

GINNASTICA RITMICA Una ginnasta fenomenale: il 44° Titolo Italiano del sodalizio presieduto da Luca Nurchi è realtà Chiara Cortese: un talento targato Eurogymnica

Una nuova pagina di storia dell'Eurogymnica è stata scritta venerdì 10 novembre a Foligno. Nella splendida cornice del PalaPaternesi ha preso il via il Campionato Italiano Junior/Senior di ginnastica ritmica e il sodalizio torinese guidato dal presidente Luca Nurchi ha subito lasciato il segno. A dettare legge tra le Junior 1 nel Nazionale Gold ed a conquistare così l'ambitissimo tricolore ci ha pensato Chiara Cortese, la migliore con il punteggio di 108,600 al termine di una gara all'ultimo respiro, che ha visto l'EGirl primeggiare sulle avversarie grazie all'ultimo attrezzo, la palla (28,450). Per Eurogymnica, si tratta del 44° Titolo Italiano in bacheca: una soddisfazione enorme per tutto lo staff tecnico e dirigenziale, oltre che per la stellina biancoblu, reduce dal recente successo nel Campionato Interregionale Gold Junior Zona Tecnica 1 di Piombino Dese, gara che l'ha vista imporsi con il punteggio di 104,200.

In gara a Foligno anche le altre due agguerrite Junior di Eurogymnica Sara Parente e Anna Russo. La prima è rimasta in lizza per una medaglia fino all'ultimo, classificandosi in quinta posizione con un punteggio di 103,150, mentre Russo, al suo primo Nazionale della carriera, ha mancato l'accesso alla finalissima a 9. Infine, riflettori puntati anche sulle due Senior Aurora Bertoni e Laura Golfarelli, che si sono conquistate rispettivamente la finale a otto per il secondo anno consecutivo e il tredicesimo posto, alternando performance di alta qualità a momenti meno brillanti.



PROTAGONISTI Il Maestro Valerio Verde con i suoi allievi

FULL POWERLIFTING

Ciriè in tripudio per le sue campionesse mondiali

C'era grande attesa per la partecipazione del Gym Club Ciriè ai Campionati Mondiali di Full Powerlifting WDFPF 2023, in programma dal 3 al 5 novembre al Palasport di Brandon. Le aspettative non sono state tradite in questa gara così difficile e dispendiosa: coronato dal successo è stato dopo ben 8 anni il ritorno nel Full Powerlifting di Susana Perrone, che ha bissato così il titolo iridato già ottenuto al tempo nel 2015. Perrone ha conseguito 3 medaglie d'oro nelle tre specialità, oltre alla quarta volta per il primo posto nel totale della sua classe d'età di appartenenza come complessive delle alzate. Ovazione del pubblico presente anche per la piccola Asia De Fazio, che in stato di grazia ha conquistato le 3 medaglie d'oro di specialità, oltre alla quarta nel totale della classe T2. Risultati di altissimo livello che le hanno permesso di stabilire mano a mano ben 6 record mondiali e 3 primati europei in sequenza, oltre ai 3 record mondiali stabiliti nel totale conseguente delle alzate complessive di gara.

MOTOCICLISMO - MOTOGP

Pecco Bagnaia se la gode: +14

Doppio terzo posto per Francesco Bagnaia nel GP della Malesia disputato nel weekend sul Sepang International Circuit. Grazie a questi risultati, Pecco porta a 14 punti il suo vantaggio in classifica generale su Jorge Martín, quando mancano solo altri due appuntamenti alla fine della stagione. Inoltre, Ducati monopolizza nuovamente il podio della MotoGP piazzando tre Desmosedici GP nelle prime tre posizioni per la settima volta quest'anno. "Oggi era molto importante finire davanti a Jorge, che è il nostro diretto rivale in campionato - le parole del pilota chivassese -. Non è stato facile perché, ma nel finale ho preferito non correre rischi e portare a casa questi punti importanti. Sono davvero contento perché questo fine settimana siamo stati competitivi fin da venerdì e sono tornato in pole position per la prima volta da Barcellona. Ora andremo in Qatar: Lusail è un'altra pista dove normalmente sono veloce, ma sarà importante lavorare bene come abbiamo fatto qui, dando sempre il massimo".



