

UNIVERSO SPORTIVO EXTRA Il Club Scherma Chivasso è più attivo che mai Una nuova stagione "a cannone"

Oggi il Club Scherma Chivasso è più attivo che mai ed è pronto a ripartire con tutti i suoi corsi e le attività agonistiche. Si è dato il via il 12 settembre in sala scherma, ma gli atleti che già facevano parte del Club nella stagione agonistica 2021/2022 si sono ritrovati, da giovedì 1 settembre, presso il parco Maurizio di Chivasso per ripartire con la preparazione atletica, fondamentale per questo sport.

Come ogni anno, il Club chivassese si rivolge a tutti coloro che vogliono provare questa attività sportiva, prevedendo un intero mese di prova gratuita, comprendente due lezioni alla settimana di un'ora ciascuna. L'età minima per iscriversi è 5 anni e le lezioni prevedono un lavoro base che serve per sviluppare la coordinazione, la resistenza, la velocità e le capacità motorie in genere, per poi entrare in maniera sempre più specialistica nel mondo della scherma. Una volta confermata l'iscrizione si frequentano le lezioni tre volte la settimana: i più piccoli dalle 17 alle 18.30, i grandi dalle 18.30 alle 20.30 presso i locali del Club, e si viene seguiti da istruttori validi e competenti, aventi diploma "ISEF" o laurea "SUISM", diplomati come Maestri di Scherma con attestato rilasciato dalla Federazione, insomma dei veri

professionisti.

Le lezioni sono suddivise in più parti: quella di gioco scherma per i pre agonisti, ovvero le giovani promesse e quella di preparazione atletica schermistica specifica per gli agonisti, con lezione individuale col maestro e la parte dedicata agli "assalti" (incontri uno a uno o fra squadre in pedana). La scherma rappresenta lo sport nell'insieme e prevede poi tre specialità: fioretto, spada e sciabola. Al Club Scherma Chivasso si praticano le prime due.

Inizialmente tutti gli allievi cominciano l'attività schermistica praticando il fioretto e, quando compiono 12/13 anni, momento in cui si vedono le peculiarità fisiche e psicologiche, oltre a ciò che piace di più, ci si direziona nel continuare con la stessa arma o nel cambiarla passando alla spada. È uno sport altamente educativo e formativo, non individuale perché si ha sempre di fronte qualcuno che non sai mai come reagirà alle tue azioni, non è ripetitivo, aiuta a sviluppare le capacità di reazione e la prontezza di riflessi. Insegna a perdere, a elaborare le sconfitte, a non abbattersi mai e a cercare di migliorarsi sempre. Non richiede particolari doti fisiche, perché queste vengono costruite praticandolo. Insegna lo spirito di sacrificio, la voglia di met-

tersi in gioco e di assumersi le proprie responsabilità dopo una vittoria e dopo una sconfitta, oltre al rispetto per le regole, per gli avversari e per l'arbitro. Insegna, inoltre, che per ottenere risultati bisogna lavorare duro e con costanza.

Uno sport che vale la pena di provare e praticare. Insomma, al Club Scherma Chivasso vi aspettano in pedana! Se la scherma ti prende non ti lascia più!

Lo staff biancorosso conferma anche per questa stagione il M° referente di sala Giulia Mazzoli, il M° Andrea Cambursano, gli istruttori Filippo Bionda e Pietromaria Ghiosso anche referente per la sezione paralimpica ed, infine, il preparatore fisico ed atletico Francesco Maria Brucco.

Informazioni: Club Scherma Chivasso, indirizzo: via Marconi - 6 (blocco palestre del piano interrato dell'I.S. Europa Unita) - Chivasso, presidente: Laura Milano, referenti: Laura Milano, Giulia Mazzoli e Francesco Maria Brucco telefono: 3338847963 / 3667527948, e-mail: info@club-schermachivasso.it, Facebook: "Club Scherma Chivasso", Instagram: "clubschermachivasso", sito: www.clubschermachivasso.it

Alessandra Sgura

CORSA IN MONTAGNA

Lo spettacolo dell'Ivrea-Mombarone

Grande spettacolo per l'edizione del centenario dell'Ivrea-Mombarone, storica gara di corsa in montagna corsa per la prima volta nel 1922. Dopo due anni di stop a causa della pandemia, l'Ivrea-Mombarone torna in tutto il suo splendore, per la gioia dei tantissimi appassionati presenti ai nastri di partenza.

