

# UNIVERSO SPORTIVO EXTRA Nato nel lontano 1978 è il più antico sodalizio chivassese dedicato alla ginnastica ritmica

## L'Asd La Palestrina è attiva con i suoi corsi

La ginnastica ritmica per eccellenza, a Chivasso, è quella de La Palestrina, la più antica società chivassese dedicata a questo sport. Nata nel 1978, l'associazione non punta solo all'agonismo ma ha come obiettivo quello di plasmare e far crescere il corpo e le menti di giovani atlete, rendendole delle forti e consapevoli donne del futuro. L'associazione è affiliata alla Federazione Ginnastica Italiana, il che permette alle sue tesserate di partecipare a numerose e prestigiose gare regionali e nazionali.

L'età minima per iscriversi ai corsi dell'asd La Palestrina è di 3 anni. Dai 3 ai 5 anni ci si avvicina a questo sport con lezioni di gioco - motricità volte a sviluppare il senso di equilibrio, di rotazione, del salto e di coordinazione. Dopo un primo approccio ludico - motorio e musicale si passa poi all'utilizzo di palla, fune, clavette, nastro e cerchio, ovvero gli attrezzi per eccellenza della ginnastica ritmica, con cui le atlete imparano a prendere confidenza e a migliorare le abilità oculo-manuali. Successivamente le ginnaste vengono suddivise in vari livelli e settori in base all'età e alle attitudini.

Le atlete sono seguite da tecnici che hanno seguito un percorso di studi e formazione all'interno della FGI, conseguendo le abilitazioni necessarie all'insegnamento, inoltre molte di loro sono



anche laureate SUISM.

I nuovi corsi dell'asd La Palestrina sono attivi da settembre, con diverse sedi già collaudate sparse sul territorio del Chivassese e del circondario. Le ginnaste possono inoltre avvicinarsi a questa disciplina con due lezioni di prova gratuite.

**Informazioni: ASD La Palestrina; indirizzo: sede principale presso la scuola Demetrio Cosola di via Isonzo a Chivasso - altre sedi presso le**

**scuole di Chivasso Marconi e Blatta, la scuola di Boschetto e quella di Castelrosso, il centro polivalente di Foglizzo e il palazzetto di Cava-gnoli; presidente: Matildio Paccotti; referente: Gabriella Balestra; telefono: 3482992501; e-mail: asdlapalestrina@libero.it; sito internet: www.asdlapalestrina.it, Facebook: Asd La Palestrina; Instagram: asdlapalestrina.**

Alessandra Sgura

## VOLLEY In serie B maschile l'Alto Canavese Volley supera al tiebreak la PVL Cerealterra Ciriè

### Il Caselle Volley si impone con merito sul Parella

La Savis Vol-Ley Volpiano ritrova la via della vittoria nel girone A di serie B1 femminile grazie all'affermazione casalinga al tiebreak (25-17; 23-25; 25-20; 23-25; 15-7) contro la Prochimica Virtus Biella. Aria di derby tra Caselle Volley e Volley Parella Torino, con le rossoblu che riescono a conquistare punti importanti per la classifica imponendosi per 3-2 (18-25; 25-21; 25-23; 19-25; 15-12) grazie soprattutto alla super prova di Benedetta Bertot, classe 2006, migliore in campo con i suoi 20 punti.

Nel girone A di B2 femminile, l'Egea L'Alba Volley non fa sconti alla Tarabusi Volley Rivarolo, squadra ancora a caccia del primo successo in campionato: 3-0 (25-13; 25-20; 25-12).

Spostando l'attenzione sul settore maschile, non tradisce le attese la sfida di Cuornè tra l'Alto Canavese Volley e la PVL Cerealterra Ciriè, vinta dai padroni di casa al tiebreak (25-16; 27-29; 25-22; 27-29; 15-11). Passo falso del Sant'Anna Tomcar San Mauro, sconfitto tra le mura amiche dalla Colombo Volley con il punteggio di 1-3 (22-25; 21-25; 29-27; 20-25).