UNIVERSO SPORTIVO EXTRA Nel cuore di Chivasso una realtà storica del tessuto associazionistico sportivo festeggia il suo 45° anniversario La Palestrina di ginnastica ritmica: 45 anni di successi e passione

Nel cuore di Chivasso una realtà storica festeggia il suo 45° anniversario: l'ASD La Palestrina di ginnastica ritmica. Fondata nel 1978, grazie al suo impegno costante e alla passione del suo staff e dei suoi membri, continua a coltivare il talento di giovani atleti. Negli ultimi 45 anni, La Palestrina ha costantemente promosso lo sviluppo fisico e artistico dei suoi iscritti. La principale disciplina, la ginnastica ritmica, combina movimenti aggraziati con esercizi di agilità e flessibilità, a corpo libero e con piccoli attrezzi: fune, palla, cerchio, clavette e nastro. Le atlete dell'ASD hanno età che vanno dai 3 anni in su, e hanno partecipato a competizioni regionali e nazionali, dimostrando un impegno e una crescita costante, raggiungendo ottimi risultati. Ma La Palestrina non si ferma alla ginnastica ritmica... Il sodalizio chivas-

sese, infatti, offre una vasta gamma di discipline sportive e artistiche, tra cui il "Gioco Sport", che avvia alla psicomotricità bambini e bambine molto piccoli, puntando sullo sviluppo delle capacità motorie di base e di quelle coordinative più complesse. Inoltre è presente anche una nuova sezione di "Danza Contemporanea", composta attualmente da un numeroso gruppo di giovani donne che esprimono la loro fisicità e creatività attraverso il movimento. Queste sezioni sono un fiore all'occhiello dell'associazione e puntano a promuovere l'arte e la cultura tra i giovani attraverso lo sport, sviluppando le abilità fisiche e potenziando la fiducia in se stessi. Un altro aspetto che distingue La Palestrina è il suo impegno per l'inclusione e la diversità. L'ASD accoglie atleti di tutti i livelli, background e abilità, for-



nendo un ambiente aperto e accogliente per tutti. La diversità è vista come un punto di forza che arricchisce la comunità sportiva e artistica, e tutti i membri sono incoraggiati a sfruttare al massimo il loro potenziale.

La Palestrina di ginnastica ritmica è molto più di una palestra: è una comunità, una famiglia. I suoi membri, dai più piccoli ai più grandi, condividono una passione comune per la sana sportività e per l'agonismo. Queste atlete, oltre ad allenarsi duramente, partecipano a eventi di beneficenza, spettacoli e manifestazioni culturali per rafforzare i legami tra i partecipanti e la comunità di Chivasso. Questa dedizione alla comunità ha reso La Palestrina una parte essenziale del tessuto sociale della città. La ginnastica ritmica non è solo uno sport, ma anche una disciplina che insegna importanti valori e competenze per la vita. Le atlete imparano la dedizione, l'autocontrollo e la resilienza, che si traducono in benefici nel loro percorso educativo e professionale. Molti ex atleti dell'associazione hanno fatto carriera in vari campi, por-

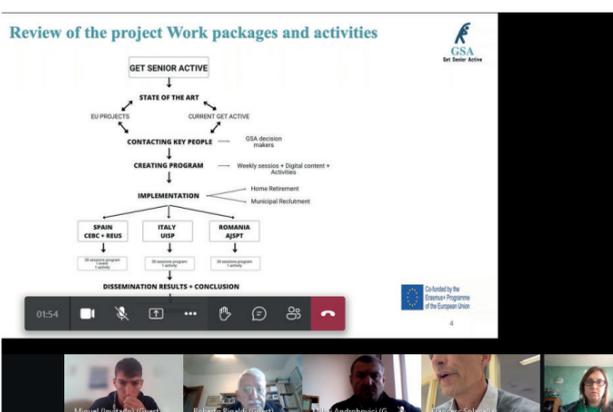
tando con sé le lezioni apprese. Mentre festeggia il suo 45° anniversario, La Palestrina guarda fiduciosa al futuro. Il nuovo team tecnico in formazione, ha come obiettivo guidare l'associazione verso nuovi successi e realizzazioni future, con diversi nuovi progetti pronti ad essere sviluppati. **Informazioni: "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 Dasso e presso il palazzetto di Cavagnolo; referente: Gabriella Balestra; telefono: 3482992501; e-mail: asdlapalestrina@libero.it ; sito internet: www.asdlapalestrina.it , Facebook: "Asd La Palestrina"; Instagram: "asdlapalestrina"**