In campo maschile, successo valdostano di Xavier Chevrier dell'Atletica Valli Bergamasche Leffe, portacolori della Nazionale Italiana di corsa in montagna, che ha corso quasi in solitaria in 1h58'57", con 4 minuti di vantaggio sullo scozzese Robert Sinclair, secondo con il tempo di 2h02'17"; terzo Francesco Nicola in 2h02'55". Tra le donne primo posto di Chiara Giovando dell'Atletica Monterosa che vince per la seconda volta l'Ivrea - Mombarone con il terzo tempo di sempre, 2h21'21". Sul podio Giuditta Turini, seconda classificata con il riscontro cronometrico di 2h28'24", e Ivana Iozzia, terza in 2h32'53".

L'Ivrea-Mombarone era in classifica combinata con la Tavagnasco - Santa Maria Maddalena ai Piani. La classifica stilata sommando i tempi delle 2 gare vede al maschile al primo posto Carlo Torello Viera; secondo Emanuele Coda e terzo Roberto Giachino. Al femminile la vincitrice è Chiara Giovando, seconda Elisa Arvat e terza Chiara Domatti.



GINNASTICA RITMICA Un oro, due argenti e due bronzi nel Campionato Regionale Gold Le Allieve di Eurogymnica subito sul podio

Le EGirls tornano da Biella con un bottino ricco e con qualche certezza in più maturata durante la prima prova del Campionato Regionale Allieve Gold. Una settimana dopo le compagne più grandi, le giovani speranze bianco-blu sono scese in pedana al palapajetta, sotto l'organizzazione della Lamarmora di Biella, intenzionate a guadagnarsi qualche medaglia ma soprattutto a testare i nuovi esercizi e a verificare la competitività del lavoro messo a punto nel mese di allenamenti trascorsi dal ritorno dalle vacanze.

Ancora eccitate per la vittoria del titolo mondiale di Sofia Raffaelli, prima italiana a raggiungere tale traguardo, le ginnaste del presidente Luca Nurchi si sono disimpegnate egregiamente e nel caso ad esempio delle Allieve 4, hanno messo una seria ipotesi sulla conquista del titolo regionale che verrà assegnato tra 15 giorni e che darà l'accesso diretto alla finale del campionato italiano. Infatti, la sanmaurese Sara Parente ha vinto con largo margine l'oro con un totale di 106,950, dominando con tre attrezzi su quattro e facendo segnare anche il punteggio più



alto di tutta la gara con 27,400 alle clavette. Quattro punti di vantaggio sulla seconda classificata, Ginevra Pascarella, incalzata da un'altra EGirl salita sul terzo gradino del podio, Chiara Cortese. La torinese ha messo insieme 102,050 punti e primeggiato al cerchio con 26,650.

Molto gratificanti anche il quarto ed il quinto posto rispettivamente di una giovane Tea Semeraro in crescita (95,450) e di Anna Russo (91,200). Un quartetto brillante, che comunque non ha eseguito perfettamente gli esercizi e che quindi potrà veder crescere ancora le attuali valutazioni al momen-

to in cui i meccanismi saranno meglio rodati.

Doppietta di medaglie anche fra le giovanissime Allieve di prima fascia, dove Isabel Cocconi Santoni ha conquistato l'argento con il totale di 55,400 incalzata a 55,150 dalla compagna di scuderia Ginevra Gallizia, bronzo. Tra le allieve di seconda fascia l'argento è andato a d'Arianna Cortese, sorella d'arte nella sopracitata Chiara: 59,150 il suo score finale a soli 0,400 centesimi dalla vetta, con la possibilità di recuperare il piccolo svantaggio e provare, nella seconda prova, a conquistare il titolo regionale. Quinta Anastasia Caranfil.

L'ultima medaglia d'argento l'ha conquistata Valentina Pellicciari, ginnasta della Pietro Micca di Biella, allieva però di HDemia, il centro tecnico di Eurogymnica a Chivasso. Per lei un secondo posto guadagnato grazie al totale di 81,650. Sesto posto per Elena Ferraris. Tantissimi gli impegni della prossima settimana per le ginnaste di Eurogymnica e per l'onda blu, la torcida bianco blu, sia agonistici che promozionali e culturali. Nel weekend che viene infatti, verranno assegnati i primi titoli di categoria Gold Junior e Senior e poi quelli di Specialità. Contemporaneamente, sabato 24 settembre un gruppo di ginnaste amerà il sito archeologico di Industria a Monteu da Po con una performance sul calare del sole che va a inserirsi in una più ampio calendario di eventi studiati ad hoc per far conoscere l'importante location.