**PROTAGONISTA** Benedetta Bertot, festeggiata da tutto il Caselle Volley

In serie C femminile, nel girone A l'A.F. Volley va a vincere in 3 set (21-25; 15-25; 20-25) sul campo della Vol-Ley Academy Volpiano. Non trova continuità la Pallavolo Montalto Dora, che è battuta al tiebreak (26-24; 25-18; 12-25; 18-25; 12-15) dalla PVB Cime Careddu Reake Mutua Bosca Canelli. Nel girone B, la capolista Lilliput Settimo espugna in 3 set (13-25; 17-25; 16-25) il campo della Zs Ch Valenza. Tra Ve.La. Volley Venaria e Volley Cigliano a Borgaro Torinese a spuntarla sono le padrone di casa con il punteggio

di 3-0 (26-24; 25-18; 25-20). Scontro al vertice nel girone A di serie D femminile tra la McDonald's Fortitudo Chivasso, terza in graduatoria, e l'U-sd San Rocco Novara, prima della classe: la vittoria arride alle chivassesi in 3 set (25-18; 25-14; 25-13). Punta in alto nel girone C la Lilliput Pallavolo, corsara in casa della Paggiano&Passerin To Play: 1-3 (21-25; 26-24; 23-25; 22-25). La PVL Economy nulla può contro la capolista S2M Volley Vercelli e si arrende per 0-3 (23-25; 10-25; 24-26). Posticipo domenicale per la Ve.La. Vol-

ley Labor, sconfitta 3-1 (29-27; 25-17; 17-25; 25-21) sul campo della To.Volley. Nel girone D, scontro d'alta classifica quello tra il Basso Canavese Calton Volley e la Botalla Teamvolley, rispettivamente terza e seconda forza del campionato, con successo delle canavesane per 3-1 (25-12; 25-27; 25-19; 25-20) Bene la Balamunt Minimold, vittoriosa fuori casa in 3 set (11-25; 21-25; 14-25) contro la Cargo Broker Leini. Bene la Pallavolo Settimo, capace di avere la meglio con il punteggio di 3-0 (25-23; 25-22; 25-18) sulla Tk Group Vol-Ley Academy San Francesco al Campo, mentre nel derby eporediese tra la Canavese Volley Ivrea e il Volley Samone a far festa sono le ospiti, che si impongono per 1-3 (26-24; 12-25; 14-25; 23-25).

Ottavo successo di fila nel girone A di serie D maschile per la Conad Montanaro, che si mantiene in testa alla classifica andando a vincere il derby in casa dell'Alto Canavese Volley con il punteggio di 0-3 (17-25; 18-25; 14-25). Il Borgofranco Volley è beffato tra le mura amiche dalla PVL Cerealterra, vittoriosa in 4 set (16-25; 25-21; 19-25; 15-25).

### KARATE

## Tutti felici in casa Move S.S.D.

Domenica 13 novembre si è disputata una gara di karate ad Alpignano, organizzata da OPES Piemonte e Liguria e dal Maestro Salvatore Sacco, 7° DAN Referente Regionale OPES Piemonte. La gara era aperta a tutte le Federazioni e più di 200 atleti provenienti da Piemonte e Liguria si sono affrontati sul tatami nelle specialità di kata individuale ed a squadre e kumite. Tutte le società affiliate a OPES Piemonte e Liguria erano presenti con i loro Maestri ed atleti. Anche il Maestro Alessandro Caizzo 7° DAN, responsabile Tecnico del Move S.S.D. di Crescentino nonché membro del Direttivo OPES e Responsabile Kata stile Shotokan OPES settore Karate Piemonte, era presente alla gara con alcuni dei suoi allievi. Durante la gara il Maestro Caizzo ha ricoperto anche il ruolo di Arbitro, mentre il suo allievo Roberto Brolo 3° DAN, Segretario OPES settore Karate Piemonte, quello di Presidente di Giuria.

Buone le prestazioni degli atleti del Move, che con maggior esperienza in gara possono cercare di migliorarsi ulteriormente. Nel kata individuale e a squadre, questi i piazzamenti dei portacolori del sodalizio crescentinese: Luca Rizzi, cintura Nera 3° DAN si è classificato secondo tra i Veterani, mentre Alessandro Castiglione, cintura Verde categoria Seniores, ha fatto suo il primo posto. Quarta piazza per Serena Lenzetti, cintura Nera 1° DAN, nella categoria Juniores, e quinto posto per Samuele Tassone, cintura Blu categoria Cadetti. Sempre tra i Cadetti, la cintura Verde Nicolò Rizzi si è classificato primo; stesso piazzamento per Giorgia Nicola, cintura Gialla di categoria 4° Fascia. Quarto posto occupato sia da Alessandro Canella, cintura Arancio categoria 3° Fascia, sia da Giulia Furnari, cintura Verde, categoria 2° Fascia, mentre Edoardo Lusso, cintura Gialla categoria 2° Fascia, si è piazzato al sesto posto. Nella categoria 1° Fascia, Mia Pellegrini, cintura Gialla, ha conquistato la quinta posizione, mentre Carola Pellegrini, cintura Gialla, si è classificata sesta.

