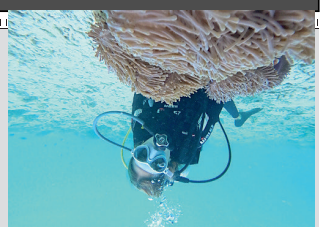
F.A

La società della settimana
Scuba & Sail Adventures e il sogno della subacquea

Simonelli a pag.

Il progetto
È in partenza l'iniziativa della società per i ragazzi dai 14 ai 19 anni

Mandurino a pag.



Le tre proposte sono l'avviamento alla ritmica, la ritmica baby e la ritmica kids

Nuove Farfalle crescono

Sono 45 le atlete iscritte ai corsi Uisp di ginnastica ritmica a Campegine

Sulle orme di Sofia Raffaeli, prima atleta italiana a vincere una medaglia di bronzo individuale nella ginnastica ritmica alle Olimpiadi, piccole ginnaste crescono.

Anche nel mondo Uisp, il settore dedicato alla ritmica è ormai attivo da qualche anno ed è nato da un progetto che ha subito attirato l'interesse degli allievi per il suo carattere dinamico. Accade a Campegine, nella palestra Komodo, gestita da Equipe Sportiva. Attraverso cerchio, palla e nastri, i bambini sviluppano ritmo, coordinazione e flessibilità, unendo movimenti acrobatici e coreografie musicali in vere performance artistiche.

Il percorso prevede anche esperienze agonistiche sane e stimolanti, dove le allieve si mettono in gioco superando vari ostacoli, ma guidate con cura dalle insegnanti, ovvero Alessia Giuliani Bolognini, Valentina Ferretti, Valentina Serri e l'assistente Greta Biggi. Spiega Alessia Giuliani Bolognini: «È un settore di attività che nella nostra palestra Komodo ha iniziato a svilupparsi dopo il periodo del Covid. Attualmente, abbiamo 45 bambine, suddivise su 3 corsi. Il primo è quello di avviamento alla ritmica, dai 4 ai 5 anni; poi c'è la ritmica baby, 6-7 anni e la ritmica kids per le over 8 anni. Per la fascia di età più piccola, c'è un corso alla settimana il martedì, per le altre due fasce due corsi settimanali il martedì e il giovedì. Per le agoniste, un allenamento extra la domenica mattina. Una suddivisione in corsi che abbiamo iniziato dallo scorso anno, date le numerose richieste. Quando avevamo cominciato, quattro anni fa, le piccoline non c'erano ancora».

La ritmica è infatti il settore più "giovane" delle ginnastiche, e si avvale di cinque attrezzi: cerchio, fune, nastro, clavette e palla. A differenza della ginnastica artistica, si basa sull'armonia dei movimenti più che sull'acrobatica. I suoi movimenti sono più dolci ed eleganti e sta già riscontrando un notevole successo.

Certamente, al boom della ritmica deve avere contribuito anche l'esplosione delle "farfalle", le atlete italiane che per due Olimpiadi consecutive, a Tokyo e Parigi, si sono accomodate sul gradino più basso del podio, mietendo successi ai campionati europei e mondiali di categoria. Che alle piccole atlete piaccia un sacco quello che fanno, lo si nota già dalle foto che compaiono sulla pagina Facebook.

«Le bimbe più piccole, che utilizzano soltanto come attrezzi palla e cerchio, lo prendono come un gioco, una cosa bella: inizia a nascere in loro la passione per quello che fanno. Per la fascia baby si aggiunge la fune, mentre le kids utilizzano tutti gli attrezzi, compresi nastro e clavette», chiosa Giuliani Bolognini. All'attivo delle piccole atlete della ritmica della Komodo di Campegine, nella stagione 2025-2026 già un saggio, Ritmica e la magia del Natale, andato in scena lo scorso 21 dicembre, ed un altro è in programma per venerdì 5 giugno, Incanto, quattro stagioni, cinque attrezzi, un'unica magia, sempre al Palazzetto di via Sorte nella cittadina della Val d'Enza. Lo scorso 22 marzo, a Medolla, si è svolta la gara dei corsi di Ginnastica ritmica di Komodo Campegine: una giornata davvero speciale per le bimbe dei corsi avviamento e baby, che si sono trovate ad affrontare la primissima esperienza in pedana. Nonostante l'emozione, hanno affrontato la gara con grinta, sorriso e determinazione, portando a casa splendidi risultati. Il corso Kids invece ha affrontato lo scorso marzo la prima prova Regionale Uisp ottenendo un quinto e un sesto posto (su 20) per la seconda fascia ed un quarto posto nella terza fascia.

Le ginnaste campeginesi saranno attese da un nuovo appuntamento domenica 10 maggio al Palazzetto dello Sport di Castel Bolognese per una prova del Campionato regionale Uisp di ginnastica ritmica.

Il programma prevede dalle 8.30 l'inizio gara Mini 1° base Junior e Senior; alle 10 l'inizio della gara Mini 1 Elite Junior e Senior; alle 13:30 partirà la gara Collettivo, Coppia, Squadra Mini 1 Junior/Senior e Rappresentative mini 1 Junior/Senior.

Nel pomeriggio dalle 15 prenderà il via il Promozionale Regionale con il cosiddetto "Percorsino" e, dopo mezz'ora, partiranno le gare di squadra, coppia, terziglia e rappresentativa.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Alcune bimbe iscritte ai corsi Uisp di ginnastica ritmica con la palla e pronte per le acrobazie, sui preziosi consigli delle insegnanti

La storia

Una disciplina presente da oltre un secolo

La ginnastica ritmica nasce a Hellerau, vicino a Dresda, nel 1911; è qui che lo svizzero Emile-Jacques Dalcroze fonda la prima scuola.

Lo scopo è fuoriuscire dagli schemi rigidi della ginnastica tradizionale, essenzialmente atletica, infondendole ritmo, musicalità e armonia. La nuova disciplina si diffonde inizialmente in Germania e Svezia; la prima competizione ufficiale (nell'ambito della ginnastica artistica) si tiene in Unione Sovietica nel 1948, mentre verrà riconosciuta come disciplina autonoma dalla Federazione internazionale (Fgi) nel 1962; l'anno seguente si tiene a Budapest il primo Campionato mondiale, mentre l'ammissione ai Giochi olimpici arriva nel 1984, nell'edizione di Los Angeles.

In Italia arriva negli anni '20 a Torino, grazie ad Andreina Sacco Gotta, originariamente come ginnastica moderna educativa, Nel 1962, dopo il riconoscimento internazionale, la ritmica inizierà a strutturarsi a livello agonistico, per poi arrivare, dagli anni 2000, al boom rappresentato dalle "Farfalle".

B.D

C.E

D.F

1

SIM.B