Per tutto il fine settimana poi Eurogymnica sarà presente con uno stand e una serie di esibizioni alla festa dei nocciolini di Chivasso, dove sarà possibile provare sia gli attrezzi della ginnastica ritmica sia la bastone da twirling, la nuova sezione nata recentemente.

PIANETA UISP Impegni su più fronti per i membri del Comitato Territoriale Ciriè Settimo Chivasso, presenti sia a Settimo Torinese che a Borgaro Doppio appuntamento tra la Giornata dello Sport e la Festa dei Parchi

Con la ripresa delle attività di affiliazione e tesseramento per l'anno sportivo 2022/2023 - con l'importante novità del tesseramento on-line attraverso l'accesso all'area riservata <https://areariservata2.uisp.it/> per tutte le associazioni che si saranno viste emettere il Certificato di Affiliazione - sono anche ricominciate le manifestazioni che vedono il Comitato UISP Ciriè Settimo Chivasso partecipare sempre in prima linea. Nella domenica dell'11 settembre, infatti, i diversi membri del Comitato Territoriale sono stati impegnati su due fronti: da una parte il presidente Ferruccio Valzano e la vicepresidente Lisa Sella a Settimo, in occasione della Giornata dello Sport; dall'altra il direttore Roberto Rinaldi,

insieme alla collaboratrice nell'ambito della Comunicazione Giada Rapa, a Borgaro per la decima edizione della Festa dei Parchi. Ad accompagnare il Comitato in questa avventura, anche alcune delle sue affiliate, come l'US Borgonovo alla Giornata dello Sport e le ASD FITime e MeetLab e la società podistica amatoriale Atletica Venturoli alla Festa dei Parchi. "Partecipare a iniziative del genere ci permette di farci ulteriormente conoscere dalla cittadinanza, soprattutto adesso che, dallo scorso anno, abbiamo attivato un nuovo corso di AFA - Attività Fisica Adattata - proprio sul territorio di Borgaro" ha spiegato il direttore Rinaldi. L'AFA, infatti, proprio come i Progetti Educativi di cui abbiamo parlato



nello scorso spazio dedicato al Pianeta UISP, è uno dei punti cardine sui quali si basano le attività del Comitato Ciriè Settimo Chivasso. Un progetto portato avanti dal 2011, in collaborazione con l'ASL TO4, con l'obiettivo di migliorare le condizioni psicofisiche de-

gli iscritti: l'AFA si rivolge in particolare alle persone ultra 65enni, ma anche a coloro che, pur essendo più giovani, svolgono uno stile di vita sedentario - magari a causa del lavoro - e che spesso lamentano mal di schiena, dolori articolari e/o difficoltà di movimento. Effet-

tuata da istruttori della Scuola Universitaria Interfacoltà in Scienze Motorie - SUISM - ulteriormente formati con corsi specifici all'interno della UISP, si svolge in piccoli gruppi, generalmente composti da almeno 8 persone, con l'esecuzione di esercizi appositamente indicati per persone con capacità motorie ridotte conseguenti a condizioni croniche quali artrosi del rachide, delle anche e delle ginocchia, esiti stabilizzanti dell'ictus cerebrale, malattia di Parkinson, diabete e sedentarietà. Molto importante anche il risvolto sociale dato dallo svolgimento dell'Attività Fisica Adattata, soprattutto a seguito del difficile periodo di isolamento causato dalla pandemia, poiché in questo modo si cerca di contrastare l'isolamento ri-

trovando il piacere di uscire di casa e relazionarsi con nuove persone. I corsi AFA per l'anno 2022/2023 stanno per iniziare: per conoscere i comuni a voi più vicini in cui si svolgono è possibile consultare il nostro sito internet www.uispsettimo-cirietorinese.it/, oppure rivolgendosi alle nostre segreterie, tutti i giorni dal lunedì al giovedì dalle 15.30 alle 18.30 contattando i numeri 0118028895 - 3939320803 per la sede di Settimo, e tutti i venerdì nello stesso orario ai numeri 0119203302 - 3483211936 per la sede di Ciriè. E sempre in tema di AFA, sabato 24 settembre ci troverete a Caselle, in orario pomeridiano, per una dimostrazione gratuita in occasione della Giornata dello Sport organizzata dall'amministrazione comunale.