Alessandra Sgura

PIANETA UISP Il Comitato Territoriale Ciriè Settimo Chivasso partner del progetto internazionale che intende promuovere salute e benessere a livello europeo GSA - Get Senior Active promuove uno stile di vita sano per i soggetti Over 60

Come abbiamo già scritto in precedenza, il mese scorso per il Comitato UISP Ciriè Settimo Chivasso ha significato - tra le altre cose - l'avvio di RIMA, progetto finanziato dalla Fondazione Compagnia di San Paolo che avrebbe dovuto iniziare nel 2020 e che purtroppo ha subito una lunga battuta d'arresto a causa della pandemia da Covid-19. E anche se quel periodo ormai sembra un lontano ricordo è impossibile dimenticare quei giorni bui, quando il mondo si trovava a contrastare un nemico invisibile che non era pronto ad affrontare. Difficile scordare l'impossibilità di uscire dalle proprie case, di fare attività sportiva, di visitare i propri parenti. Particolarmente colpiti in tal senso gli anziani, che in buona

fede sono stati ulteriormente isolati al fine di proteggerli fisicamente dal virus, senza però tenere conto del risvolto psicologico che tutto ciò avrebbe portato. Ecco quindi che si sono intensificate le videochiamate, con i soggetti maggiormente avanti con l'età che hanno imparato - più o meno - a usare una tecnologia a loro inconsueta per comunicare con figli e nipoti, ma anche per tenersi in forma accedendo a video lezioni. Lo stesso Comitato Territoriale aveva creato apposita sezione sul proprio sito, dal titolo "Andrà tutto bene - La palestra è casa nostra" dove trovare brevi video con esercizi di Attività Fisica Adattata e di Giocomotricità per i più piccoli. Sulla base di questa esperienza, intrapresa a livello



mondiale, è stato basato GSA - Get Senior Active, progetto che vede il Comitato Ciriè Settimo Chivasso nel ruolo di partner -

insieme all'associazione rumena AJSPAT Asociatia Judeteana Sportul Pentru Toti Suceava e al CEBC Consell Esportiu del Baix

Camp - e che proprio nella settimana scorsa è stato protagonista di un meeting online per fare il punto della situazione sullo stato di avanzamento delle attività. "Get Senior Active è un progetto un po' particolare, che prevede di rispondere a molteplici necessità: mirare a soddisfare l'obiettivo dell'inclusione sociale attraverso un programma volto a combattere la solitudine di coloro che vivono da soli o nelle case di riposo; promuovere uno stile di vita sano per i soggetti di età superiore ai 60 anni; creare una rete per promuovere salute e benessere a livello locale ed europeo. Il tutto creando dei video riguardanti sessioni di ginnastica dolce che potranno essere facilmente replicabili dai caregiver che operano all'interno delle Strutture Residenziali per

Anziani, in modo tale che siano poi loro stessi a svolgere l'attività fisica insieme agli ospiti" sottolinea il Direttore e responsabile dei Progetti Europei Roberto Rinaldi. "Nei prossimi mesi prenderemo quindi i contatti con le RSA locali per promuovere questo progetto, dedicandoci nel frattempo alla realizzazione di una serie di materiali, sia in formato video che in formato cartaceo. E inoltre prevista l'organizzazione di 3 seminari di formazione, in modo tale da permettere a tutti di svolgere le attività previste in sicurezza". Nel corso della riunione è stato inoltre schedato un nuovo meeting online, nel mese di dicembre, per discutere anche degli appuntamenti che dovranno svolgersi in presenza da qui al mese di giugno 2024.

INQUADRA IL "CODICE QR" PER LE ALTRE NOTIZIE DI SPORT



È l'ora di votare lo Sportivo dell'Anno

Lanciato sul nostro sito internet un sondaggio per eleggere colui che sarà lo sportivo dell'anno. Pubblicati i primi 20 pretendenti: ma non è finita qui!



In pedana si provano emozioni uniche

ASD Echidna tra le migliori di Piemonte, Valle D'Aosta, Liguria e Lombardia alla fase interregionale del Campionato Individuale Allieve Gold.



Centro Sportivo Chivassese da favola

Successi nel Campionato Regionale Individuale Silver per il Centro Sportivo Chivassese, protagonista domenica 5 novembre a Biella.

