

La Lega Nuoto di Ferrara, per soddisfare le richieste da parte dei propri tesserati, organizza un corso di avviamento al Nuoto Sincronizzato. L'attività si terrà presso la piscina di Via Beethoven a Ferrara il Martedì e il Venerdì dalle ore 17:00 alle ore 17:50 e potranno iscriversi tutte le bambine dagli 8 anni in poi. Non sono richieste particolari doti natatorie.

il corso sarà tenuto da personale tecnico con una specifica preparazione.



Il nuoto sincronizzato è una delle discipline olimpiche più apprezzate per la sua spettacolarità.

Questo sport riprende i movimenti che caratterizzano il nuoto (bracciate, apnee, propulsioni) combinandoli in coreografie d'alto livello tecnico e artistico, eseguite con

eleganza e grande espressività a tempo di musica.

Il nuoto sincronizzato è uno sport sia individuale (figure obbligatorie ed esercizio di solo) , sia di squadra (esercizio di doppio, trio e squadra) che, nel contempo, incentiva lo sviluppo psicofisico e facilita l'armonia del corpo,

l'organizzazione autonoma; la responsabilità, il gusto estetico, il senso di solidarietà e l'appartenenza ad un gruppo; elementi che all'unisono si uniscono nel balletto, dove spettacolo, estetica,

armonia, piacevolezza, ed eleganza, raggiungono l'apice, in sincronia con la musica.