LA SOCIETÀ

di **Nicolò Valli**

Alcune foto di atleti e atlete dell'Atletica Reggio, che al suo interno vanta tantissimi atleti e diversi allenatori appassionati; i centri di allenamento si dividono tra città e provincia

L'**Atletica Reggio** è pronta per un 2026 di conferme

L'associazione si prepara per il ritorno di "La 21 di Reggio"

Il club presieduto da Paolo Codeluppi vanta 1300 iscritti di diverse specialità continuando a fare incetta di medaglie

Un legame indissolubile con la città, che si rafforza stagione dopo stagione.

Nel settore dell'atletica, ma non solo, l'Atletica Reggio è un'eccellenza, con medaglie e titoli ottenuti ogni fine settimana e non solo nel panorama provinciale. Sia in estate che in inverno, la società che conta circa 1300 atleti è attiva tra gare agonistiche e aspetto sociale.

Divertirsi è alla base dello sport e anche l'Atletica Reggio, fedele ai valori di Uisp a cui è affiliata, consente a tantissimi ragazzi e ragazze di provare in sicurezza, lasciando che siano gli allenatori formati, col passare del tempo, a indirizzare i giovani alla specialità a loro più congeniale. L'associazione reggiana, come detto, partecipa a tantissime competizioni ma ce ne sono alcune che organizza direttamente e che richiamano tantissima gente. Tra queste, l'ormai celebre "21 di Reggio Emilia", una mezza maratona che ogni anno vede arrivare all'ombra della Ghiara talenti di questo sport.

La 21 di Reggio

Si riparte dagli oltre 5mila partecipanti, tra gare competitive e non, che nel 2025 hanno preso parte al week end de "La 21 di Reggio Emilia", nata come competizione singola e diventata negli ultimi anni una due giorni vera e propria, dedicata a runner competitivi e non, giovani e meno giovani, bimbi e genitori, con quartier generale in Piazza della Vittoria, nel pieno centro storico di Reggio Emilia.

L'edizione 2026 andrà in scena sabato 14 e domenica 15 marzo, ovvero una settimana in anticipo rispetto a quanto inizialmente preventivato, per cause di forza maggiore e problemi di ordine pubblico legate alla concomitanza col referendum del 22-23 marzo.

> L'edizione 2026 de la 21 di Reggio sarà sabato 14 e domenica 15 marzo, una settimana in anticipo rispetto a quanto preventivato
> Oltre alla mezza maratona ci saranno altre manifestazioni parallele

Nessun problema per la macchina organizzativa Atletica Reggio, che non si è scomposta e ha fatto fronte all'imprevisto anticipo. Scendendo nel dettaglio della due giorni 2026, sono diversi gli appuntamenti da annotare in agenda per quel fine settimana.

Per Sabato 14 marzo sono fissati la Corri con me e Vaneton Sprint. Il giorno seguente, invece, ecco l'attesissima La 21 di Reggio Emilia (mezza maratona internazionale), oltre a " La 10 di Reggio Emilia", 5-10 km per tutti, Vaneton Sprint. Versioni più ridotte ma alla portata degli appassionati meno allenati.

La Corri con me, ex Corsa dei Papà, è il piatto forte sul versante non competitivo, grazie anche al coinvolgimento delle scuole: si tratta di una corsa di 2,5 km all'interno dei giardini pubblici, con coppie di partecipanti formate da un adulto e un bimbo. Il Vaneton Sprint è una sfida a se stessi: 50 metri su una pista di tartan, cronometrata, aperta dai 5 anni in su.

La 21 di Reggio Emilia ha bisogno di ben poche presentazioni, si tratta di una mezza maratona internazionale omologata Fidal e inserita nel World Athletics Global Calendar, valida per il World Athletics Ranking, che richiamerà a Reggio Emilia diversi top runner a caccia di una prestazione cronometrica.

Discorso simile per la 10 di Reggio Emilia, 10 km competitiva internazionale omologata Fidal e inserita nel World Athletics Global Calendar, valida per il World Athletics Ranking.

Per i non competitivi sono poi previsti due tracciati, di 5 e 10 chilometri, il primo e più corto anche per semplici camminatori… della domenica. Info, iscrizioni e programma dettagliato sul sito internet ufficiale: https://www.la21.it/

La sociale

Sala gremita al Circolo Pigal per la festa sociale di Atletica Reggio: più di 200, tra atleti, genitori, dirigenti, allenatori e volontari sono stati salutati dal presidente Paolo Codeluppi, che ha ringraziato tutte le componenti della società e ha fatto il punto della situazione sulle attività, lanciando un appello in vista de "La 21 di Reggio Emilia ". L'appello è rivolto ai volontari che occorrono per completare l'imponente macchina organizzativa; sul sito internet de "La 21 " è stato approntato apposito modulo di adesione per aiutare i dirigenti della società reggiana (https://www.la21.it/volontari/).

