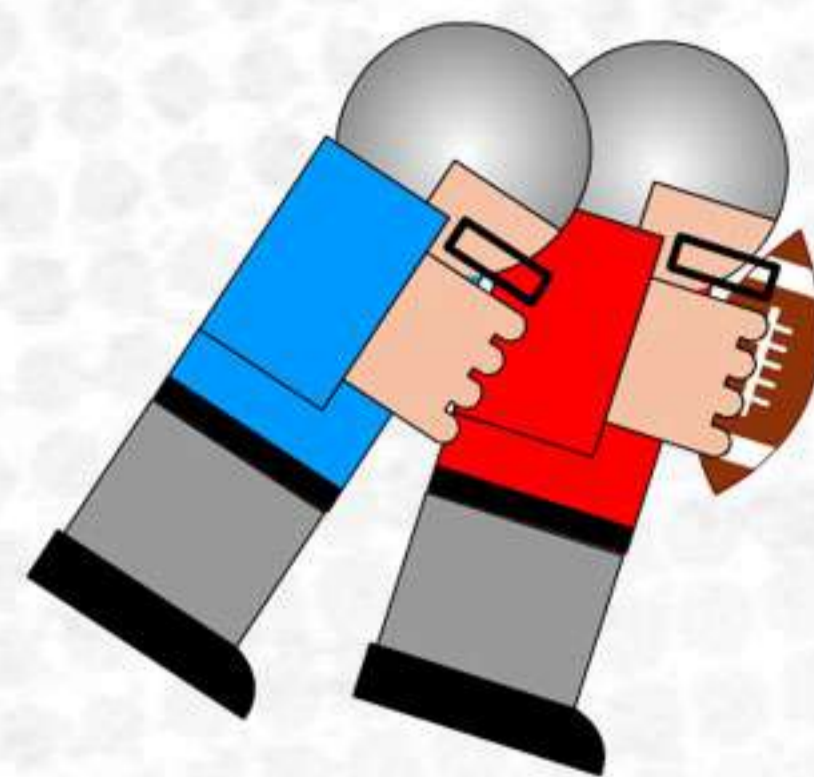
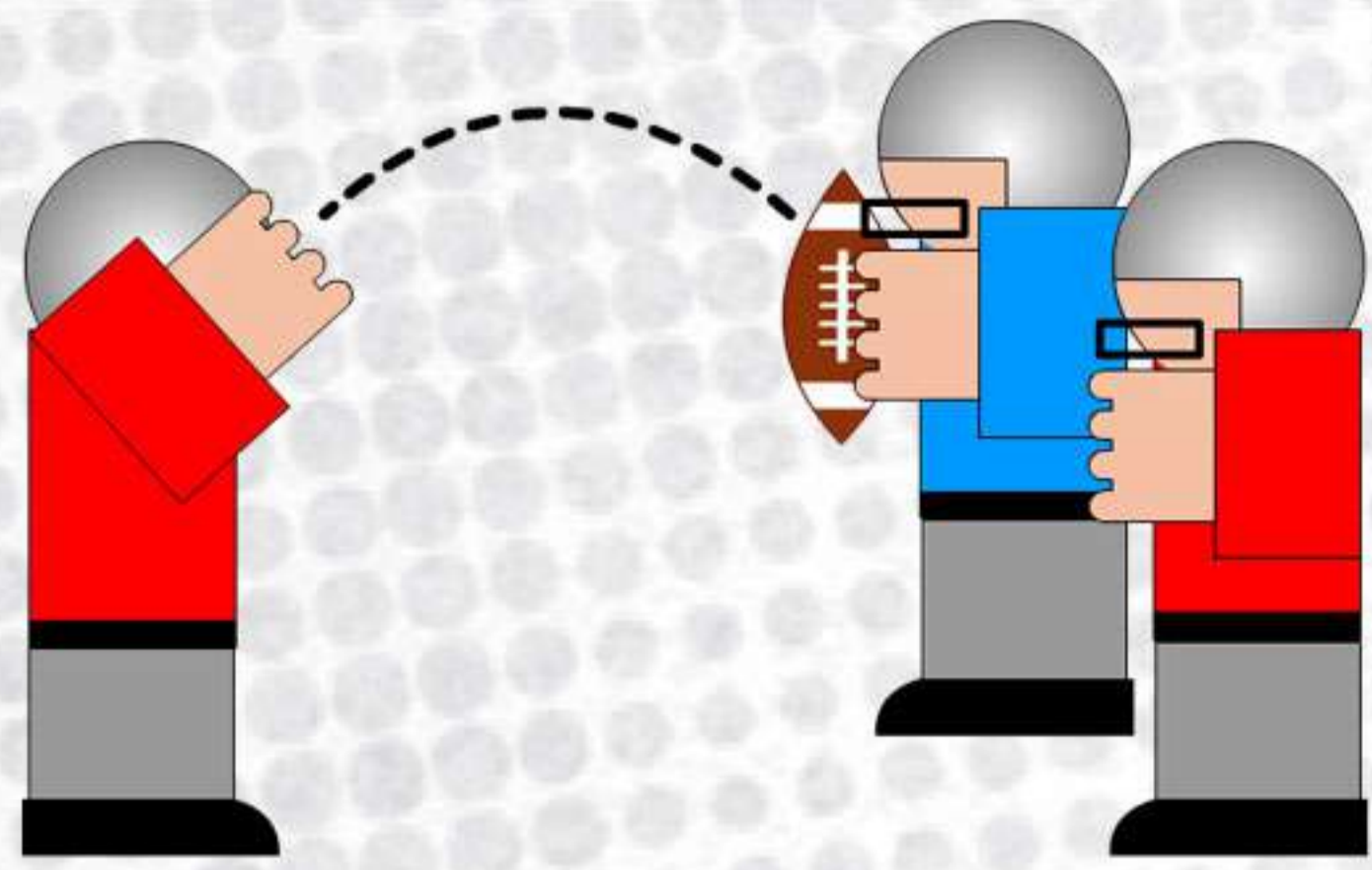
Punting

Name	G	No	Yds	↓ Avg	Long	Blkd	TB	FC	50+	In20
Hendrik Schwarz	4	18	745	41.38	50	1	1	5	1	7
Steve Cluley	2	1	36	36	36	0	0	0	0	0

ABC DEL FOOTBALL

DALLE 10 YARD DA CONQUISTARE IN QUATTRO TENTATIVI, ALLE REGOLE DA RISPETTARE PER DIFESA E ATTACCO, DAL FUMBLE AL TOUCHDOWN: I FONDAMENTALI DA CONOSCERE SULLO SPORT USA PIU' POPOLARE.

DIFESA - DEFENSE



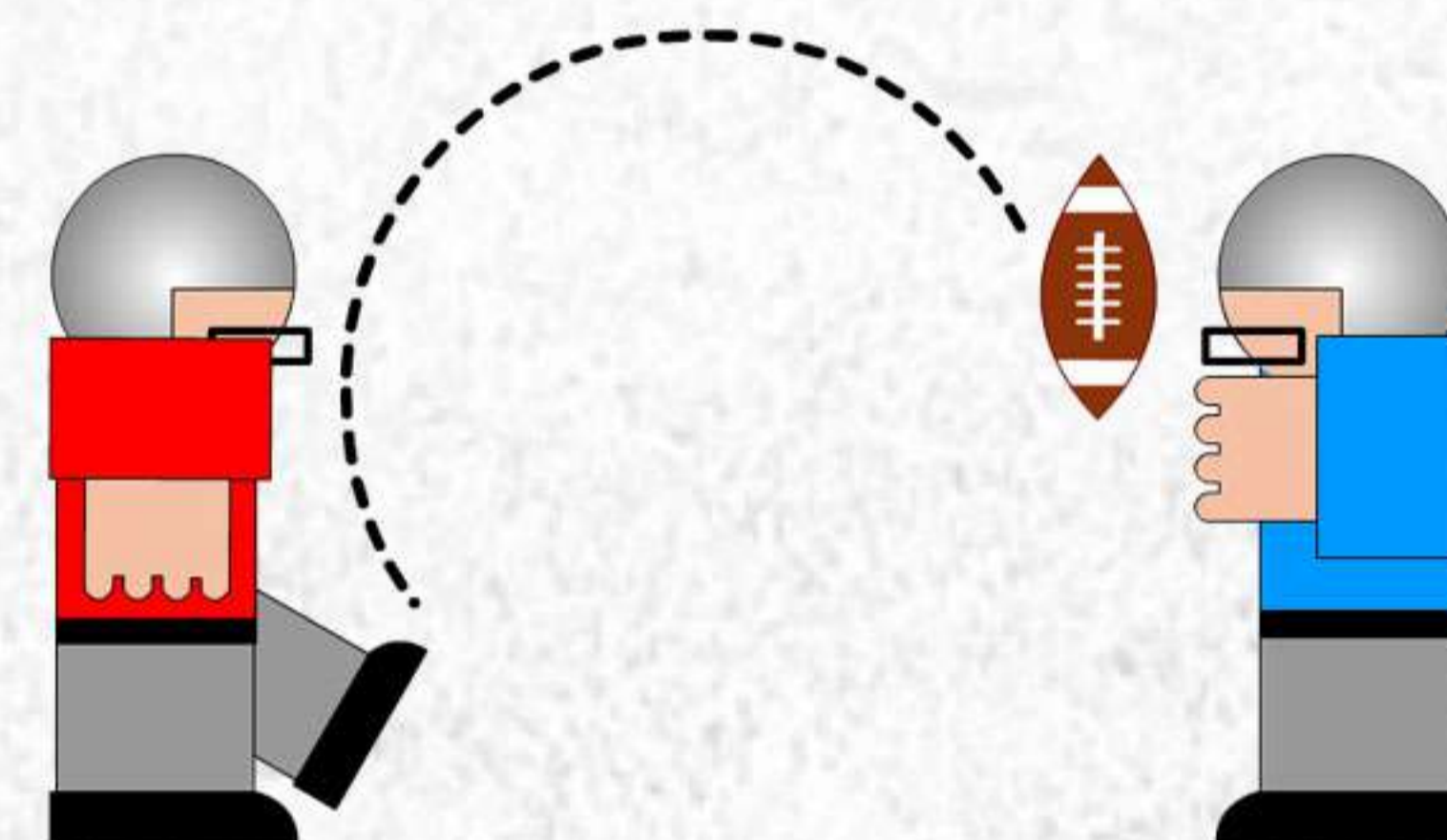
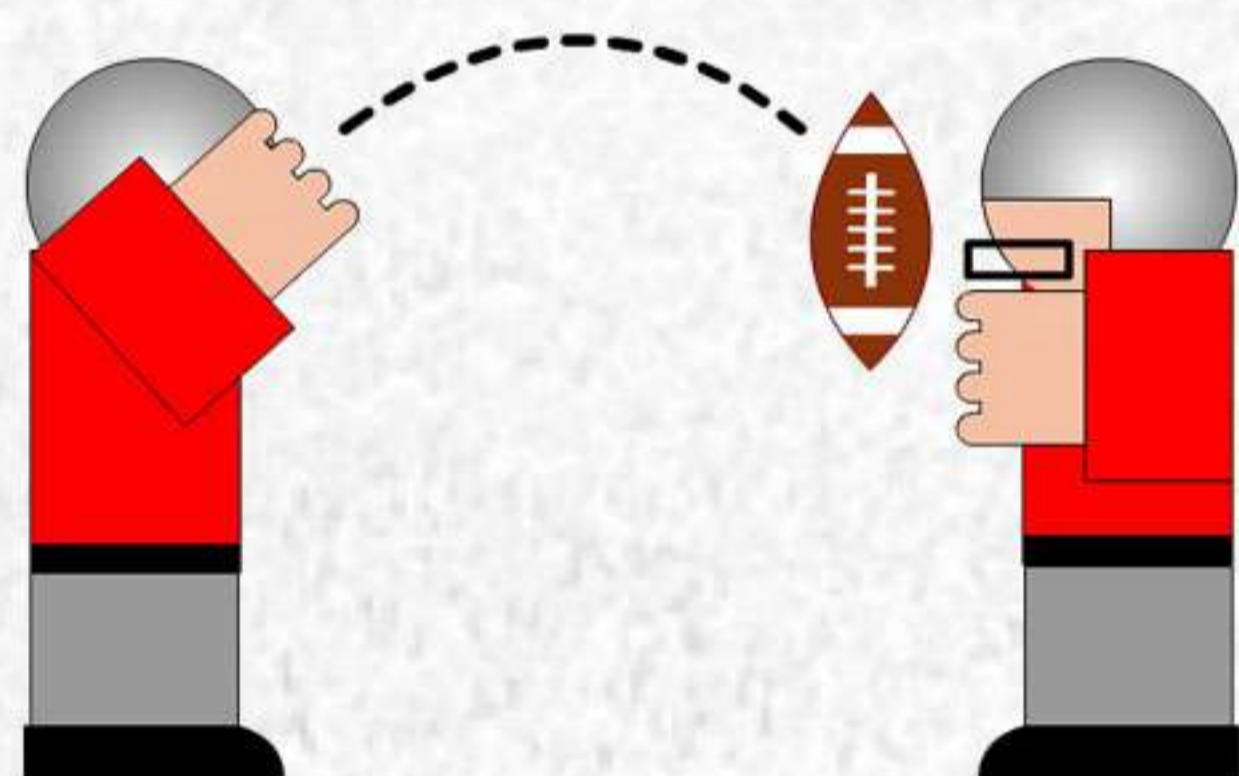
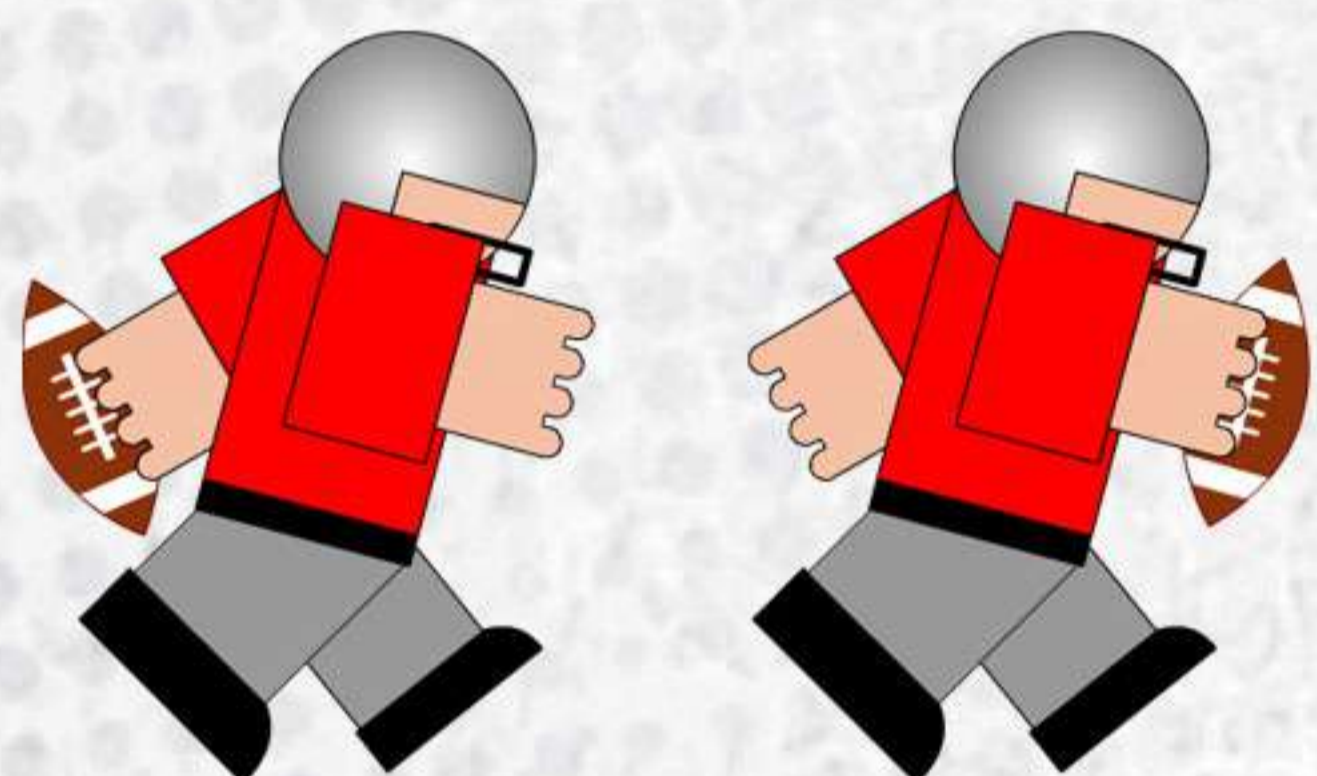
INTERCETTI

Il difensore cattura l'ovale lanciato dal quarterback avversario prima che tocchi terra. Può avanzare con la palla sino a quando non viene placcato.

TACKLE

Per fermare l'azione avversaria, è sufficiente placcare chi ha l'ovale, facendogli toccare terra con un ginocchio o un avambraccio. La palla è morta in quel punto.