Spostando l'attenzione sulle squadre, Irene Chimienti, Serena Lenzetti e Sara Canta, cinture Nere categoria Seniores, hanno messo al sicuro il primo posto; la squadra formata da Giulia Furnari, Alessandro Canella e Giorgia Nicola si è invece piazzata quarta nella categoria 4a Fascia.

Nel kumite, alla sua prima esperienza, la cintura Verde Alessandro Castiglione è stato eliminato dall'atleta che poi ha ottenuto il primo posto di categoria.

Una giornata di sport che ha reso tutti felici e pronti a migliorarsi, allenamento dopo allenamento. Doverosi, infine, i ringraziamenti ai genitori che si sono ritrovati numerosi al Palazzetto dello Sport di Alpignano per tifare per i propri figli e per gli amici del Move.



**DETERMINATI** Gli atleti della Move S.S.D. di scena ad Alpignano

## PIANETA UISP Il progetto internazionale vede coinvolto il Comitato UISP Ciriè Settimo Chivasso insieme a tre realtà portoghesi, spagnole e croate

### Pad4Youth avvicina bambini e ragazzi affetti da disabilità attraverso il padel

In questi ultimi anni abbiamo assistito a una vera e propria crescita esponenziale della disciplina del padel, che da attività sportiva "di nicchia" è divenuta sempre più di moda e sempre più praticata.

Nato da una derivazione del più famoso fratello maggiore, il tennis, il padel viene praticato a coppie, in un campo rettangolare e chiuso da pareti - spesso trasparenti - su tutti e quattro i lati, con una racchetta dal piatto rigido e una pallina molto simile a quella del tennis: nonostante la forma uguale, quella del padel ha però una pressione interna inferiore, cosa che permette un maggior controllo dei colpi e dei rimbalzi sulle sponde. Uno sport, quindi, che può portare notevoli benefici

dal punto di vista della coordinazione.

Partendo da questo presupposto, nel 2018 la Federación Pádel de la Comunidad Valenciana ha realizzato 3 diversi programmi - specifici per piccoli dai 3 ai 10 anni, per bambini e preadolescenti di età compresa tra i 6 e i 12 anni e per giovani dai 6 ai 18 anni - destinati a soggetti affetti da disabilità di tipo intellettivo. Tutti e tre i programmi sono tenuti da istruttori qualificati, con la necessaria attrezzatura fornita dalla stessa FPCV: sono infatti previste racchette più leggere - da 200 grammi - palline a bassa pressione e reti dall'altezza regolabile sviluppate appositamente dalla Federazione.

Dopo aver progettato e im-



plementato con successo questo modello di allenamento, adatto per avvicinare, coinvolgere e integrare bambini e ragazzi affetti da disabilità attraverso la disciplina del padel, la FPCV ha deciso di espandere e condividere la

propria esperienza a livello europeo, per coinvolgere non solo gli istruttori di padel, ma anche professionisti dello sport e insegnanti di educazione fisica. Nasce così Pad4Youth, progetto che vede coinvolto il Comitato UISP Ciriè Set-

timo Chivasso APS, il Ginásio Clube Português di Lisbona - Portogallo - l'organizzazione senza scopo di lucro l'España Se Mueve di Madrid - Spagna - e l'Istituto Europeo di Sviluppo dello Sport, Kinesiologia e Salute di Umago, in Croazia. "La diversa natura delle realtà presenti in questo progetto - spiega il Direttore della UISP Territoriale Ciriè Settimo Chivasso e Responsabile del Progetti Europei, Roberto Rinaldi - metterà in risalto le potenzialità di ognuno e creando un importante arricchimento per tutti coloro che parteciperanno al progetto. Per quanto riguarda il Comitato, ci occuperemo di fare quello che facciamo da sempre, attraverso molteplici sfumature: avvicinare a que-

sto sport bambini e ragazzi affetti da disabilità intellettiva e a rischio di esclusione sociale, facendo leva sul fattore di socializzazione del padel e della disciplina sportiva in generale". Pad4Youth, oltre a voler favorire l'integrazione e il benessere fisico e mentale dei giovani affetti da disabilità intellettiva, mira anche allo scambio di buone pratiche tra i diversi paesi partner, fornendo l'opportunità di insegnare un nuovo metodo di approccio utilizzando attrezzature innovative. Il progetto avrà una durata di 18 mesi e si concluderà con un evento celebrativo in Spagna: maggiori dettagli saranno presto definiti nel corso del kick-off meeting che si svolgerà a Valencia il 15 dicembre.