A seguire i riconoscimenti agli atleti che si sono maggiormente distinti nella scorsa stagione sportiva; a premiare Yassin Bouih, partito dall'Atletica Reggio… per arrivare alle Olimpiadi (nello specifico, quelle di Parigi nel 2024), e Nicolò Cornali, che nel 2025 ha portato in casa Atletica Reggio il titolo italiano Promesse 10mila su pista. Speaker della serata Silvia Riccò, che sarà anche voce della due giorni de "La 21 di Reggio Emilia".

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Il corridore ostacoli Thomas Algeri

Yassin Bouih, cresciuto nell'Atletica Reggio A destra, due giovani atlete

Saltare gli ostacoli

Il club ha pubblicato un libro per gestire le sfide di sport e vita

> "Anime in movimento" prevede una parte per adulti ma anche una storia per i bambini

Il presidente dell'Atletica Reggio Paolo Codeluppi; sotto Giuseppe Sacco, campione provinciale Allievi di Cross Country

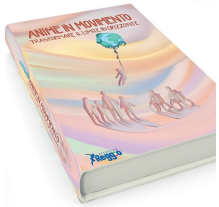
"Anime in movimento" è un progetto editoriale di Atletica Reggio. Un libro realizzato dal club e che nasce da una comunione di intenti fra l'associazione diretta dal presidente Codeluppi, semplici cittadini e realtà produttive nel cui dna esiste l'ascolto, la comprensione e una visione che va oltre il naturale profitto che un'azienda ricerca. Si tratta di un libro, due per la verità, una versione per adulti e una per bambini.

Un libro formativo e d'ispirazione che accompagna il lettore in un viaggio di crescita personale e professionale. Un percorso che unisce psicologia, coaching, sport e vita reale, per aiutare chi legge a ritrovare equilibrio e motivazione.

La struttura del libro per adulti si articola in tre parti: la prima parte prevede la narrazione delle storie, che raccontano la dimensione più umana e intima di questi atleti, con le loro paure, le cadute e la potenza della rinascita. C'è poi una seconda parte, un'analisi psicologica, affidata a un team di psicologi dello sport e mental coach che affrontan in modo chiaro e sensibile gli accadimenti che molti considerano "traggedie", offrendo una chiave di lettura scientifica ma profondamente empatica e la successiva trasformazione da essere umano ad atleta. Un manuale utile quindi per aziende e contesti formativi che desiderano lavorare su valori come la resilienza, l'empatia, la leadership consapevole, il team working.

La versione per bambini sarà una fiaba moderna e luminosa in cui gli atleti paralimpici diventano supereroi catapultati sulla Terra per insegnare al mondo "a stare al mondo".

Attraverso storie illustrate e avventure piene di simboli positivi, i bambini scopriranno che le differenze non sono barriere, ma possibilità. Per loro la "diversità" non è una condizione: è una semplice sfumatura, il colore degli occhi, il modo di ridere, il sogno che si porta nel cuore. Una meravigliosa storia creata da Manuela Chiaffi e magnificamente illustrata da Matilde Sabbagh. L'obiettivo di questo progetto non è commuovere, ma risvegliare consapevolezza. Ricordare che la vita, anche quando cambia forma, resta un dono.



Il libro "Anime in Movimento" realizzato grazie alla società Atletica Reggio

È un invito a guardare con occhi nuovi: acompprendere la vita, in ogni sua trasformazione, continua a offrirci occasioni di crescita; a riconoscere che tutto ciò che definiamo "disgrazia" può essere visto come un accadimento trasformativo, se vissuto con consapevolezza e amore. Accettare non significa piegarsi, ma scegliere di combattere.

Sia che siate aziende o semplici cittadini, aderire a Anime in Movimento significa fare del bene comunicandolo con le leve giuste: un gesto che unisce etica e reputazione, profitto e umanità, visione e responsabilità. L'Atletica Reggio ha messo a disposizione un Qr code e un numero di telefono (348 9119010) per avere ulteriori informazioni.

Oggi più che mai, il mondo ha bisogno di aziende e persone che non restino ferme, che scelga-no di muoversi — insieme — innaffiando il campo in cui cresceranno i nostri figli affinché sviluppino la capacità di guardare la vita con occhi nuovi poiché sono le azioni che fanno le persone. Il progetto è stato fortemente voluto dall'azienda Csf Inox Group e sostenuto da tutti i partner di Atletica Reggio.

"Skill Mind Sport, a cui è affidata la parte del libro incentrata sul superamento del "trauma", è il settore di Psicologia dello Sport della Cooperativa Sociale Progetto Crescere, specializzata in servizi educativi e sanitari per bambini, adulti e famiglie.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Le premiazioni di diversi atleti del club al circolo sociale Pigal insieme a Yassin Bouih, che ha partecipato alle Olimpiadi di Parigi 2024