ATTACCO - OFFENSE



CORSA

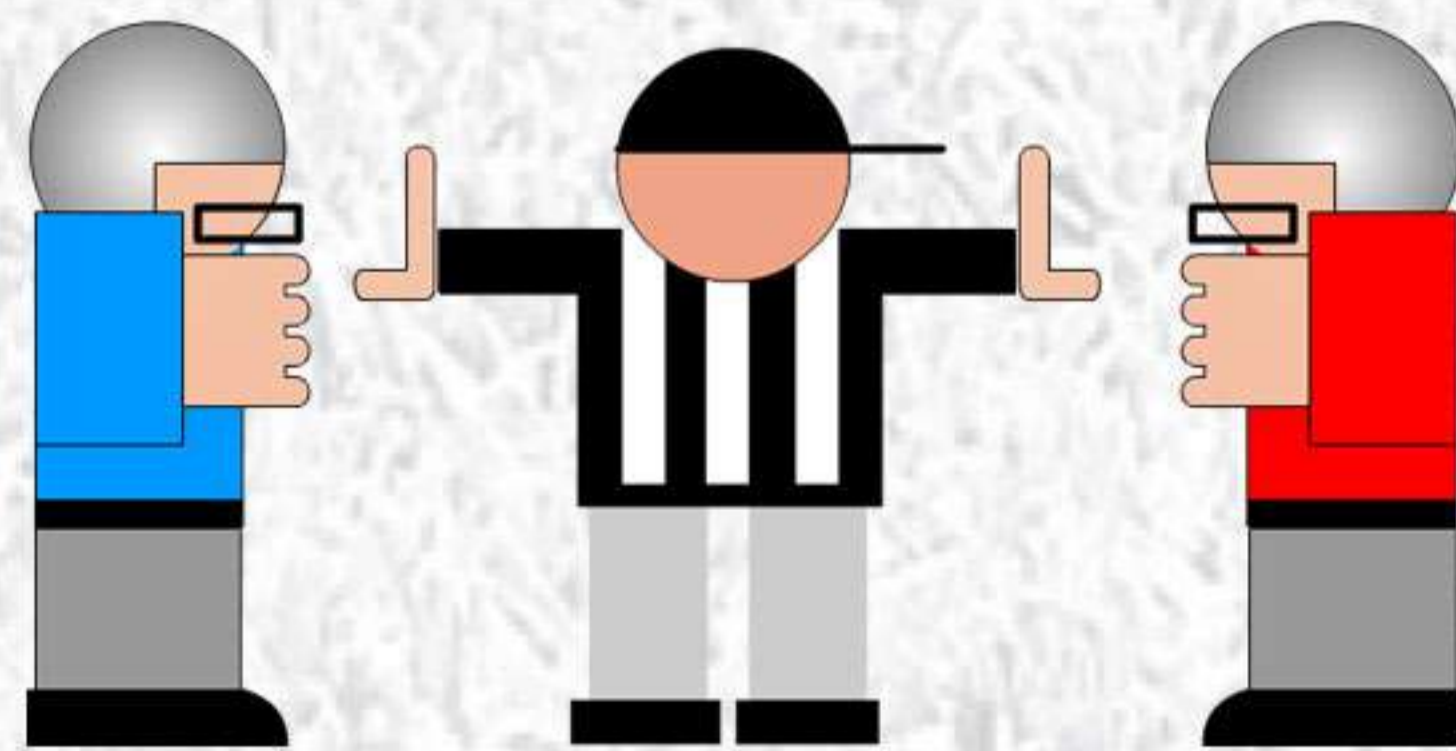
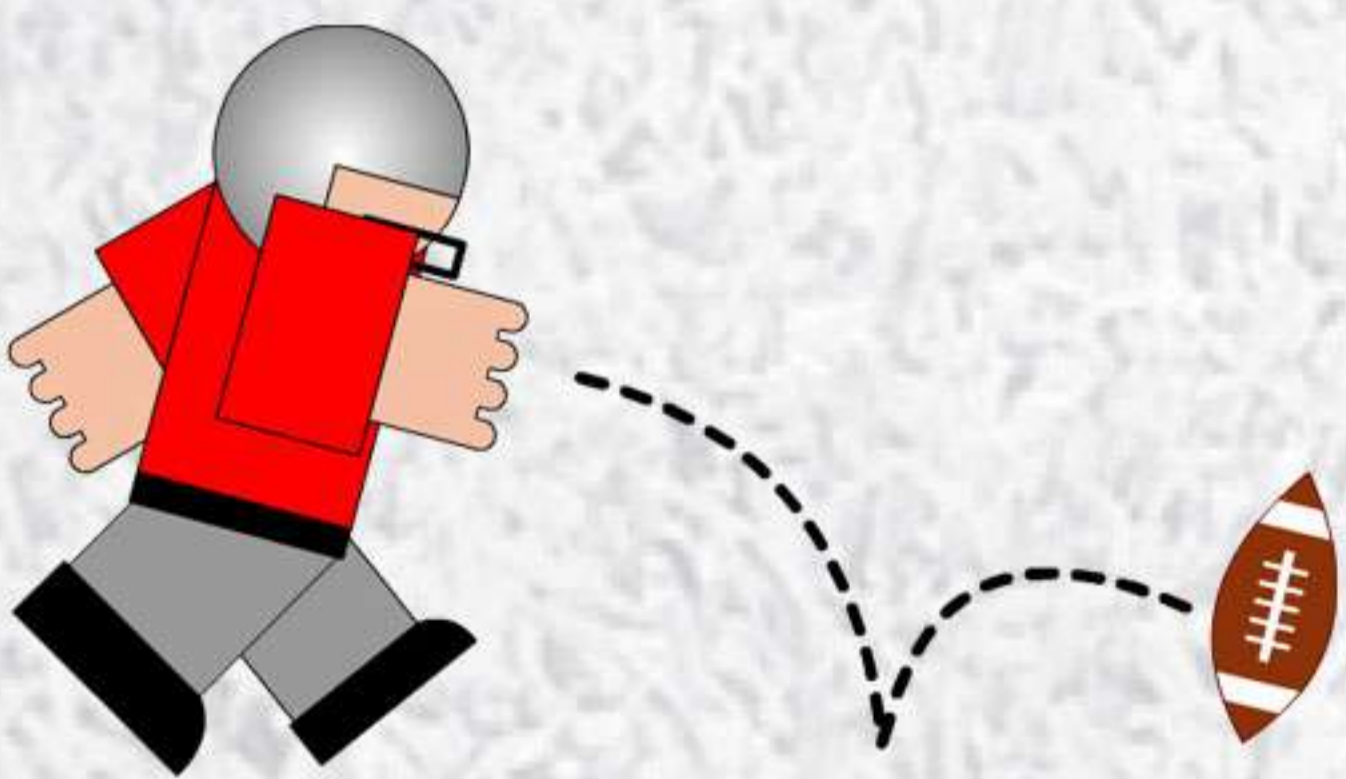
Si può avanzare la palla cercando di guadagnare terreno correndo dopo aver ricevuto l'ovale dal quarterback (lui stesso può decidere di correre se sotto pressione e senza ricevitori liberi).

PASSAGGIO

Il quarterback lancia la palla a un ricevitore. Si può effettuare un solo passaggio in avanti ad azione. Il quarterback non può lanciare se ha oltrepassato la linea di scrimmage (ovvero il punto d'inizio dell'azione).

PUNT

Sul quarto tentativo, se la posizione del campo non consente un tentativo da field goal, si restituisce la palla agli avversari con un punt, ovvero calciandola il più lontano possibile o cercando di farla uscire dal campo entro le 20 YARD avversarie. Se l'ovale esce dalla linea di fondo, l'attacco parte dalle 20 YARD.



FUMBLE

Quando la palla viene strappata dalle mani di un giocatore dell'attacco e recuperata da un difensore, il possesso passa in quel punto del terreno alla squadra che era in difesa.

LE PENALITA'

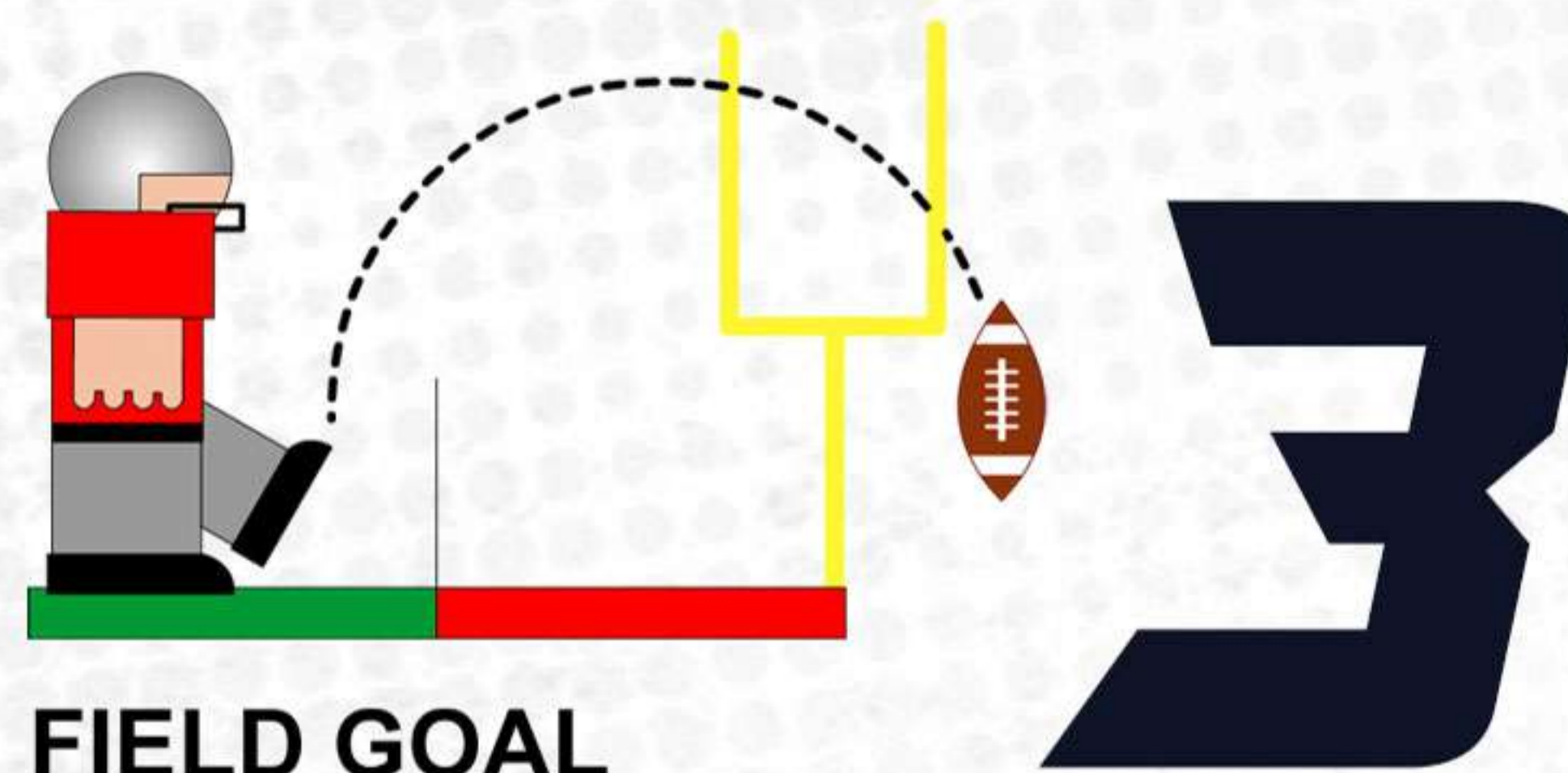
Ce ne sono svariate. Tra le principali, non si può toccare un ricevitore dopo le prime 10 YARD dalla linea di scrimmage prima che abbia tra le mani l'ovale (**pass interference**). Non si può trattenere un giocatore della difesa, ma solo "respingerlo" a mani aperte (**holding**). Non si può colpire un ricevitore indifeso, un quarterback dopo che ha effettuato un passaggio, entro un ragionevole limite di tempo (**personal foul**).

IL PUNTEGGIO



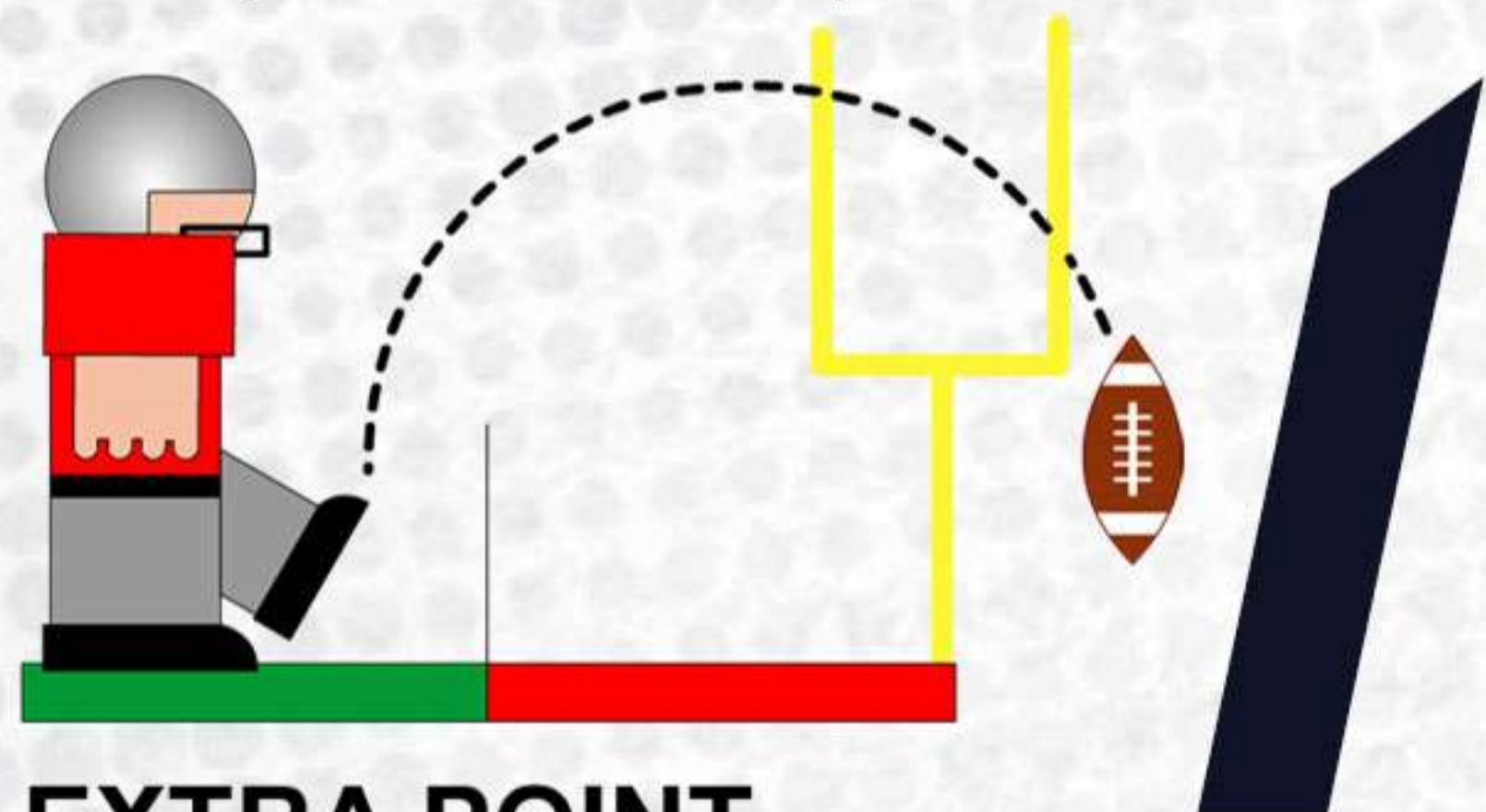
TOUCHDOWN

Vale sei punti. Si segna quando la palla oltrepassa la linea di meta su corsa o su passaggio ricevuto in **endzone** da un attaccante con il possesso dell'ovale e i due piedi in campo.



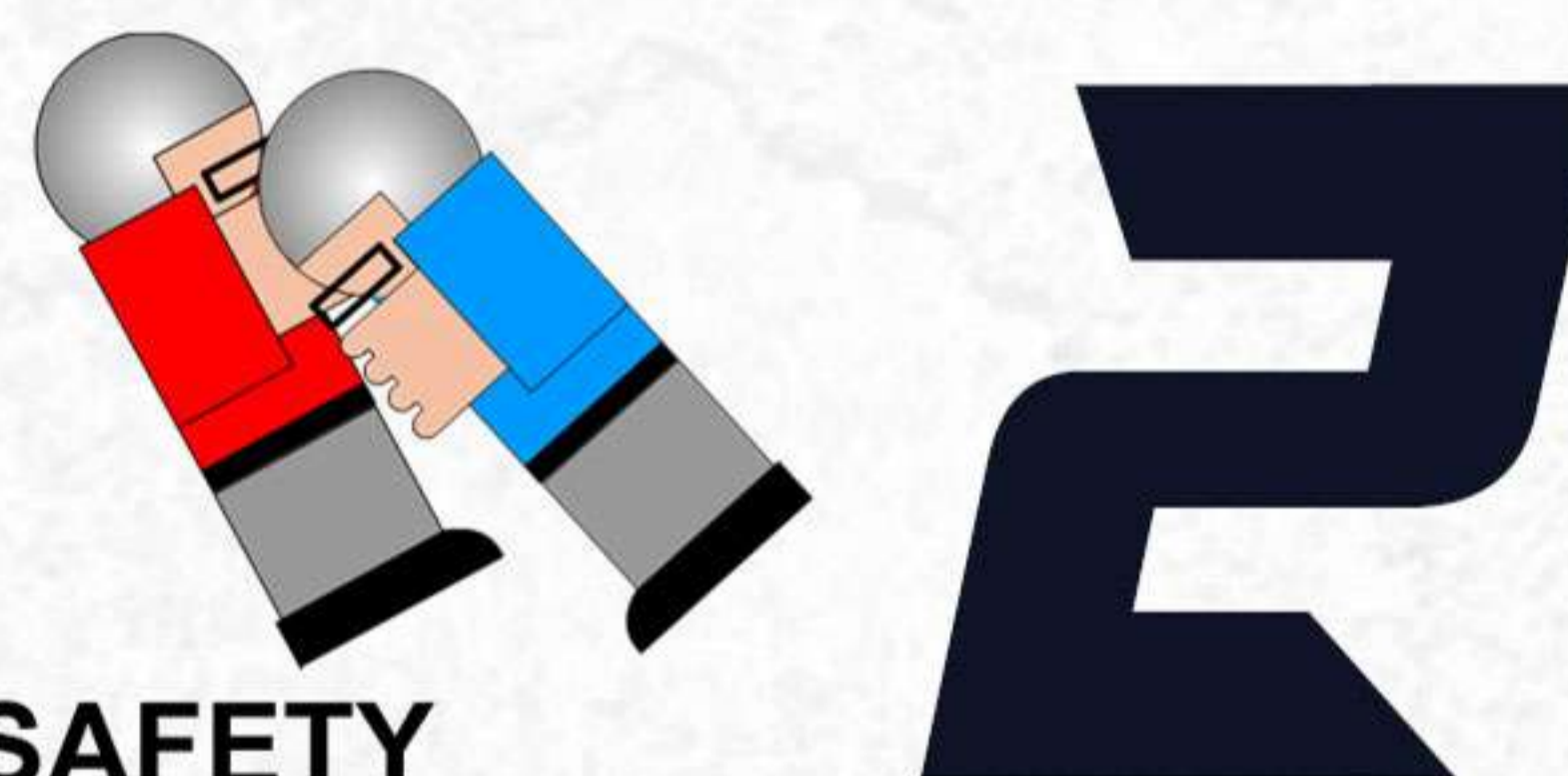
FIELD GOAL

Sul quarto tentativo, si può tentare una trasformazione da tre punti. Di solito entro le 50 YARD (tenuto conto delle 10 yard dell'area di meta e delle 7 yard di arretramento dopo lo **snap**).



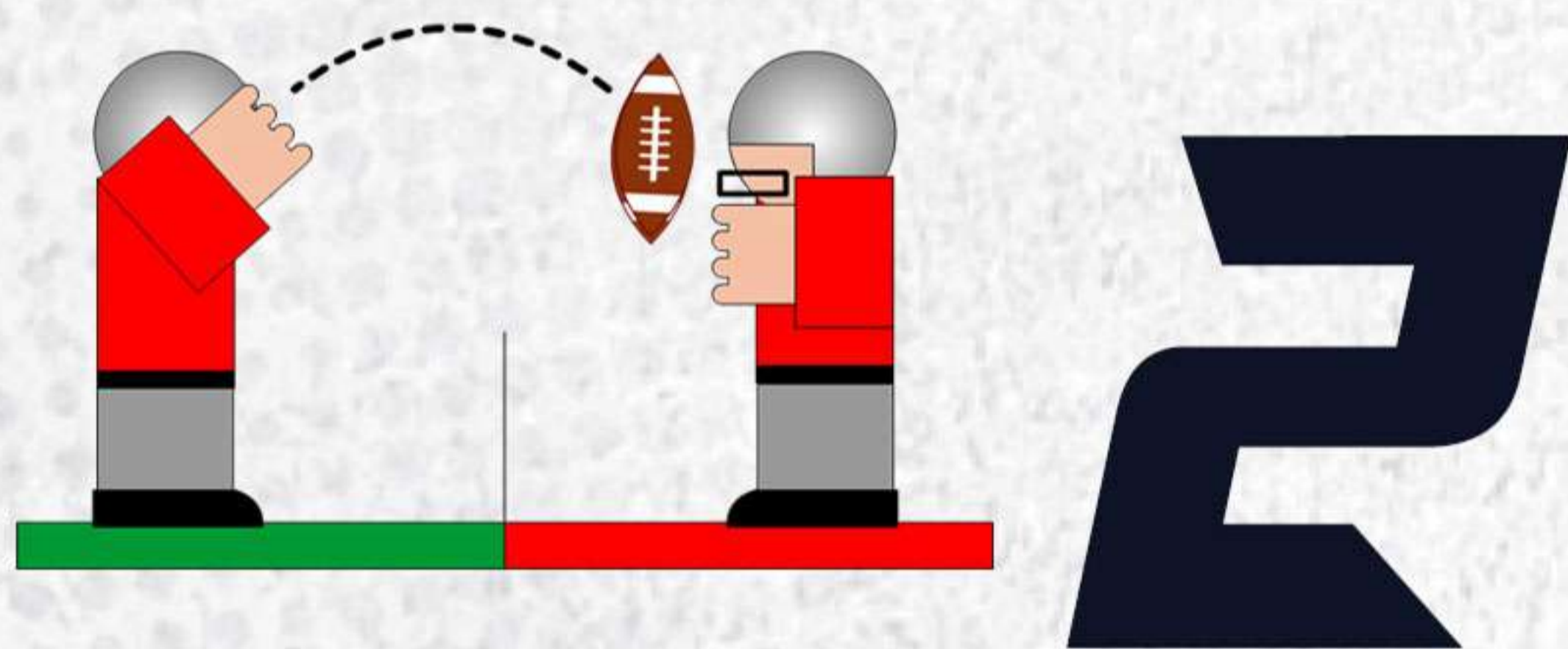
EXTRA POINT

Dopo il **touchdown**, l'attacco esegue il calcio aggiuntivo che vale un punto.



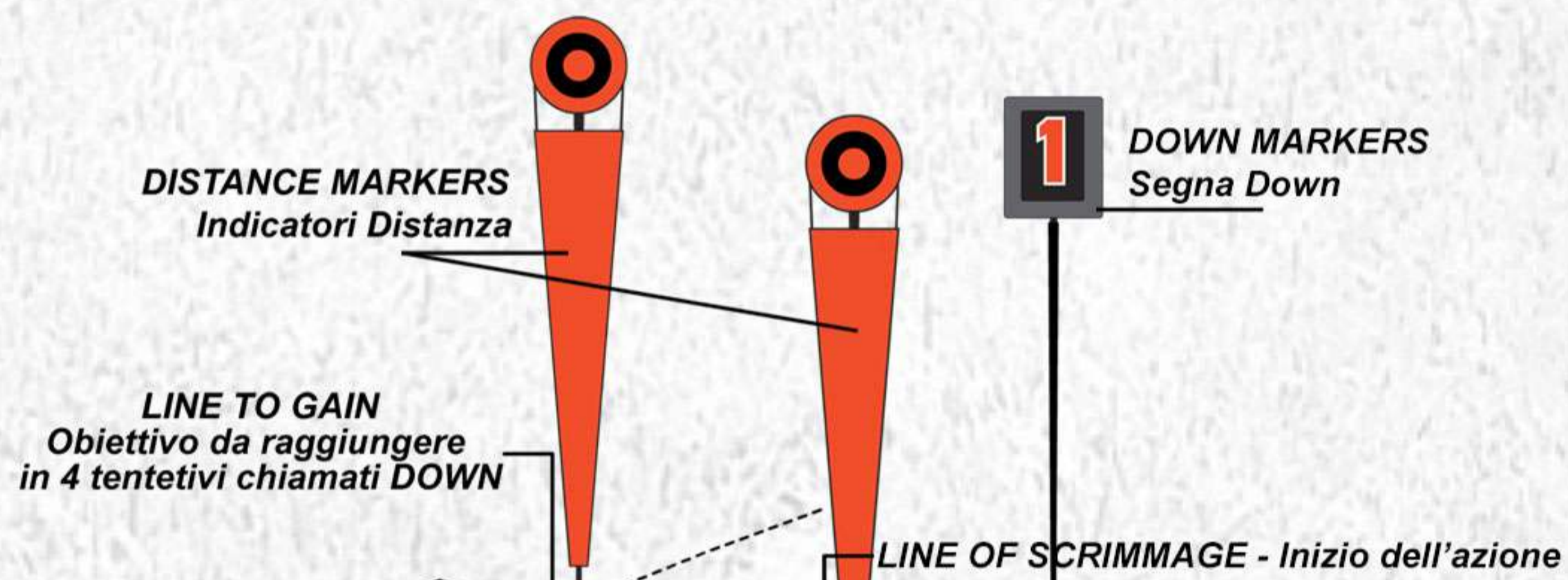
SAFETY

Se un attaccante col pallone viene placato all'interno della sua area di meta, vengono assegnati due punti alla squadra in difesa, che inoltre riceve il pallone con un **punt** o **kickoff**.



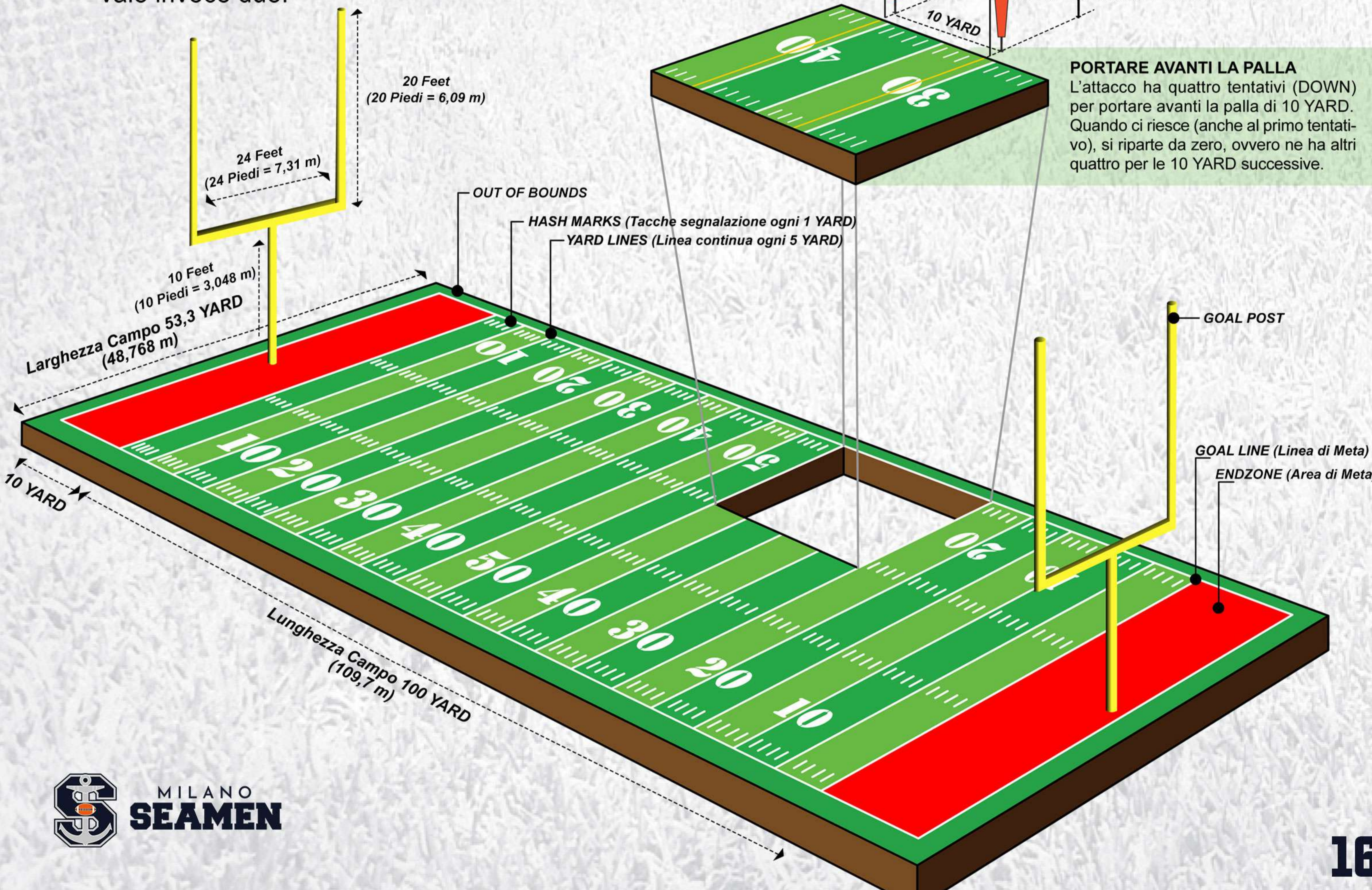
CONVERSIONE DA DUE PUNTI

Invece della conversione con il calcio, che vale un punto, si può tentare quella alla mano, su corsa o passaggio, che ne vale invece due.



PORTARE AVANTI LA PALLA

L'attacco ha quattro tentativi (DOWN) per portare avanti la palla di 10 YARD. Quando ci riesce (anche al primo tentativo), si riparte da zero, ovvero ne ha altri quattro per le 10 YARD successive.





MILANO **SEAMEN**

2	<i>Ali</i>	<i>Khalife</i>	<i>Running Back</i>
3	<i>Matteo</i>	<i>Felli</i>	<i>Kicker</i>
4	<i>Modeste</i>	<i>Pooda</i>	<i>Running Back</i>
5	<i>Jean</i>	<i>Constant</i>	<i>Wide Receiver</i>
6	<i>Kevin</i>	<i>Khay</i>	<i>Linebacker</i>
7	<i>Luke</i>	<i>Zahradka</i>	<i>Quarterback</i>
8	<i>Dejvion</i>	<i>Steward</i>	<i>Strong Safety</i>
9	<i>Nicolo'</i>	<i>Fonti</i>	<i>Linebacker</i>
10	<i>Andrea</i>	<i>Fiammenghi</i>	<i>Wide Receiver</i>
11	<i>Ismail</i>	<i>Lamamra</i>	<i>Wide Receiver</i>
12	<i>Nicholas</i>	<i>Dalmasso</i>	<i>Quarterback</i>
14	<i>Tommaso</i>	<i>Calegari</i>	<i>Free Safety</i>
15	<i>Andrea</i>	<i>Serra</i>	<i>Wide Receiver</i>
17	<i>Tamsir</i>	<i>Seck</i>	<i>Wide Receiver</i>
19	<i>Gianluca</i>	<i>Santagostino</i>	<i>Wide Receiver</i>
21	<i>Lorenzo</i>	<i>Gioco</i>	<i>Free Safety</i>
22	<i>Marquise</i>	<i>Manning</i>	<i>Cornerback</i>
23	<i>Christian</i>	<i>Sottura</i>	<i>Cornerback</i>
26	<i>Yeboah</i>	<i>Bismark</i>	<i>Cornerback</i>
28	<i>Andrea</i>	<i>Fantin</i>	<i>Cornerback</i>
29	<i>Federico</i>	<i>Maffi</i>	<i>Cornerback</i>
31	<i>Ivan</i>	<i>Fonti</i>	<i>Linebacker</i>
32	<i>Cristiano</i>	<i>Mancini</i>	<i>Running Back</i>
33	<i>Diego</i>	<i>Rinaldi</i>	<i>Linebacker</i>
40	<i>Giorgio</i>	<i>Tavecchio</i>	<i>Kicker</i>
44	<i>Akira</i>	<i>Ottogalli</i>	<i>Linebacker</i>
45	<i>Edoardo</i>	<i>Gallo</i>	<i>Linebacker</i>
47	<i>Tamburrino</i>	<i>Filippo</i>	<i>Defensive Line</i>
53	<i>Francesco</i>	<i>Virlinzi</i>	<i>Offensive Guard</i>
55	<i>Lorenzo</i>	<i>Cesana</i>	<i>Offensive Guard</i>
57	<i>Harry</i>	<i>Sayer</i>	<i>Offensive Tackle</i>
62	<i>Jeremy</i>	<i>Gasparro</i>	<i>Defensive Tackle</i>
63	<i>Lewis</i>	<i>Thomas</i>	<i>Offensive Tackle</i>
66	<i>Francesco</i>	<i>Runco</i>	<i>Offensive Tackle</i>
69	<i>Igor</i>	<i>Timotijevic</i>	<i>Defensive Tackle</i>
71	<i>Thomas</i>	<i>Fileccia</i>	<i>Offensive Tackle</i>
75	<i>Xhelian</i>	<i>Molla</i>	<i>Defensive Line</i>
78	<i>Domenico</i>	<i>Carroli</i>	<i>Offensive Line</i>
81	<i>Juan</i>	<i>Flores-Calderon</i>	<i>Wide Receiver</i>
88	<i>Leonardo</i>	<i>Franchi</i>	<i>Tight End</i>
89	<i>Marian</i>	<i>Cebotaru</i>	<i>Wide Receiver</i>
90	<i>Simone</i>	<i>Perego</i>	<i>Defensive End</i>
91	<i>Giacom</i>	<i>Insom</i>	<i>Defensive Tackle</i>
92	<i>Francesco</i>	<i>Rivelli</i>	<i>Defensive End</i>
93	<i>Samuele</i>	<i>Cavallini</i>	<i>Defensive End</i>
99	<i>Claudio</i>	<i>Nicola</i>	<i>Defensive Line</i>

Head Coach Stefan Pokorny



FRANKFURT GALAXY



1	Ryan	Rimmler	Kicker
2	Samuel	Shannon	Running Back
3	BerDale	Robins	Defensive Back
4	Tony	Anderson	Defensive Back
5	Jamalcolm	Liggins	Defensive Back
6	Lars	Heidrich	Quarterback
8	Mete	Konya	Defensive Line
9	Montel	Patterson	Wide Receiver
10	Steve	Cluley	Quarterback
11	Normen	Schumm	Wide Receiver
14	Joshua	Poznanski	Defensive Back
16	Niklas	Schumm	Wide Receiver
17	Reece	Horn	Wide Receiver
19	Nico	Strahmann	Wide Receiver
20	Nick	Kaufman	Running Back
22	Louis	Achaintre	Linebacker
24	Karim	Ben El Ghali	Defensive Back
27	Thomas	Fischbach	Running Back
28	Cedric	Schmitt	Defensive Back
30	Falk	Reuter	Defensive Back
35	Marcos	Schlabitz	Defensive Back
41	Sebastian	Gauthier	Linebacker
44	Leon	Helm	Fullback
45	Simeon	Gabriel	Linebacker
51	Joshua	Mackeben	Linebacker
52	Wael	Nasri	Linebacker
54	Karlis	Brauns	Defensive Line
55	Thang	Le Minh	Offensive Line
56	Sebastian	Silva-Gomez	Linebacker
58	Anthony	Williams	Linebacker
61	Lars	Hampel	Offensive Line
62	Kaan	Timpel	Offensive Line
64	Moritz	Schmidt	Offensive Line
71	Frank	Atunlese	Offensive Line
72	Matej	Bencek	Offensive Line
78	Tim	Hirsch	Offensive Line
82	Hendrik	Schwarz	Wide Receiver
83	Zinedin	Bendjabou	Wide Receiver
86	Lorenz	Regler	Wide Receiver
87	Kevin	Mwamba	Tight End
90	Marc	Hor	Defensive Line
91	Moubarak	Djeri	Defensive Line
92	Fränk	Mousel	Defensive Line
96	Taslim	Gaye	Defensive Line
98	Koku	Giede	Defensive Line
93	Leonard	Meckmann	Defensive Line

Head Coach Thomas Kösling





1
SAAD ALI
CORNERBACK



2
ALI KHALIFE
RUNNING BACK



3
MATTEO FELLI
KICKER



4
MODESTE POODA
RUNNING BACK



5
JEAN CONSTANT
WIDE RECEIVER



6
KEVIN KHAY
LINEBACKER



7
LUKE ZAHRADKA
QUARTERBACK



8
DEJVION STEWARD
SAFETY



9
NICOLÒ FONTI
LINEBACKER



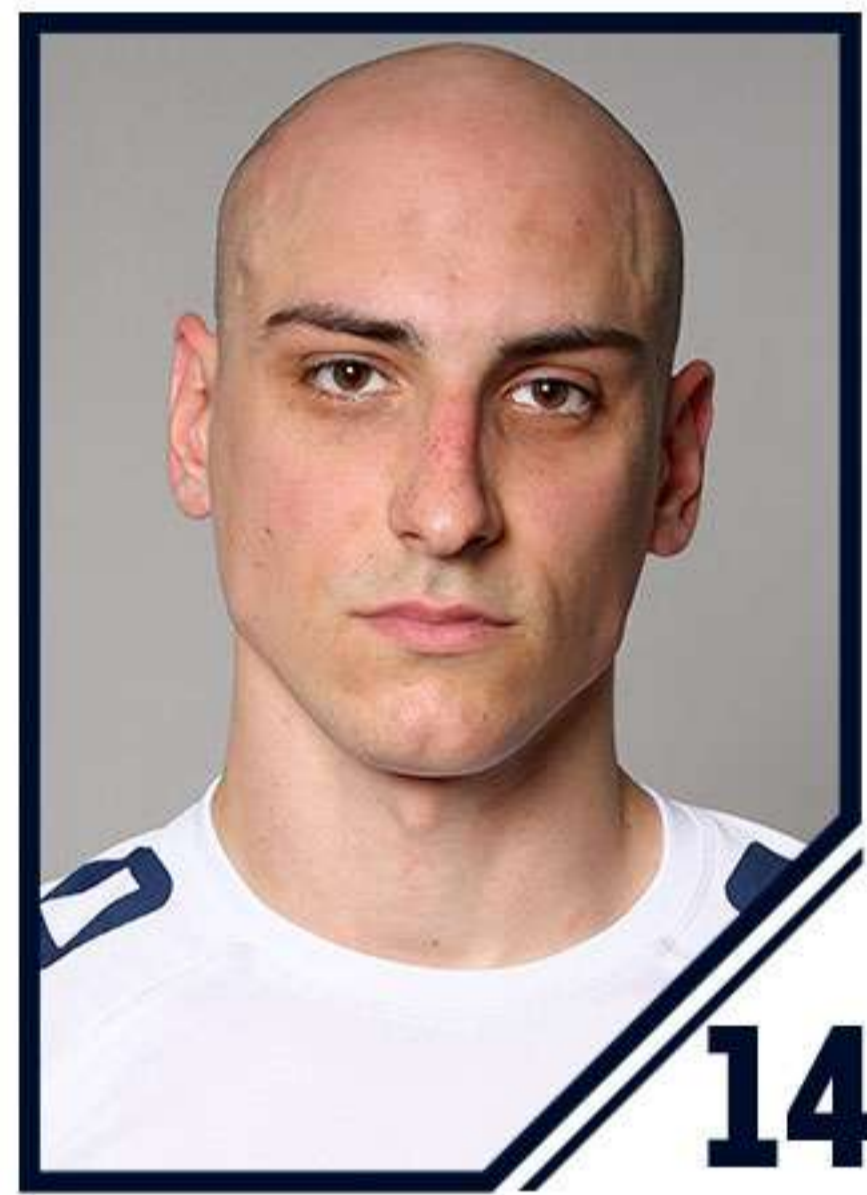
10
ANDREA FIAMMENGHI
WIDE RECEIVER



11
ISMAIL LAMAMRA
WIDE RECEIVER



12
NICHOLAS DALMASSO
QUARTERBACK



14
TOMMASO CALEGARI
SAFETY



15
ANDREA SERRA
WIDE RECEIVER



17
TAMSIR SECK
WIDE RECEIVER



19
GIANLUCA SANTAGOSTINO
WIDE RECEIVER



20
LUCA ASSEMAN
RUNNING BACK



21
LORENZO GIOCO
SAFETY



22
MARQUISE MANNING
CORNERBACK



23
CHRISTIAN SOTTURA
SAFETY



26
BISMARK YEBOAH
CORNERBACK



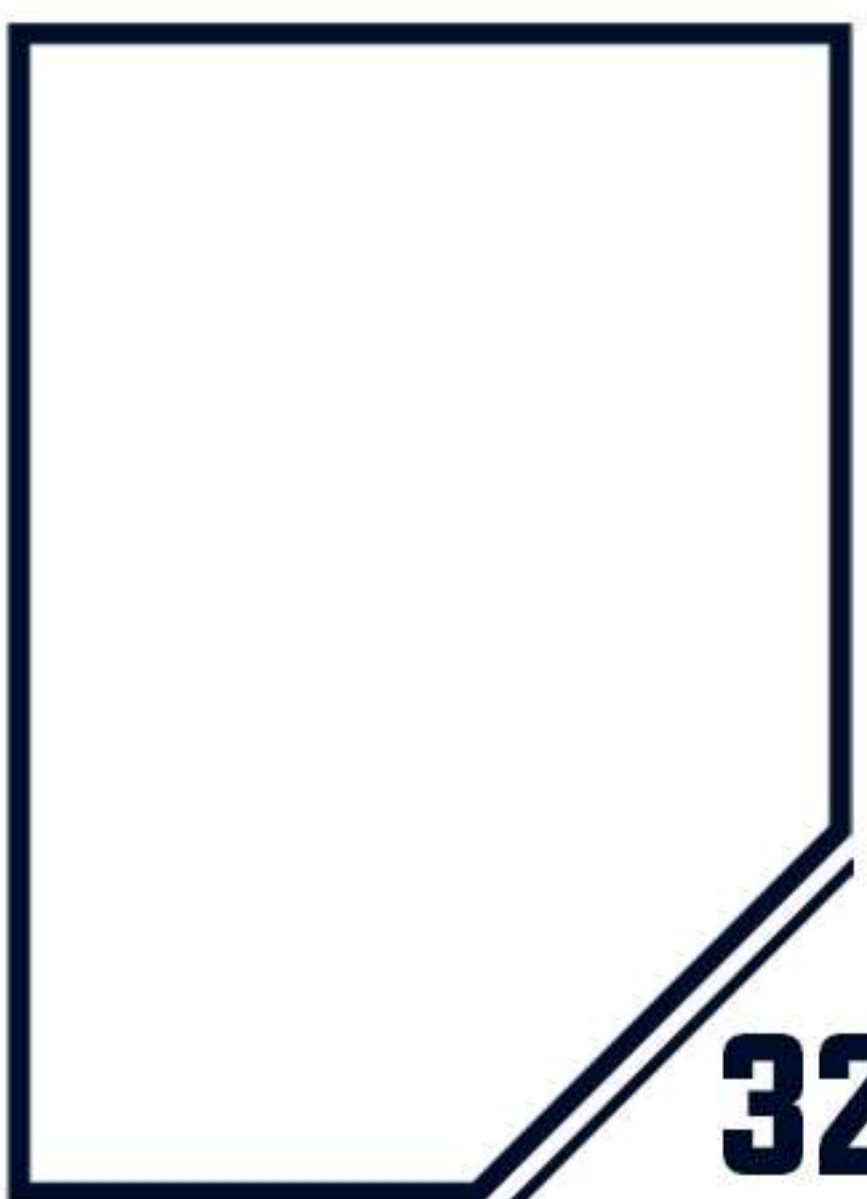
28
ANDREA FANTIN
CORNERBACK



29
FEDERICO MAFFI
CORNERBACK



31
IVAN FONTI
LINEBACKER



32
CRISTIANO MANCINI
RUNNING BACK



33
DIEGO RINALDI
LINEBACKER



35
ANTONIO GIANERA
LINEBACKER



36
LEONARDO ROSI
LINEBACKER



40
GIOTGIO TAVECCHIO
KICKER



44
AKIRA OTTOGALLI
LINEBACKER



EDOARDO GALLO
CORNERBACK



FILIPPO TAMBURRINO
LINEBACKER



FRANCESCO VIRLINZI
OFFENSIVE LINE



LORENZO CESANA
OFFENSIVE LINE



HARRY SAYER
OFFENSIVE LINE



JEREMY GASPARRO
OFFENSIVE LINE



LEWIS THOMAS
OFFENSIVE LINE



FRANCESCO RUNCO
OFFENSIVE LINE



IGOR TIMOTIJEVIC
DEFENSIVE LINE



EDOARDO SANDONATI
OFFENSIVE LINE



THOMAS FILECCIA
OFFENSIVE LINE



XHELIAN MOLLA
DEFENSIVE LINE



DOMENICO CARROLI
OFFENSIVE LINE



JUAN FLORES-CALDERON
WIDE RECEIVER



FILIPPO FIAMMENGHI
WIDE RECEIVER



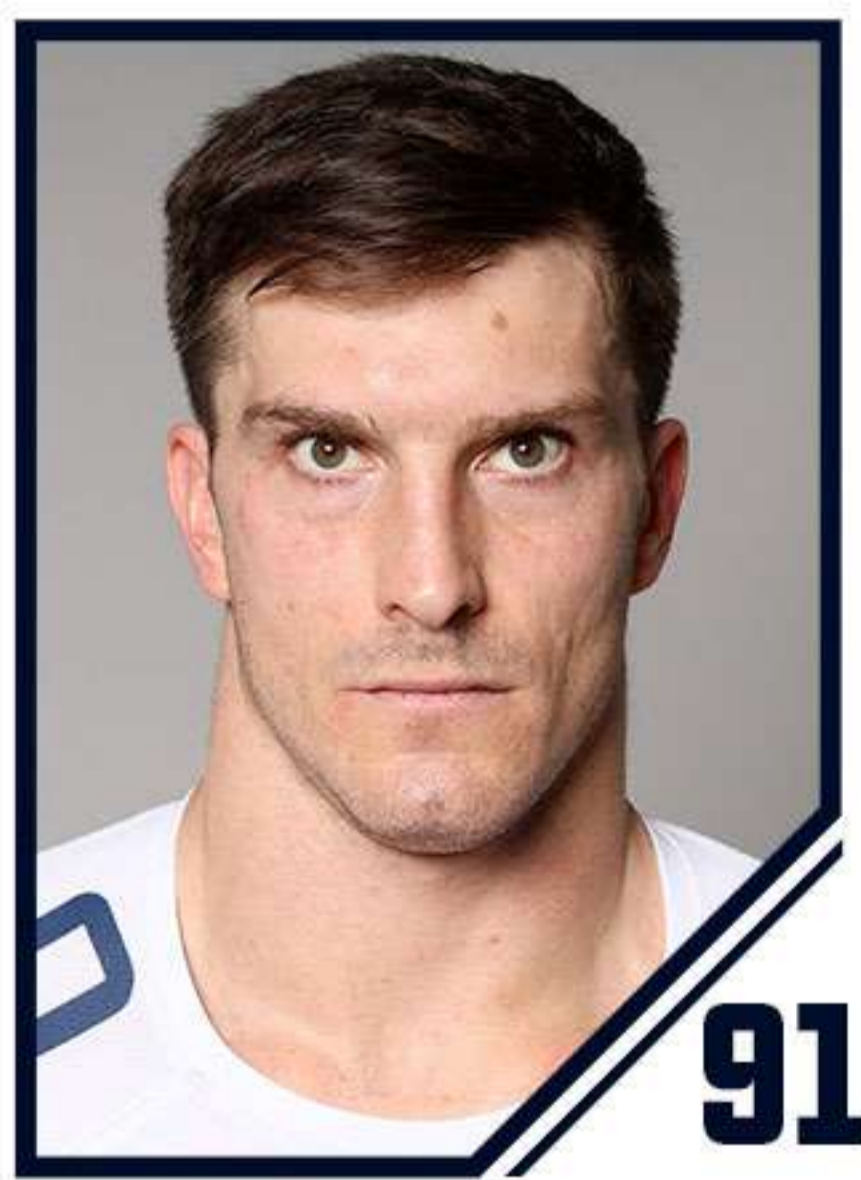
LEONARDO FRANCHI
THIGHT END



MARIAN CEBOTARU
WIDE RECEIVER



SIMONE PEREGO
DEFENSIVE LINE



GIACOMO INSOM
DEFENSIVE LINE



FRANCESCO RIVELLI
DEFENSIVE LINE



SAMUELE CAVALLINI
DEFENSIVE LINE



MARCO TADDIA
DEFENSIVE LINE



CLAUDIO NICOLA
DEFENSIVE LINE



FRANKFURT GALAXY



SAMUEL SHANNON
RUNNING BACK



TONY ANDERSON
STRONG SAFETY



STEVE CLULEY
QUARTERBACK



NIKLAS SCHUMM
WIDE RECEIVER



REECE HORN
WIDE RECEIVER



NICO STRAHLMANN
WIDE RECEIVER



THOMAS FISCHBACH
RUNNING BACK



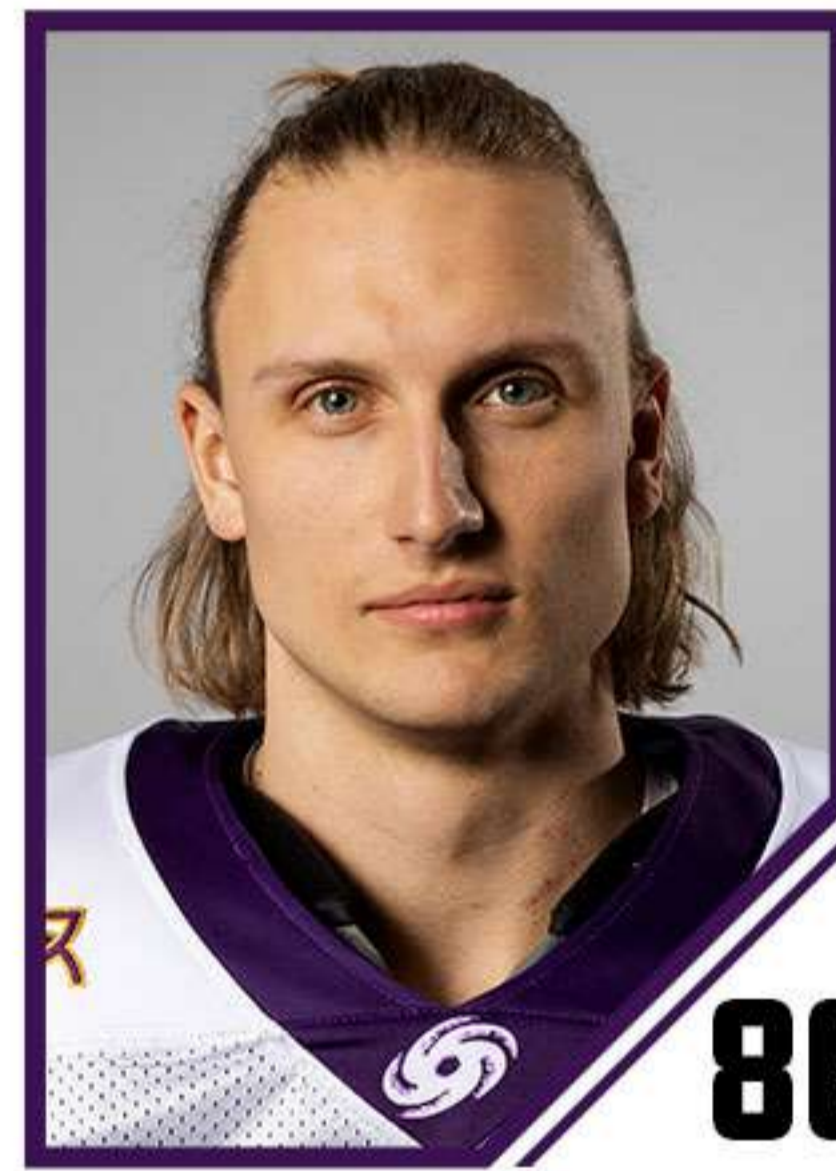
SEBASTIAN GAUTHIER
LINEBACKER



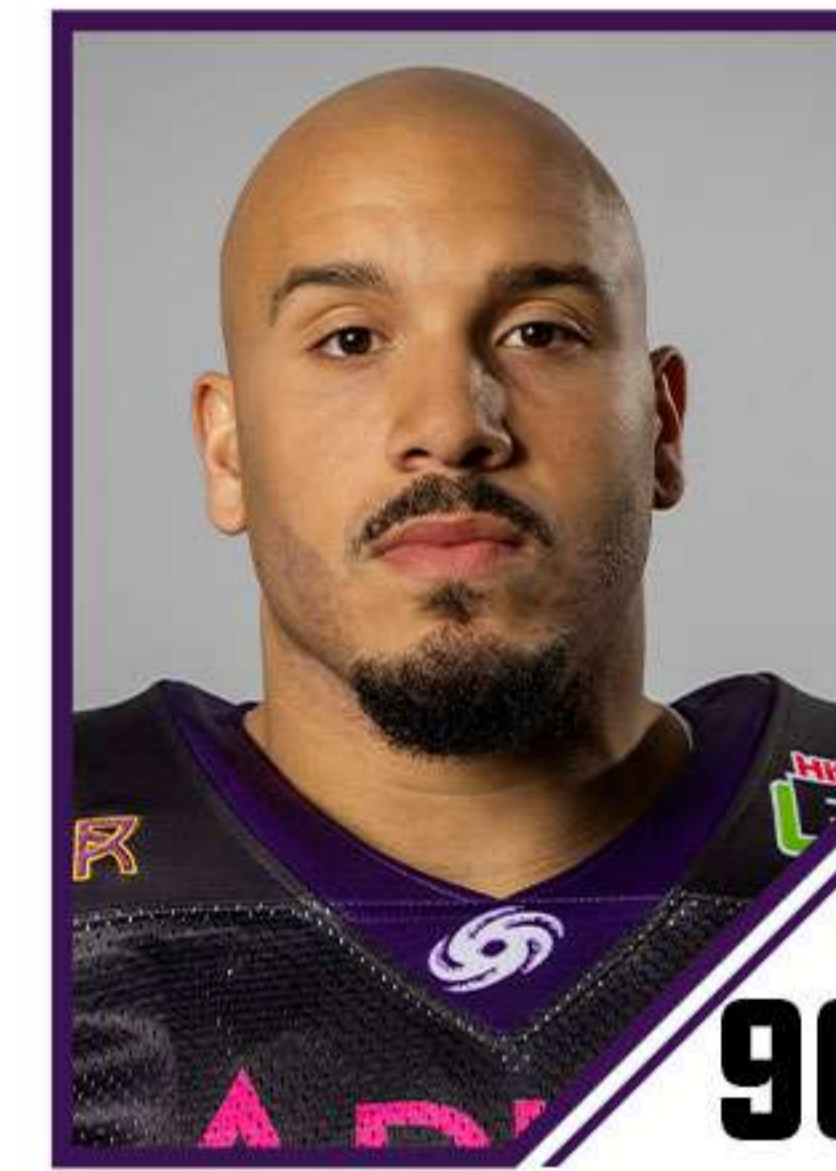
WAEI NASRI
LINEBACKER



SEBASTIAN SILVA GOMEZ
LINEBACKER



LORENZ REGLER
WIDE RECEIVER



MARC ANTHONY HOR
DEFENSIVE TACKLE



DANIEL BARTMANN
DEFENSIVE TACKLE



MILAN



TONISSIPOWER

La scelta di una Energia Vincente



FORELLE



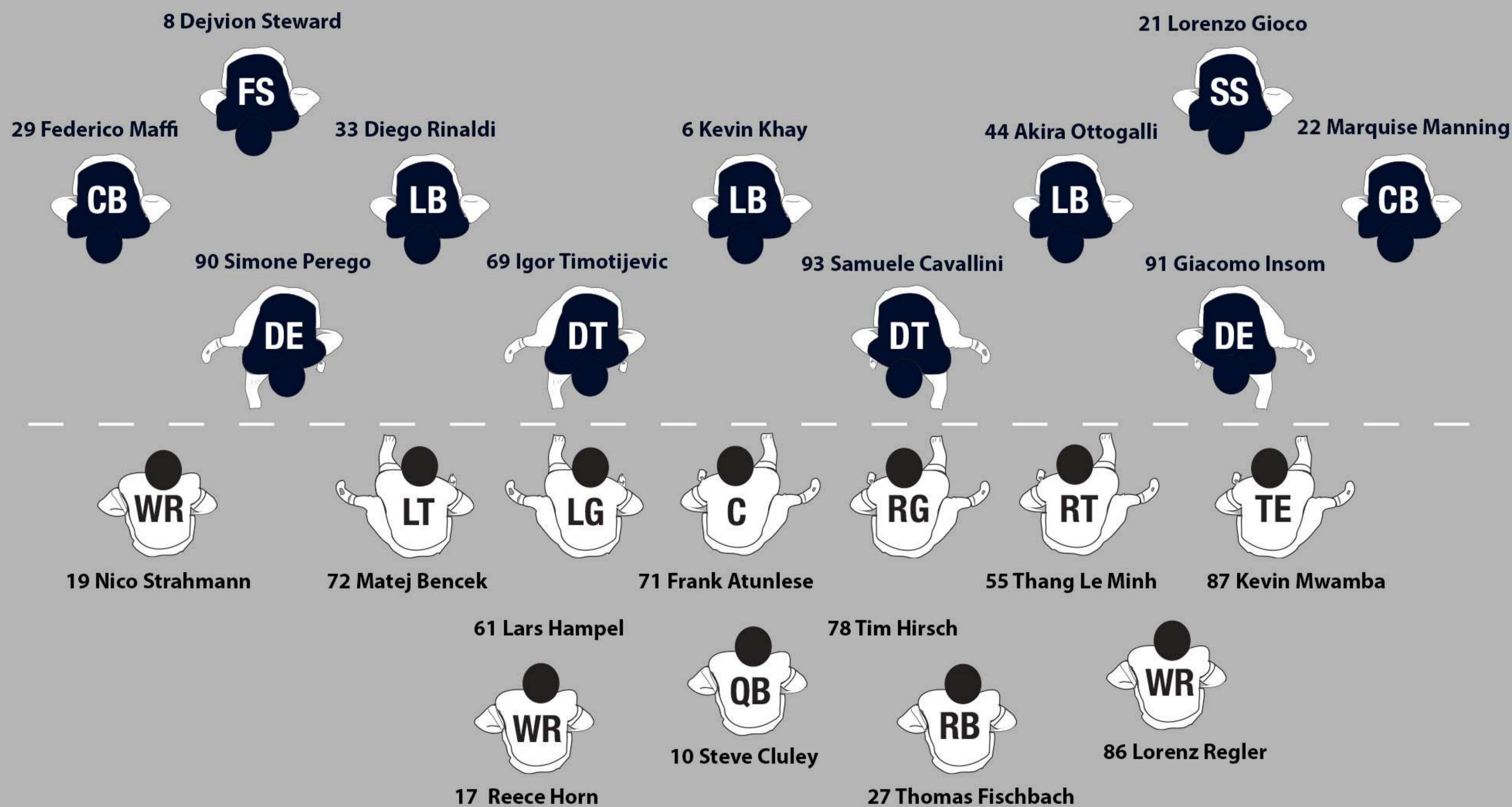


STARTING LINEUP

FRANKFURT GALAXY @ MILANO SEAMEN
July 08, 2023

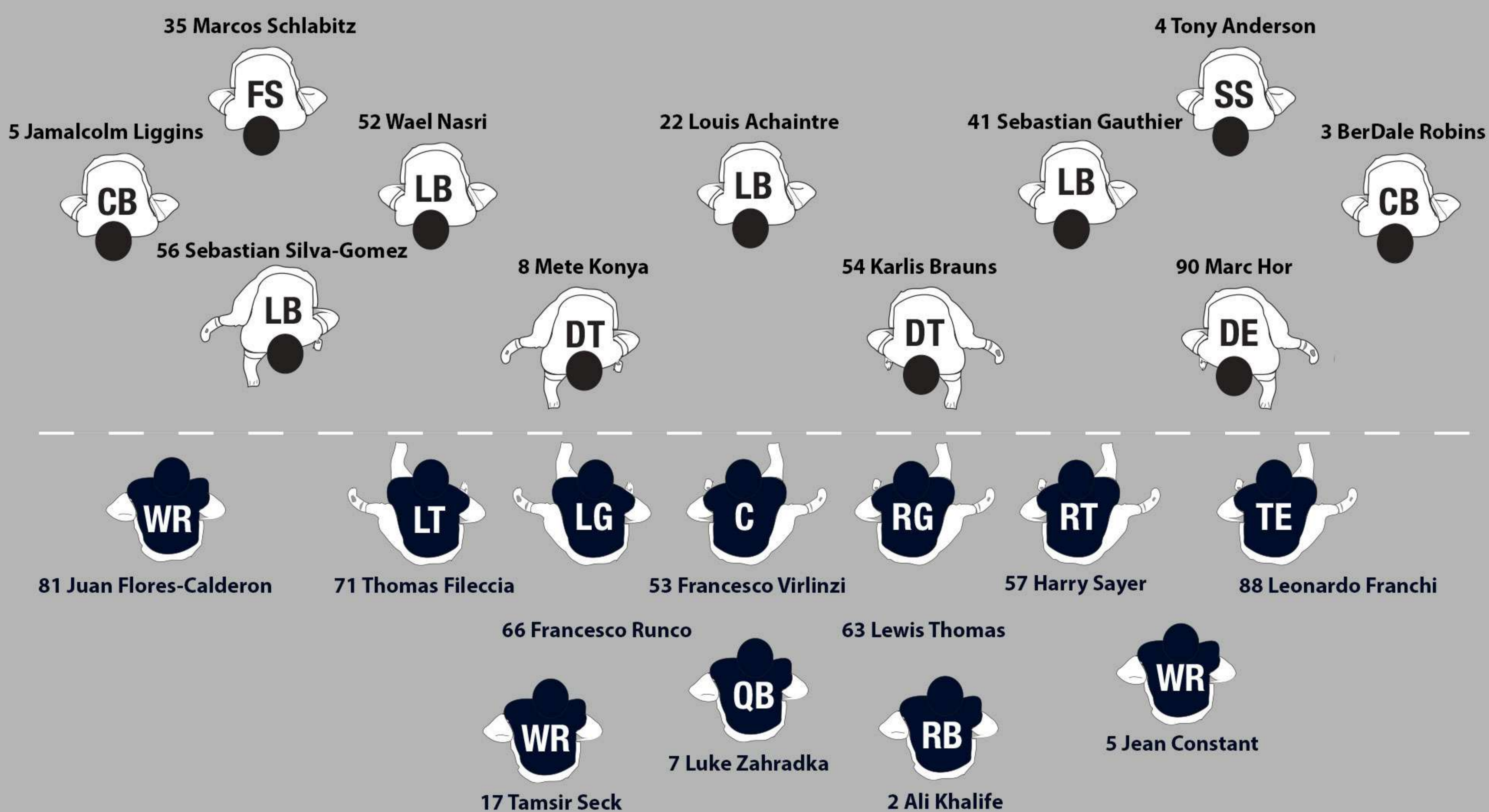


SEAMEN DEFENSE



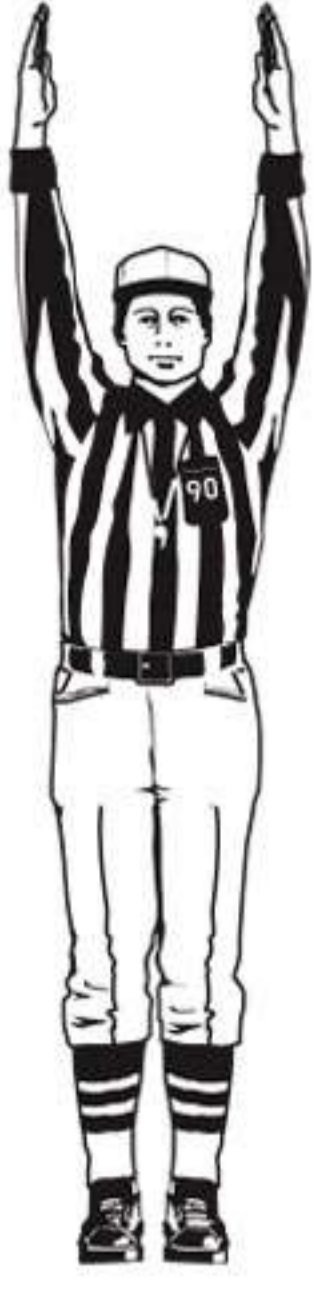
GALAXY OFFENSE

GALAXY DEFENSE

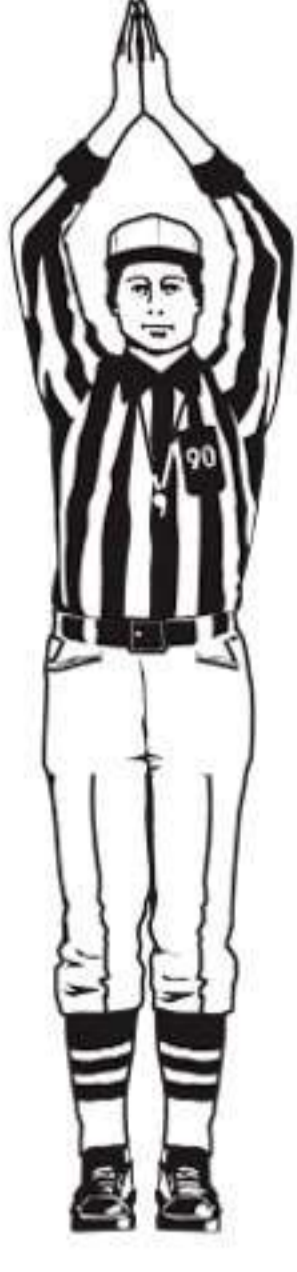


SEAMEN OFFENSE

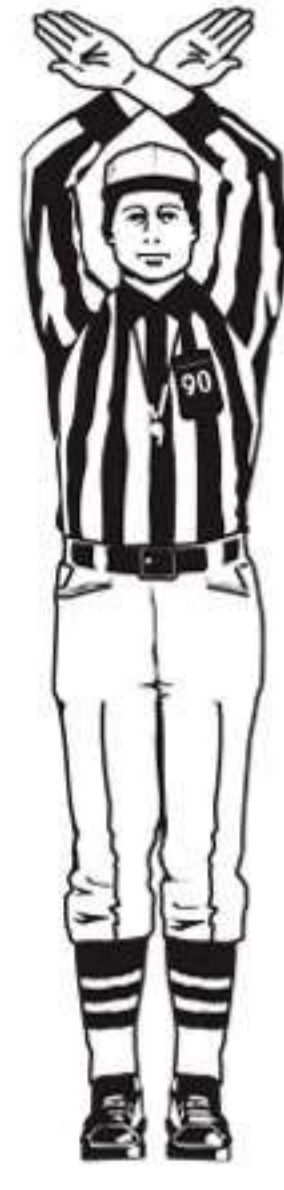
OFFICIAL SIGNALS



Touchdown, Field Goal, or Successful Try



Safety



Time Out



Dead Ball, Neutral Zone Established, or Crowd Noise



First Down



Personal Foul



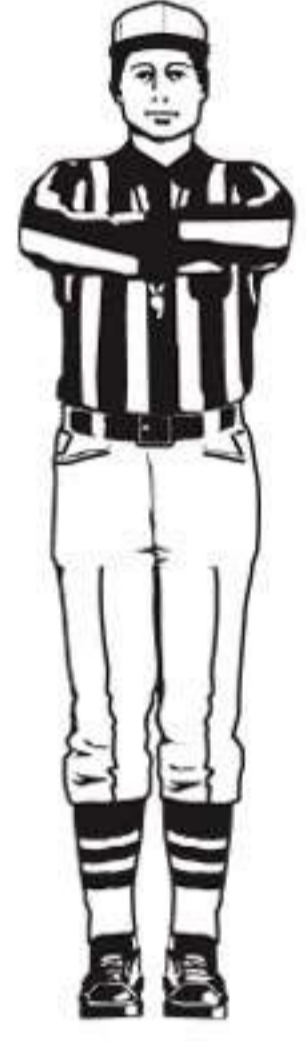
Reset Play Clock-25 Seconds



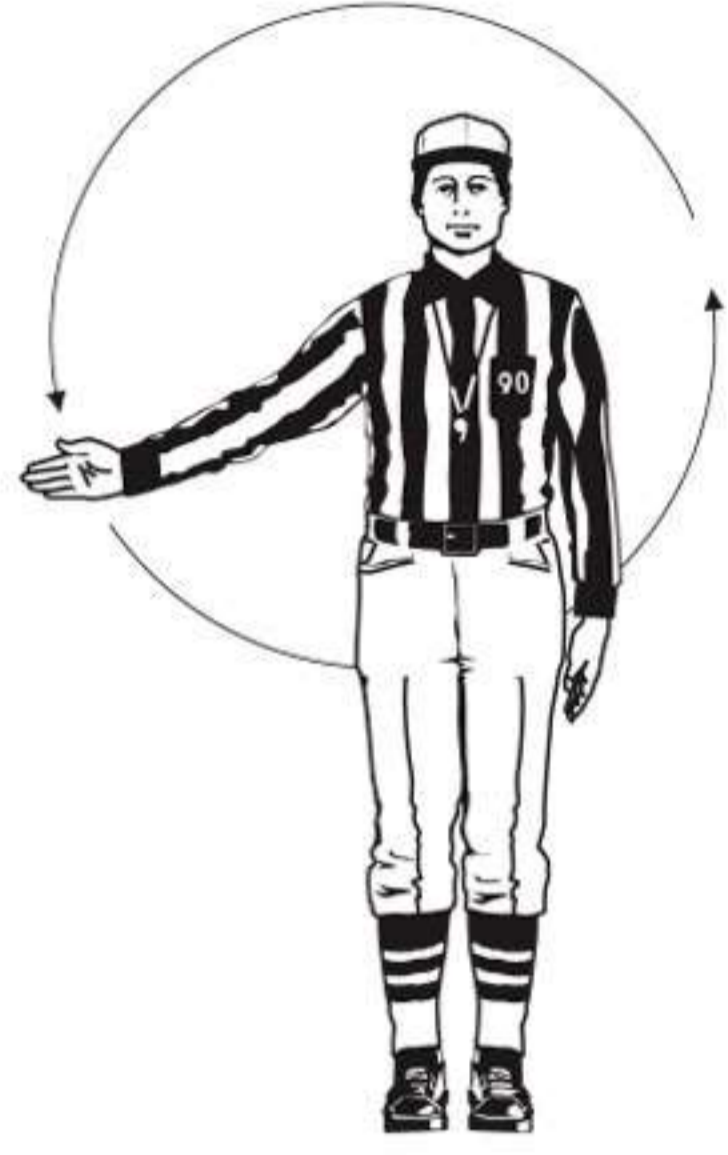
Reset Play Clock-40 Seconds



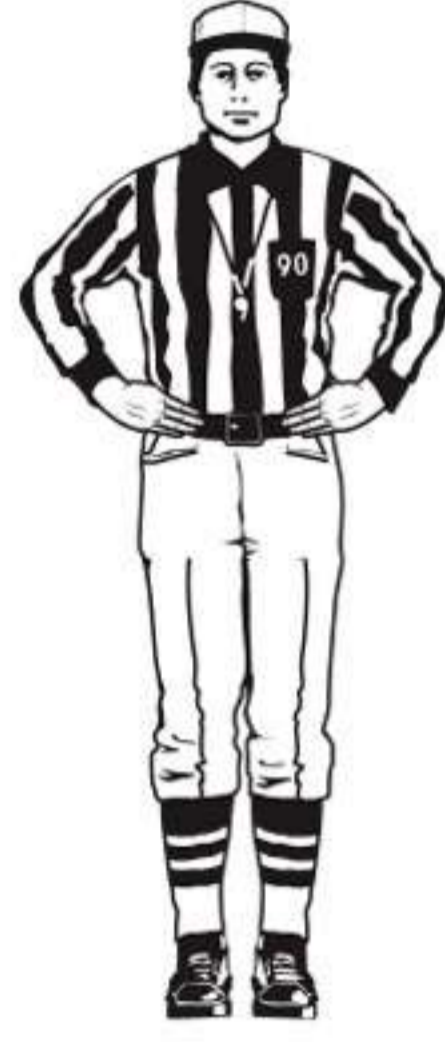
Ball Illegally Touched, Kicked, or Batted



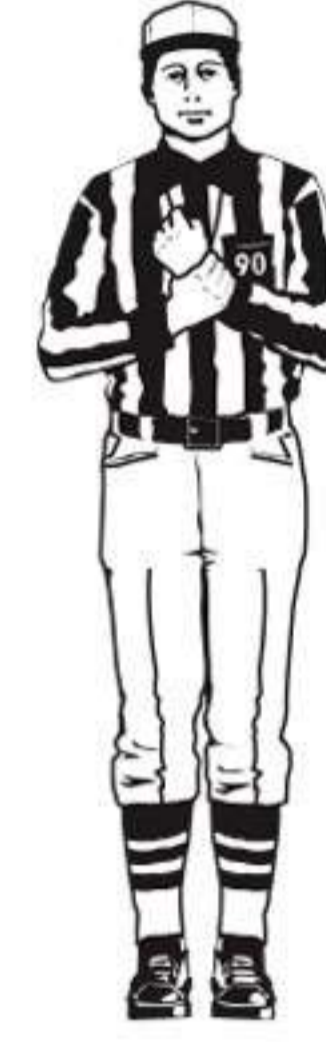
Delay of Game or Excess Time Out



No Time Out or Time In With Whistle



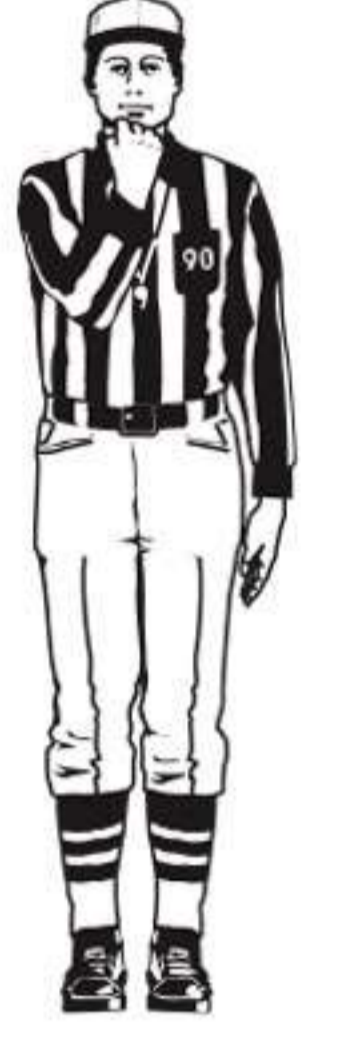
Offside, Encroachment, or Neutral Zone Infraction



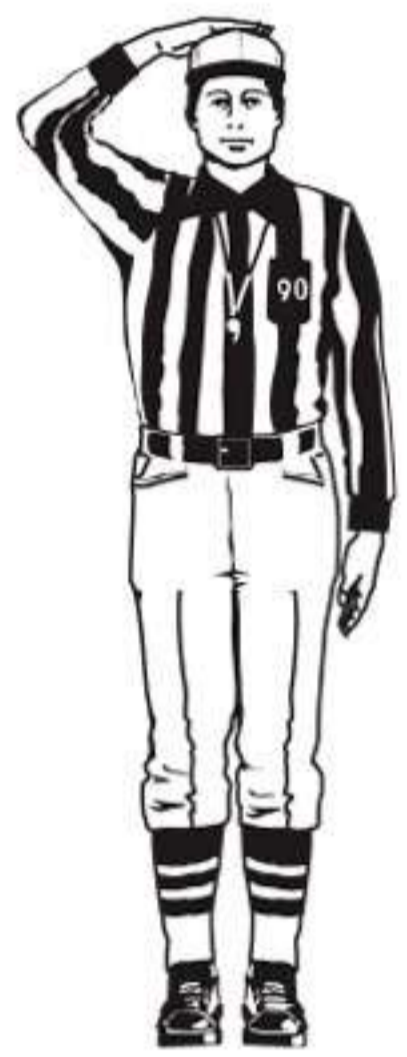
Holding



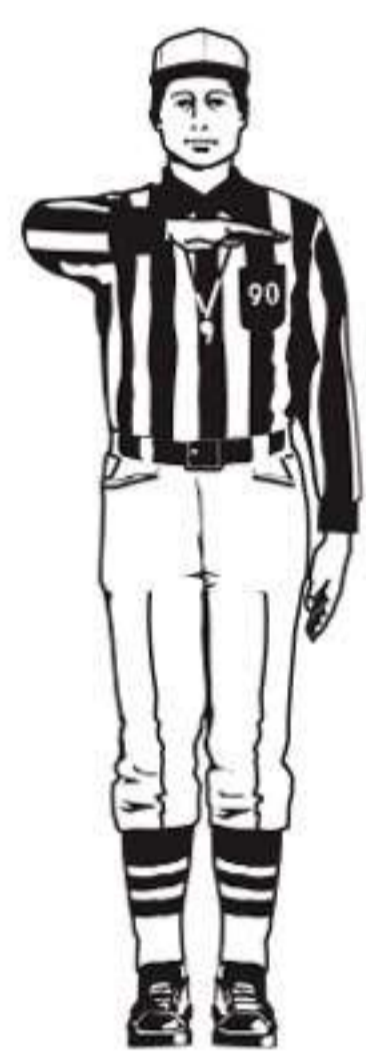
Penalty Refused, Incomplete Pass, Play Over, or Missed Field Goal or Extra Point



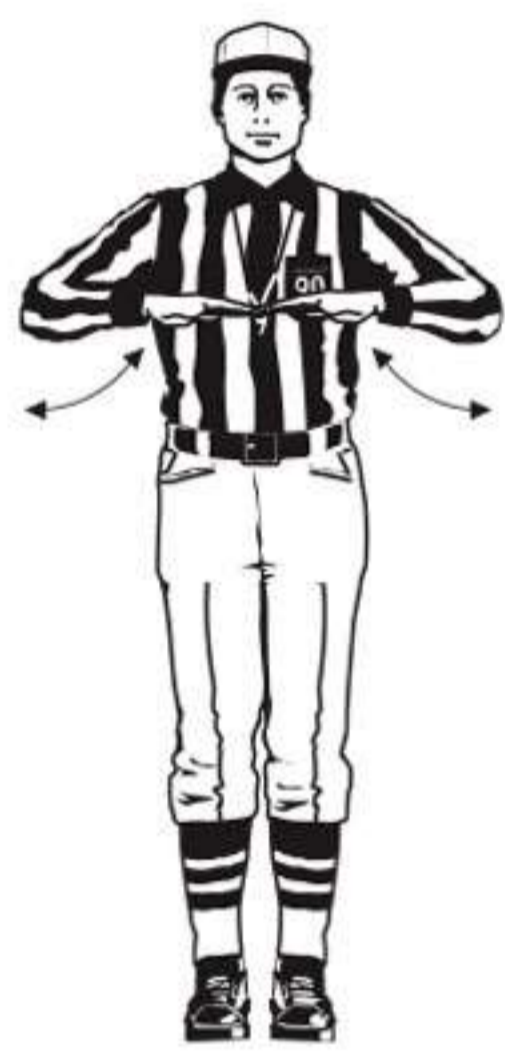
Facemask



Ineligible Receiver or Ineligible Member of Kicking Team Downfield



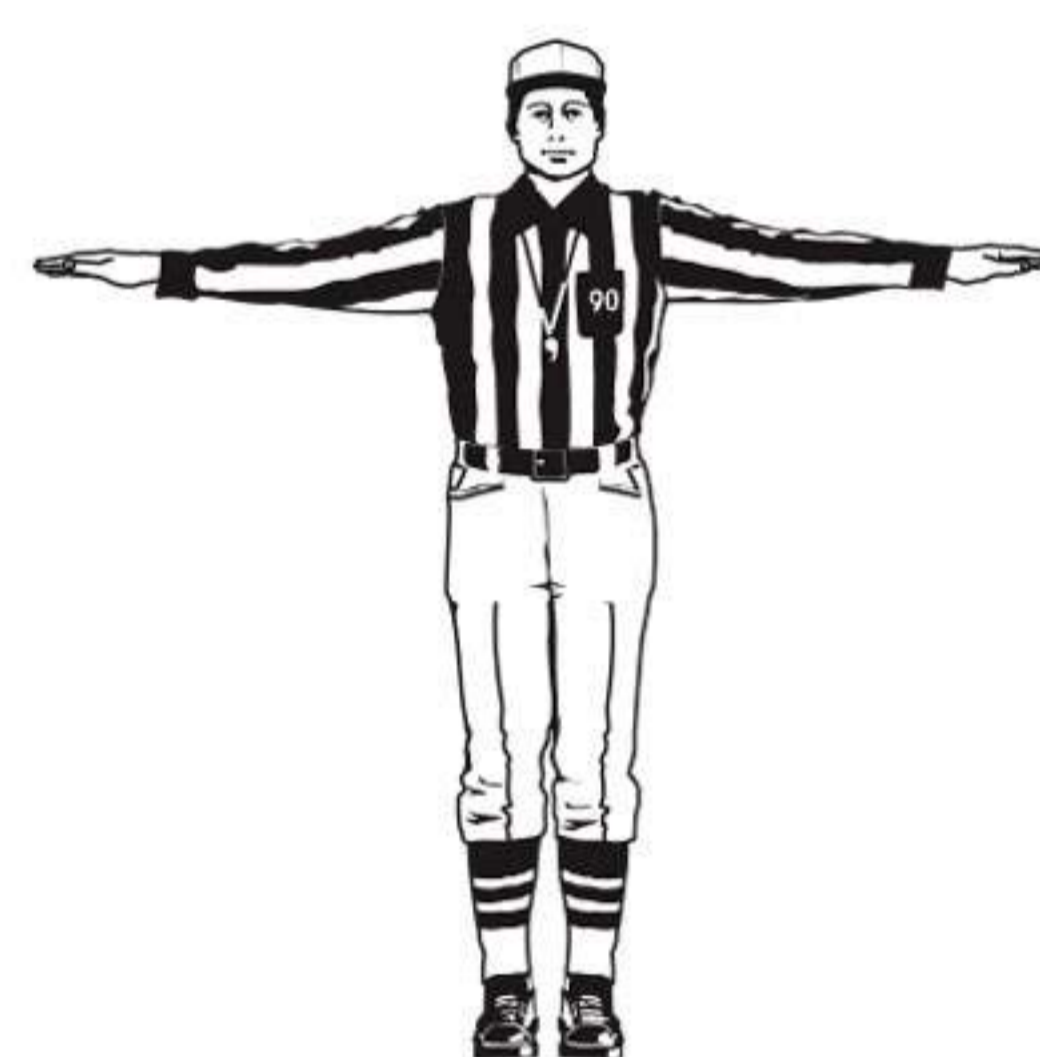
Illegal Motion at Snap



Illegal Shift



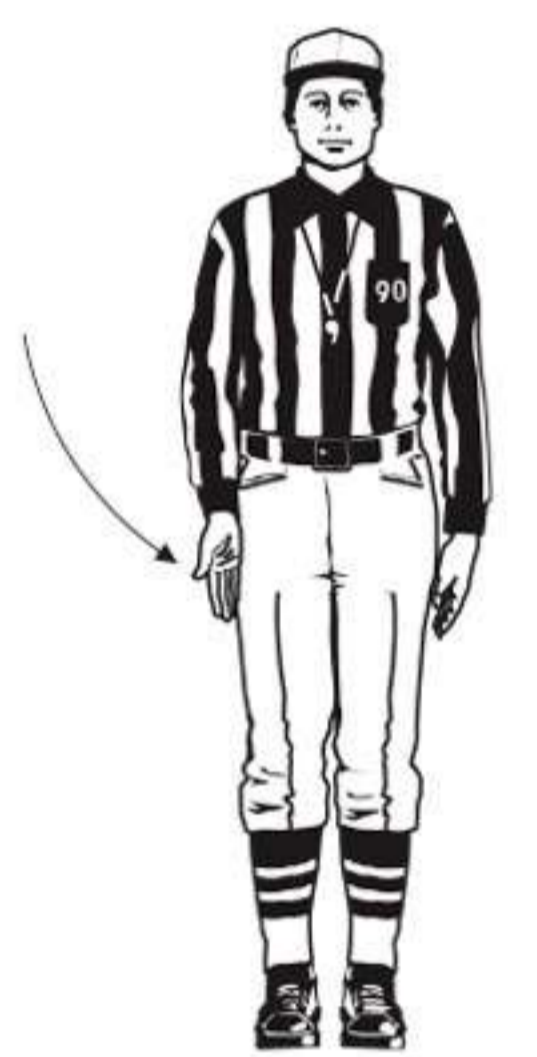
Interlocking Interference, Pushing, or Helping Runner



Unsportsmanlike Conduct



Tripping



Illegal Crackback



Illegal Cut, Illegal Block Below the Waist, Chop Block, or Clipping



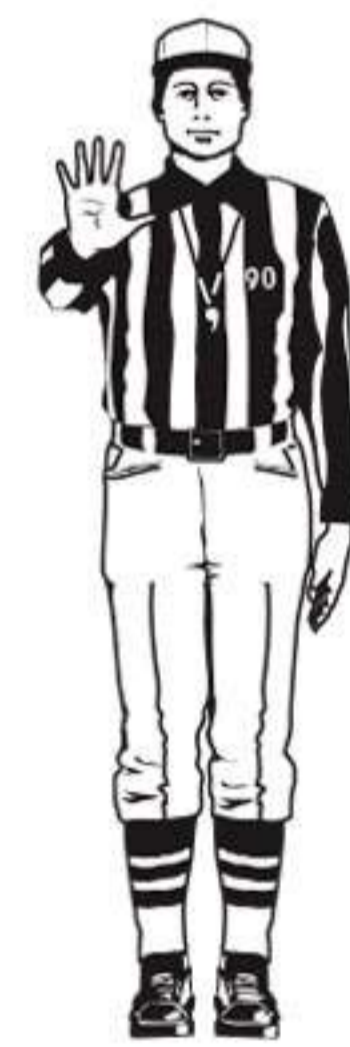
Intentional Grounding of Pass



Touching a Forward Pass or Scrimmage Kick



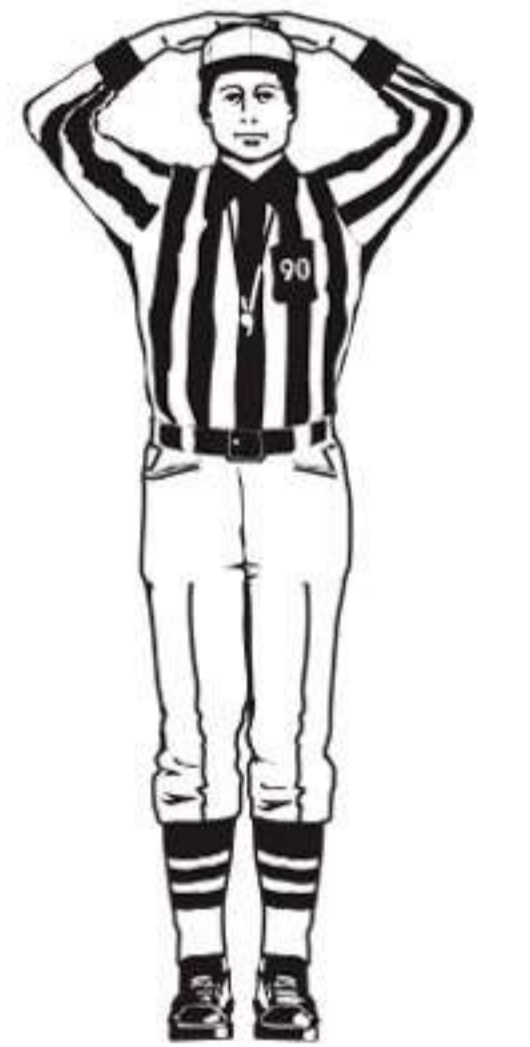
Player Disqualified



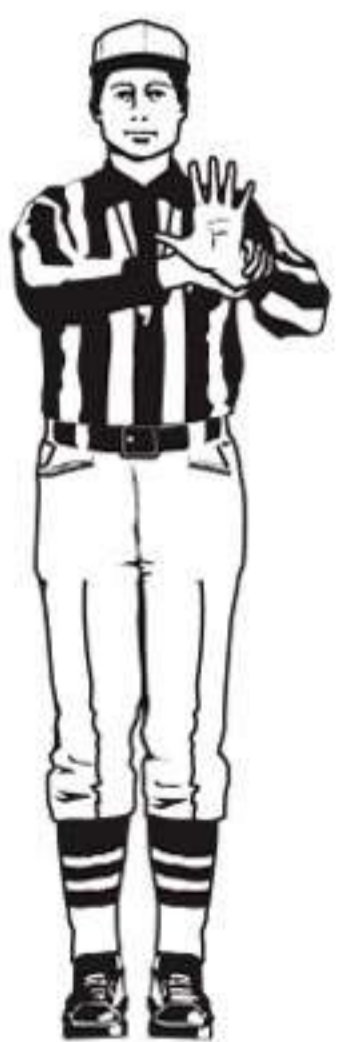
Illegal Contact



False Start, Illegal Formation, or Kickoff, or Safety Kick Out of Bounds



Twelve Men in Offensive Huddle, or Too Many Men on the Field



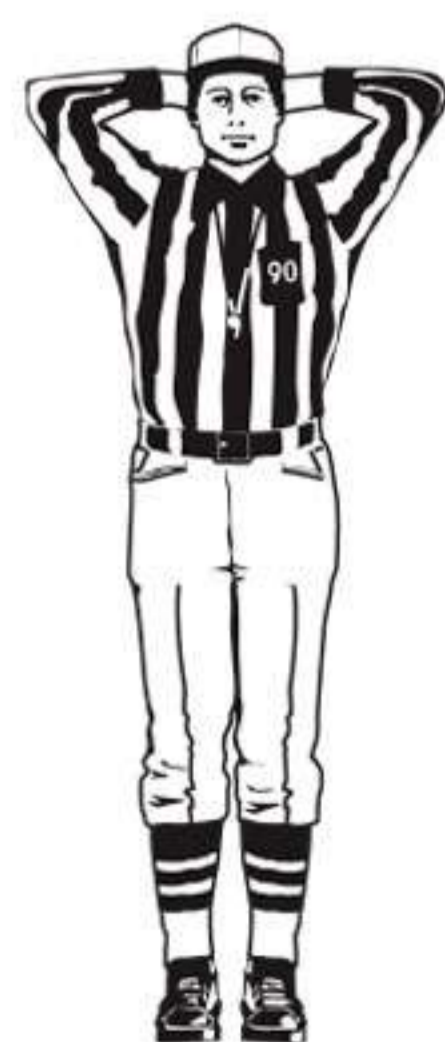
Illegal Use of Hands, Arms, or Body



Pass Juggled, Inbounds and Caught Out of Bounds



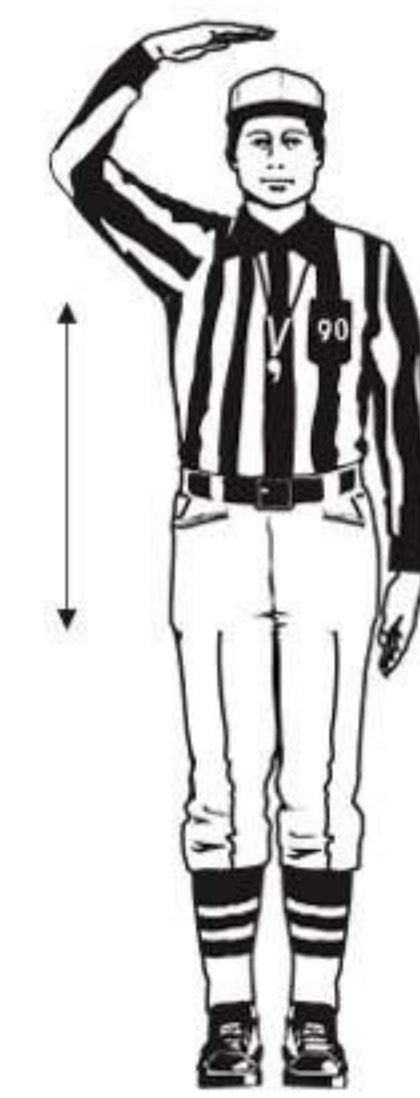
Illegal Forward Pass



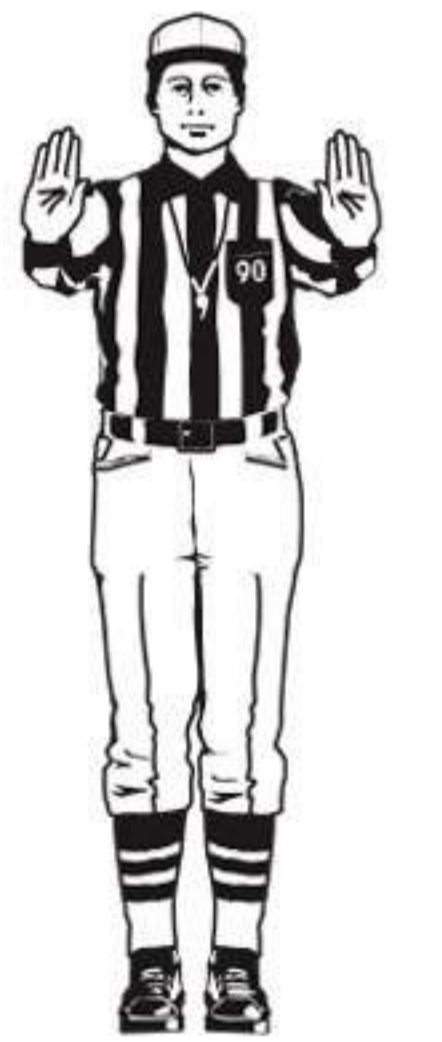
Loss of Down



Invalid Fair Catch Signal



Uncatchable Forward Pass



Interference With Forward Pass or Fair Catch

DON'T MISS A BEAT



LOVE ALL,
SERVE ALL

Hard Rock
CAFE

MILAN

Via Dante, 5 – 20121 Milano



MILANO SEAMEN
MISSION HOODIE

€69.99



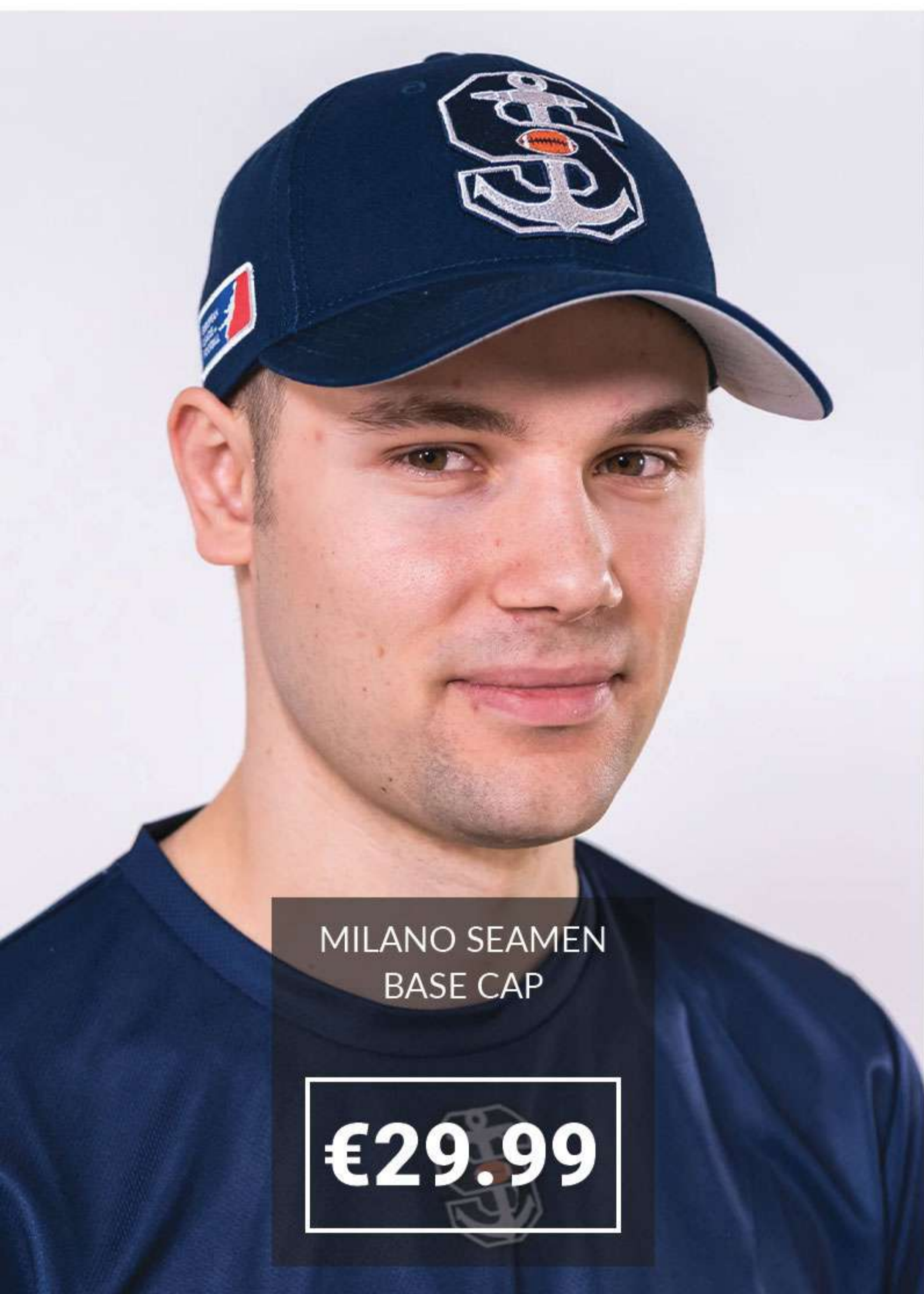
MILANO SEAMEN
TRUCKER

€29.99



MILANO SEAMEN
SNAPBACK

€29.99



MILANO SEAMEN
BASE CAP

€29.99



MILANO
SEAMEN

COLLECTION



SHOP NOW

shop.europeanleague.football



MILANO SEAMEN
ICONIC T-SHIRT

€34.99



MILANO SEAMEN
IDENTITY T-SHIRT

€34.99

Il Vigorelli



Il velodromo Vigorelli fu costruito nel 1935 in seguito alla demolizione dell'antiquato velodromo Sempione (a sua volta costruito all'inizio del secolo) e con lo scopo di ridurre l'uso "ciclistico" del palazzo dello Sport di piazza VI Febbraio, che disponeva di una pista coperta da ciclismo smontabile. L'inaugurazione avvenne il 28 ottobre dello stesso anno, con la sponsorizzazione della Gazzetta dello Sport. Appena tre giorni dopo la sua costruzione, il ciclista Giuseppe Olmo vi stabilì il nuovo record dell'ora. La pista è di 397,7 metri, con una larghezza di 7,50 m. La pendenza massima in curva è di 42 gradi. La pista è ricoperta con 72 chilometri di listarelle di pino di Svezia.

L'idea di costruire un velodromo semicoperto fu di Giuseppe Vigorelli, ex-corridore su pista, industriale, sindaco di Garbagnate e assessore allo sport al Comune di Milano nella giunta Mangiagalli. Il Vigorelli diviene fin dal principio teatro di importanti corse nonché frequentato da moltissimi spettatori appassionati. Scelto come sede di arrivo anche di corse su strada come il Giro d'Italia, il Giro di Lombardia e il trofeo Baracchi, sotto una gradinata trovò la sede l'officina di Fausto Coppi, celebre costruttore dei telai da corsa Masi. Nel 1939 ospitò il campionato mondiale. Il 7 novembre 1942 consegnò alla storia il primato mondiale dell'ora di Fausto Coppi: 45,798 km.

Distruzione durante la seconda guerra mondiale e dopoguerra

La pista fu distrutta durante i bombardamenti con bombe incendiarie della seconda guerra mondiale (1943) e ricostruita nel 1946. All'inaugurazione il velodromo venne intitolato al ciclista meneghino Romolo Buni. Con la ripresa post bellica, negli anni 1951, 1955 e 1962 vi si svolsero nuovamente i campionati mondiali di ciclismo su pista, in un periodo in cui il ciclismo su pista era molto popolare e seguito in Italia. Il 7 settembre 1963 Sandro Mazzinghi si laurea Campione del Mondo di boxe nella categoria dei pesi medi junior battendo l'americano Ralph Dupas nel velodromo.

Nel dopoguerra il velodromo ha ospitato anche eventi non sportivi: il 24 giugno 1965 vi ebbero luogo due concerti dei Beatles e nel 1971 la tristemente nota serata dei Led Zeppelin caratterizzata da scontri tra pubblico e polizia che causarono la fine dello spettacolo dopo solo pochi minuti e la totale distruzione del palco e della strumentazione della band.

Nel 1975 il velodromo venne chiuso, per riaprire solo nel 1984. La nevicata del 1985, oltre al Palasport di San Siro, ebbe fra le sue vittime anche una tettoia del Vigorelli che crollando sul parquet lo danneggiò in modo grave e determinò il declino dell'impianto: nonostante diversi lavori di ristrutturazione che portarono alla ricostruzione della pista, ma non della tettoia, si ebbero tre anni di suo utilizzo ridotto, fino alla chiusura delle attività ciclistiche nel gennaio 1988. Successivamente venne rifatta anche la tettoia e il 10 luglio 1991 venne installato e collaudato un nuovo impianto di illuminazione, ma l'impianto venne riaperto solo nel dicembre del 1997, in seguito all'intervento di sponsor privati, per ospitare un evento singolare, una gara di coppa del mondo di sci di fondo.

Il prato centrale, ora ricoperto di erba sintetica, può ospitare incontri di football americano, calcetto e hockey su prato. Nel settembre del 1998 il velodromo ospitò nuovamente una competizione di ciclismo con una gara a eliminazione tra alcuni noti pistard e stradisti, che rimase però un evento isolato.



DISTANZA AEROPORTI



From AIRPORT to stadium



MILANO
LINATE

32 min.



MILANO
MALPENSA

39 min.



BERGAMO
ORIO AL SERIO

49 min.

TRASPORTO URBANO



Let's go to the stadium



M5

TRAM



1 - 19

BUS



43 - 57 - 69
81 - 90 - 91

TRAIN



R16 - R17
R22 - S4

ticketmaster®



ONE GAME TICKET

HOME

Via Arona



VISITORS

Via Savonarola

VIP PLATINUM GOLD SILVER BRONZE

€ 100

€ 50

€ 40

€ 30

€ 20

HOME GAMES 2023 | VELODROMO VIGORELLI

GALAXY JUL 08
FRANKFURT

SURGE JUL 29
STUTT GART

RAVENS AUG 26
MUNICH

RAIDERS SEP 02
TIROL

Cosa vedere a Milano in un giorno:

Milano, capoluogo della Lombardia, è conosciuta a livello mondiale come la capitale della moda e dello shopping ma, in realtà, è molto di più. A Milano ci sono moltissime cose da visitare, tanto che non vi basterebbe neppure una settimana per vedere tutto! Se, tuttavia, avete deciso di fare una gita in giornata a Milano, vi propongo un itinerario per vedere le principali attrazioni della città. Scoprite insieme a noi cosa vedere a Milano in un giorno, girando a piedi.

Il Duomo e San Babila

Un itinerario di Milano in un giorno non può che iniziare dalla visita del Duomo, su cui svetta la statua di rame dorato della Madonnina, realizzata dallo scultore Giuseppe Perego e riconosciuta all'unanimità come il simbolo della città. La costruzione del Duomo di Milano iniziò nel 1386 per volere di Gian Galeazzo Visconti, ma l'edificio fu completato soltanto cinque secoli dopo! Non è un caso che, quando si vuole parlare di un'impresa estremamente lunga e che non si conclude mai, si usi l'espressione "essere la fabbrica del duomo".

Il Duomo di Milano può essere visitato tutti i giorni dalle 9:00 alle 19:00 al costo di 5 euro (ridotto 2 euro) per il solo accesso alla cattedrale. L'esperienza che, tuttavia, vi consiglio assolutamente di fare è la salita sulle Terrazze del Duomo, per ammirare da vicino le statue e le 135 guglie che abbelliscono l'edificio e per godere di una meravigliosa vista sulla città. La salita alle terrazze del duomo costa 20 euro in ascensore (ridotto 9 euro) e 15 euro a piedi (ridotto 7 euro) ed include anche la visita alla cattedrale e al Museo del Duomo. La visita alle terrazze può essere effettuata tutti i giorni, ad eccezione del lunedì, dalle 10:00 alle 19:00. I biglietti possono essere acquistati online dal sito ufficiale.

Il Duomo di Milano può essere raggiunto in metropolitana con la linea rossa M1 (dalla stazione Cadorna) o con la linea gialla M3 (dalla stazione Milano Centrale). In alternativa, potreste valutare di arrivare con la metropolitana alla fermata di San Babila (linea rossa) e raggiungere il Duomo passeggiando per Corso Vittorio Emanuele, la principale via dello shopping milanese.



Galleria Vittorio Emanuele

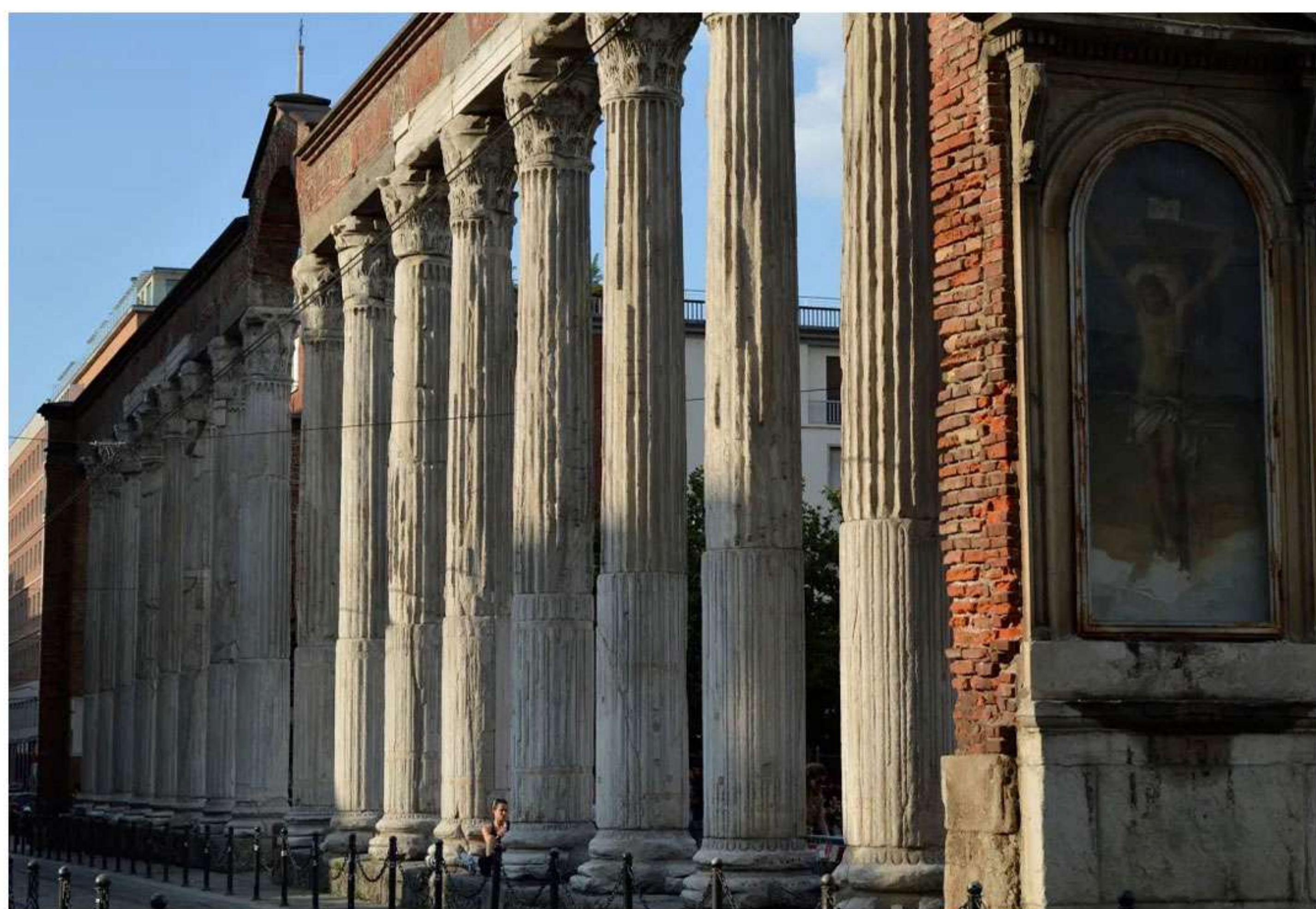
Sul lato sinistro del Duomo di Milano si apre la maestosa Galleria Vittorio Emanuele, il passaggio pedonale coperto che dal 1865 unisce Piazza Duomo a Piazza della Scala. La Galleria ospita i negozi di alcune grandi firme, bar e ristoranti, tra cui quello del noto chef Carlo Cracco e la pasticceria Marchesi.

Oltre ad essere una delle zone più chic di Milano, Galleria Vittorio Emanuele è anche il luogo in cui si può fare il più famoso rito scaramantico di Milano. In un mosaico sulla pavimentazione della parte sinistra della Galleria si trova raffigurato un toro, simbolo di Torino (lo individuerete facilmente perchè di solito si raduna parecchia gente in quel punto).

Tradizione vuole che girare con il tallone destro per tre volte sugli "attributi" del toro sia di buon auspicio. Provarci non costa nulla, sia mai che porti davvero fortuna!

Dopo questo simpatico siparietto, provate ad andare a caccia dei simboli delle altre tre città raffigurate nella Galleria. Si tratta di Firenze con il giglio, Roma con la lupa e Milano con la croce.

Via Torino e le Colonne di San Lorenzo



Percorrendo tutta la Galleria Vittorio Emanuele arriverete in Piazza Scala, che ospita uno dei più famosi teatri al mondo, il Teatro alla Scala. Dalla piazza potete ammirare l'esterno dell'edificio, realizzato a partire dal 1776, su ordine di Maria Teresa d'Austria e su progetto di Giuseppe Piermarini, lo stesso architetto che realizzò anche la Villa Reale di Monza e rinnovò l'Università di Pavia. Dopo aver scattato qualche foto, fate dietrofront e tornate in Piazza Duomo, imboccando via Torino.

Proseguito il vostro giro di Milano in un giorno percorrendo via Torino, un'altra delle vie dello shopping e successivamente Corso di Porta Ticinese.

Qui vi troverete davanti alle Colonne di San Lorenzo, un'antica costruzione di epoca tardo romana, costituita da 16 colonne in marmo alte oltre 7 metri. Di fronte alle colonne di San Lorenzo si trova anche l'omonima chiesa, una delle più antiche della città di Milano. Le Colonne di San Lorenzo sono un tipico luogo di incontro dei milanesi per un aperitivo o una serata in compagnia, ma anche di giorno non potrete che restare stupiti da questa struttura.

I Navigli e la Darsena

Oltrepassate le Colonne di San Lorenzo, vi ritroverete nella zona dei Navigli, un sistema di canali navigabili e molto suggestivi, migliorato da Leonardo da Vinci, su richiesta di Ludovico il Moro, per permettere la navigazione fino al Lago Maggiore.

Se la camminata che vi ho proposto da Piazza Duomo ai Navigli è troppo impegnativa (sono circa 2 km), potete prendere il tram n. 3 che vi porta direttamente dal Duomo a pochi passi dai Navigli.

La prima cosa che incontrerete, dopo aver attraversato Porta Ticinese, è la Darsena, l'antico porto di Milano, recentemente oggetto di un'importante ristrutturazione, che ha avuto ad oggetto anche il suo mercato coperto.

La Darsena oggi è diventata un luogo di incontro per i milanesi, sia di pomeriggio, che di sera.

Dalla Darsena partono il Naviglio Grande e il Naviglio Pavese, dove si trovano numerosi locali per fare un aperitivo e ristoranti per un pranzo o una cena. Dopo il pranzo, potete proseguire il vostro tour di Milano in un giorno dirigendovi verso il Castello Sforzesco, facendo tappa alla Basilica di Sant'Ambrogio.



La Basilica di Sant'Ambrogio

La Basilica di Sant'Ambrogio è una delle più antiche chiese della città di Milano ed è considerata la seconda chiesa in ordine di importanza dopo il Duomo. La Basilica di Sant'Ambrogio può essere raggiunta anche in metro con la linea M2 (verde), fermata Sant'Ambrogio.

Può essere visitata gratuitamente nei seguenti giorni e orari:

- da lunedì a sabato
dalle ore 10:00 alle 12:00 e dalle 14:30 alle 18:00;
- domenica:
dalle ore 15:00 alle 17:00.



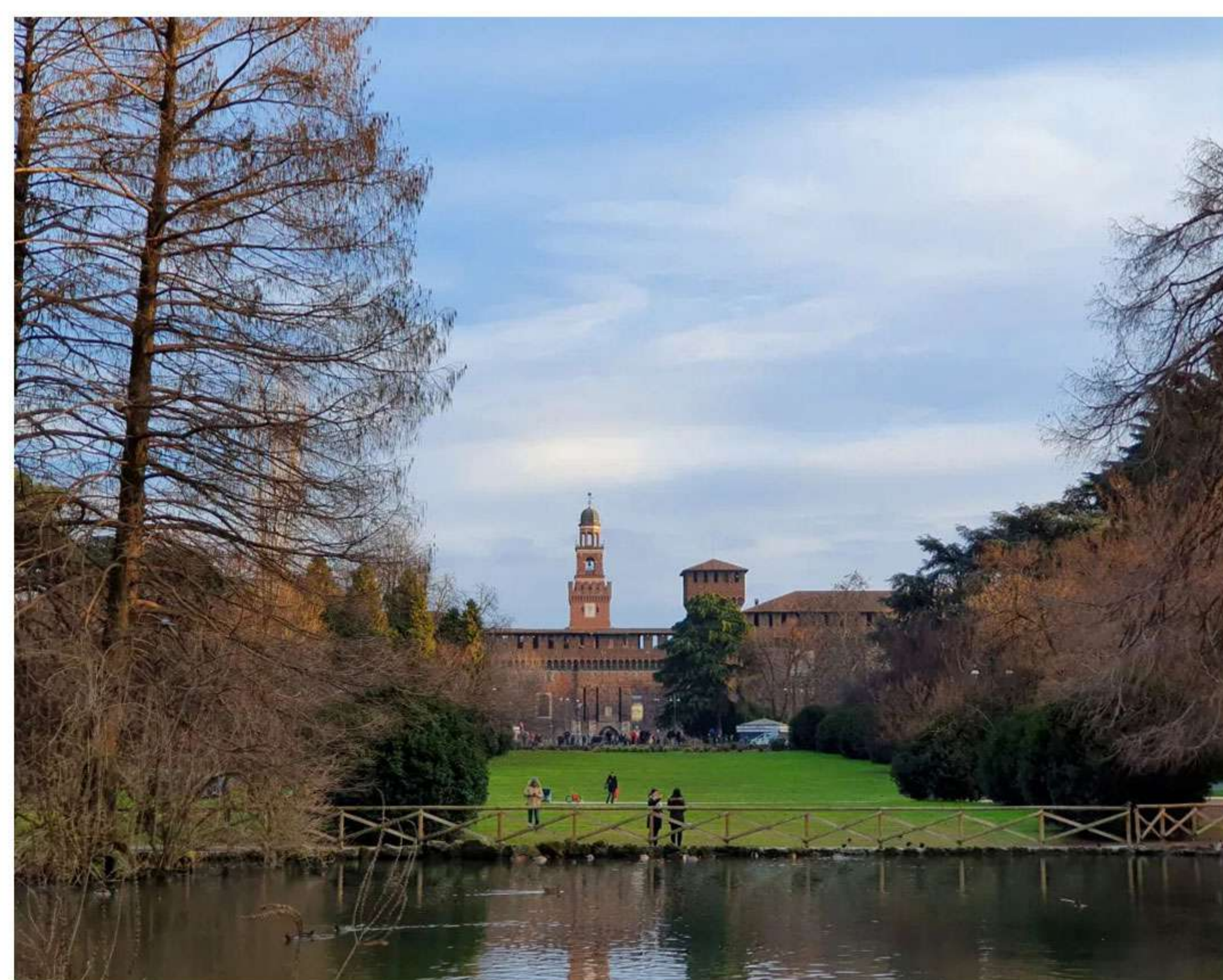
il Castello Sforzesco

A soli 10 minuti a piedi dalla Basilica di Sant'Ambrogio si trova il Castello Sforzesco, una delle principali attrazioni della città, che non può non essere inserita in un itinerario di Milano in un giorno.

Nel castello si incontrano le storie delle due principali famiglie nobili della città, i Visconti e gli Sforza. Il Castello Sforzesco, infatti, fu costruito per volere di Gian Galeazzo Visconti, signore e in seguito duca di Milano, a partire dal 1368. A seguito della sua distruzione, quasi totale, avvenuta già all'inizio del Quattrocento, Francesco Sforza decise di ristrutturarlo. Il castello in seguito divenne la dimora del figlio di questi, Ludovico Sforza detto il Moro, che chiamò a corte personaggi del calibro di Leonardo Da Vinci e Bramante per ristrutturarlo.

La struttura che vediamo oggi, tuttavia, è il risultato dei recenti restauri ad opera di Luca Beltrami, avvenuti tra il 1890 e il 1905. L'assedio francese del 1733, infatti, aveva ridotto il castello in un pessimo stato, distruggendone una parte.

Se avete soltanto un giorno per visitare Milano, potete godervi una passeggiata intorno al castello e nel suo meraviglioso cortile interno. Se avete più giorni per visitare la città, sappiate che il Castello Sforzesco racchiude numerosi musei, uno più bello dell'altro.



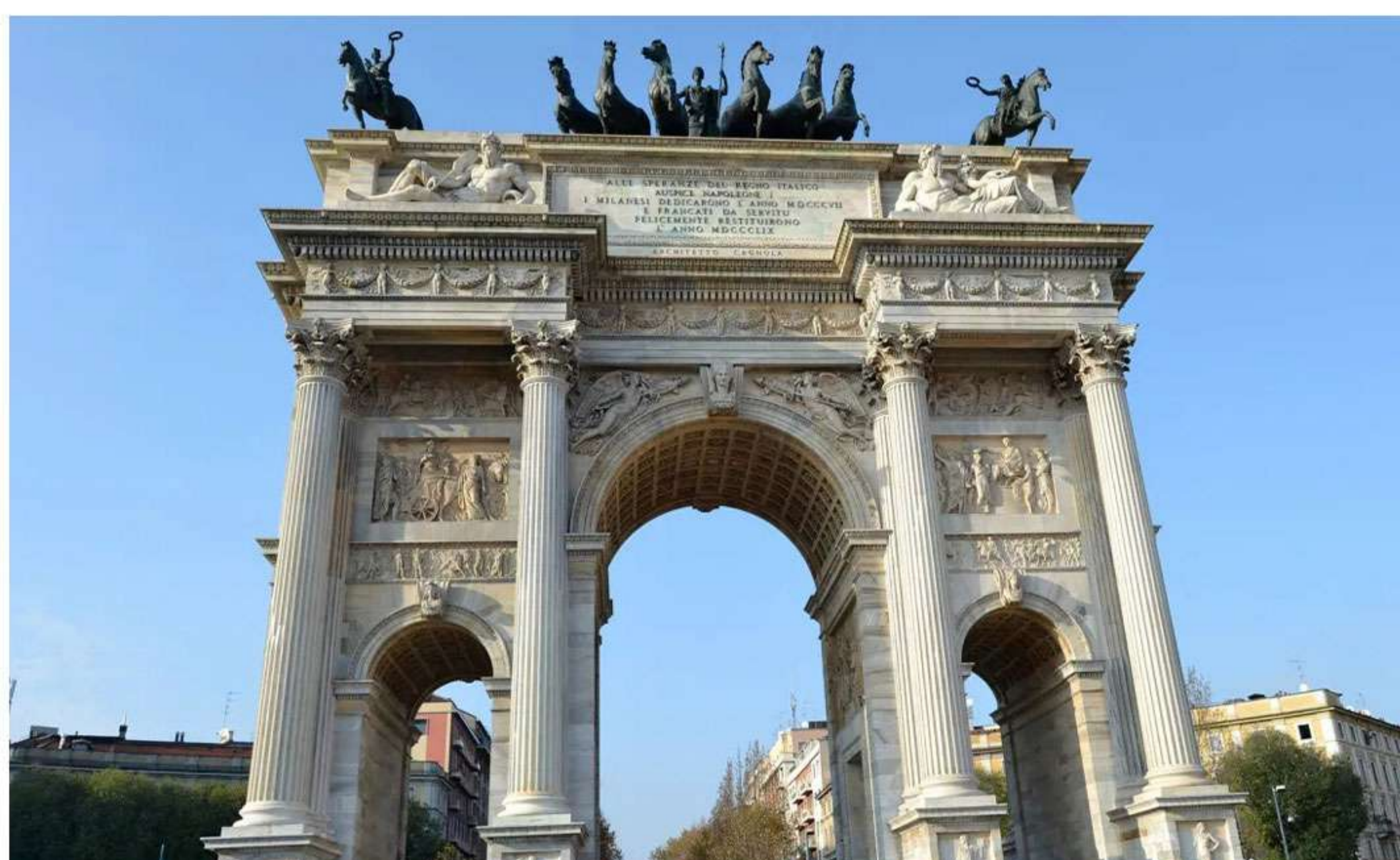
Parco Sempione

L'uscita posteriore del castello dà su Parco Sempione, senza alcun dubbio il parco più bello della città di Milano. Passeggiare per i suoi viali con la vista sul Castello Sforzesco non ha prezzo.

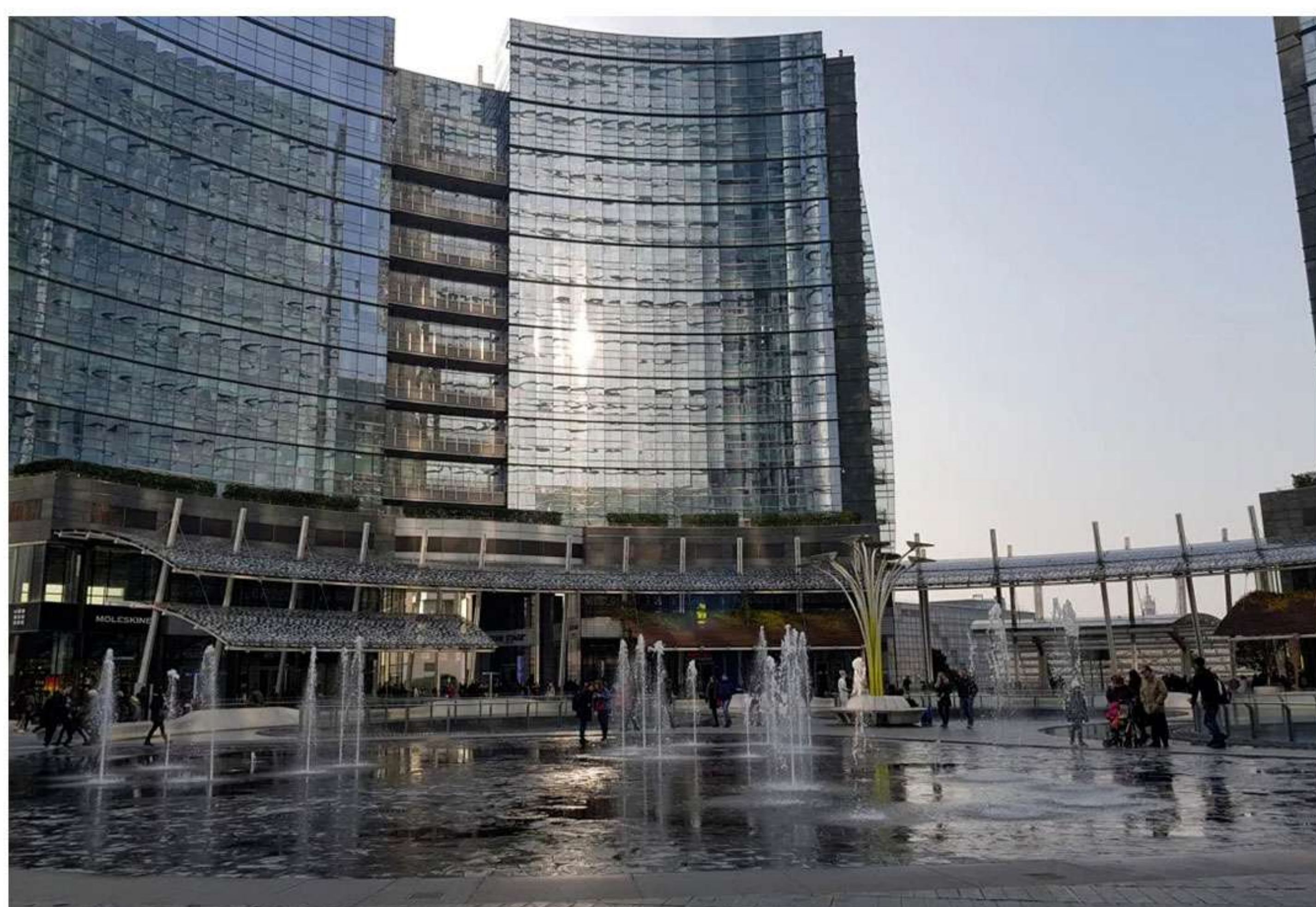
A Parco Sempione non potete non attraversare il Ponte delle Sirenette, un piccolo ponte in stile liberty inaugurato nel 1842, quando il parco ancora non esisteva (fu realizzato nel 1893) e in quella zona passava uno dei navigli. Il suo nome deriva dalle statue con le sirene che lo abbelliscono. Il Ponte delle Sirenette vanta un importante primato; si tratta del primo ponte in ferro realizzato in Italia! Se attraversate il ponticello, non dimenticatevi di esprimere un desiderio; si dice che sia un luogo particolarmente fortunato e il vostro desiderio potrebbe avverarsi!

L'Arco della Pace

Proprio di fronte al Castello Sforzesco, al confine settentrionale del parco, si trova il maestoso Arco della Pace, realizzato in stile neoclassico. L'Arco, la cui costruzione iniziò nel 1807, doveva, negli intenti, celebrare le vittorie dell'esercito napoleonico. Dopo la caduta di Napoleone, avvenuta nel 1814, gli austriaci ripresero in mano il progetto e decisero di dedicare l'arco trionfale alla pace raggiunta tra le nazioni europee nel 1815 con il Congresso di Vienna.



Piazza Gae Aulenti



A questo punto, incamminatevi verso l'ultima tappa della giornata, Piazza Gae Aulenti, passando per Corso Garibaldi e Corso Como. Piazza Gae Aulenti, inaugurata l'8 dicembre 2012, è una delle zone più moderne di Milano ed è parte della riqualificazione che sta interessando la zona di Garibaldi ed Isola. Al centro della piazza si trova una fontana particolarissima a livello strada e, tutt'intorno, numerosi edifici, tra i quali spicca la Unicredit Tower che, con i suoi 231 metri di altezza, si aggiudica il titolo di grattacielo più alto d'Italia. A pochi metri da Piazza Gae Aulenti si trova il famoso Bosco Verticale, uno degli edifici più particolari della città.

Cosa fare di sera a Milano

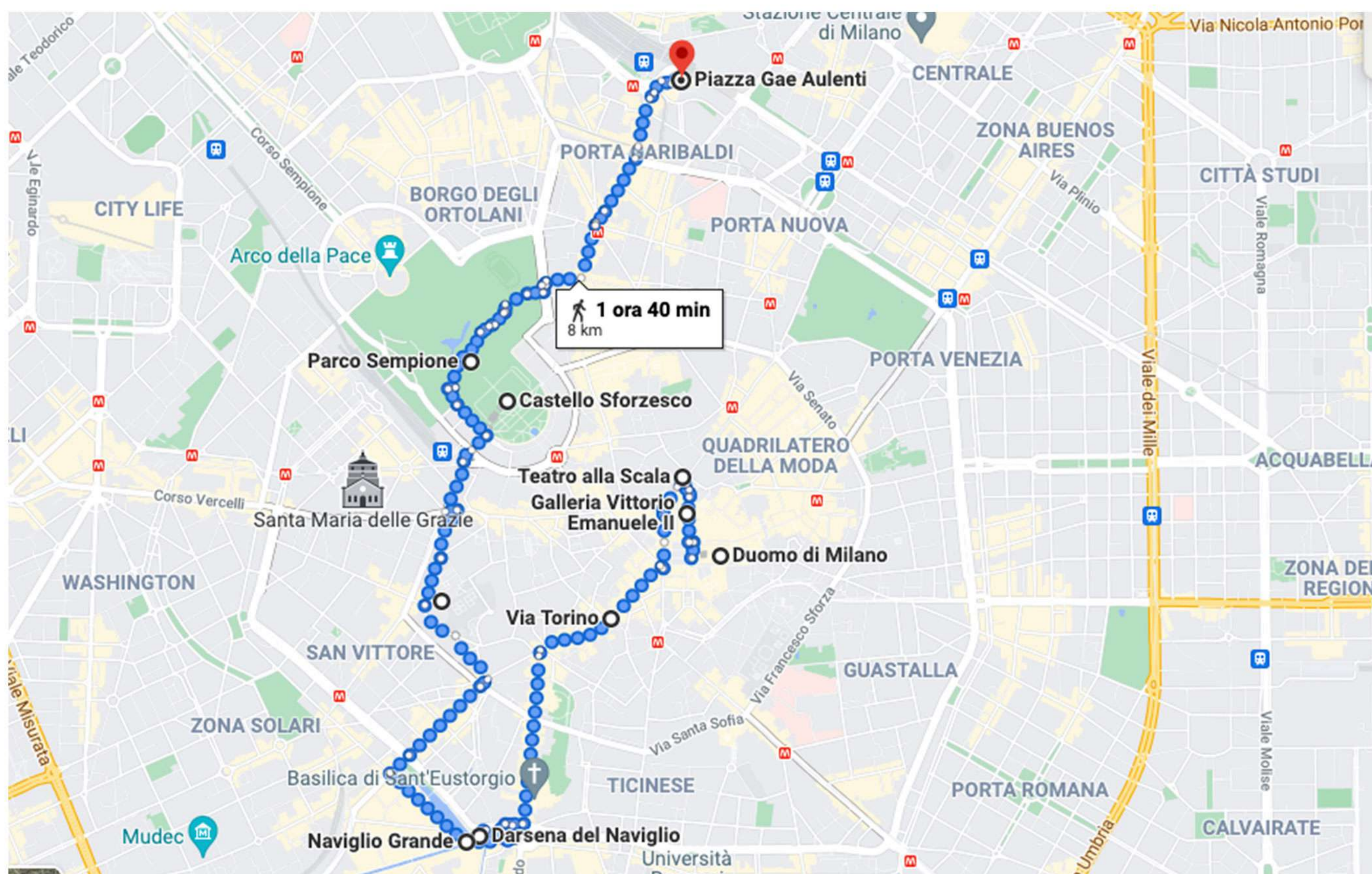
A pochi metri da Piazza Gae Aulenti si trova la stazione ferroviaria Milano Porta Garibaldi, collegata tramite la metropolitana linea verde M2 alle stazioni di Milano Centrale e Milano Cadorna. Le stazioni di Milano sono collegate con le principali città italiane ed europee, oltre che con l'aeroporto di Malpensa, permettendovi di tornare comodamente a casa dopo la vostra giornata a Milano.

Se, invece, avete intenzione di trascorrere anche la serata a Milano avete diverse opzioni:

Navigli: un'ottima idea può essere quella di tornare sui navigli per godervi un aperitivo al tramonto

Brera: si tratta di uno dei quartieri più eleganti della città, pieno di locali e ristoranti perfetti per una serata romantica

Garibaldi e Corso Como: Corso Como è la zona delle discoteche, ideale per chi cerca la vita notturna.





GAMEDAY

VELODROMO VIGORELLI

08.07.2023

ORE 19:00



FRANKFURT
GALAXY

AT

MILANO
SEAMEN