

GINNASTICA ARTISTICA Una medaglia d'oro e un bronzo nella finale del Campionato Regionale Individuale Silver LD

Centro Sportivo Chivassese: artistica in vetta

Weekend d'eccezione quello di sabato e domenica 23 e 24 marzo, che ha visto l'Accademia dello sport di Biella ospitare la finale del Campionato regionale individuale Silver LD ed il Campionato di Squadra di serie D della categoria Allieve.

Per il Centro Sportivo Chivassese egregie protagoniste del podio individuale di categoria Junior 1 (classe 2011) del livello D-base, Aurora Tidona, con un ottimo rendimento generale, e Sofia Marino, con la sua naturale eleganza ed espressività, che hanno portato a casa rispettivamente la medaglia d'oro (a pari merito con una ginnasta di Trecate) e quella di bronzo, con una sfida sul filo del rasoio e punteggi totali a soli 0,5 decimi di differenza. A sancire una preparazione completa e costruita su buone fondamenta, le atlete chivassesi, sotto la guida dell'istruttrice Olivia Di Gregorio, hanno saputo riproporre alle giurie dei quattro attrezzi (parallele asimmetriche, volteggio, trave e corpo libero) prestazioni sempre più stabili e convincenti, senza falli di esecuzione degni di nota.

Anche l'accerba squadra delle più giovani targata Centro Sportivo Chivassese, guidata dalla tecnica Vanessa Tassone, ben si è comportata nel Campionato di squadra Silver LB. Fiamma Ceccarello (2014), Martina Giordano (2015), Tea De Tursi (2013) e Beatrice Peinetti (2013), pur con una formazione sperimentale ancora in collaudo, sono riuscite a concludere il campionato a metà classifica, in nona posizione finale, con buone prestazioni, specie al volteggio e alle asimmetriche, e punteggi di partenza an-



ELEGANTISSIME Le juniores Sofia Marino e Aurora Tidona

cora da consolidare alla trave, attrezzo insidioso per eccellenza, specie per le ginnaste Allieve 1 e 2 appena entrate in squadra.

GINNASTICA RITMICA

La Palestrina, il percorso di crescita è quello giusto

Sabato 16 marzo, presso il palazzetto "Angelo Custode" di Alessandria, si è svolta la seconda prova individuale della Don Bosco Cup del programma B e del programma promo base nella categoria Supermini, livello nel quale possono partecipare le bambine dai 3 agli 8 anni ancora da compiere.

Ad aprire le danze per la società La Palestrina, nella categoria Supermini, sono state le squadre a corpo libero composte dalle ginnaste più giovani della società, appartenenti al quadriennio 2016-2019. Le protagoniste delle tre squadre scese in campo gara sono state Carlotta Michelone, Asya Pinci, Elizabeth Pagnotta, Giorgia Ventre, Chloè Allasia, Sofia Petrucci, Arianna Petrucci, Leila Stura, Rebecca Brasso, Erika Maria Romaniuc, Adele Marin e Adelina Gabriella Popa. Conquistata la giuria, tutte classificate al primo posto, le piccole ginnaste della società chivassese potranno essere messe in classifica solo al compimento dell'ottavo anno d'età.

A seguire è stata la volta delle individualiste del programma B nella categoria Under 15: è stata la strepitosa Cristina Travi a vincere l'oro nella specialità clavette ed a posizionarsi settima nella specialità cerchio, conquistando così l'undicesimo posto nella classifica assoluta. Nella specialità cerchio, la compagna Cecilia Tricomi ha ottenuto il nono posto, mentre con la palla si è posizionata quindicesima, guadagnando il venticinquesimo posto nella classifica assoluta.

A concludere la gara, nella categoria Mini, Anna Albertone ha conquistato l'oro al nastro e si è classificata ottava al cerchio, posizionandosi undicesima nella classifica assoluta su cinquanta atlete in gara. Invece, nella categoria Propaganda, Greta Pasqualicchio ha guadagnato l'argento al nastro e il settimo posto nella specialità cerchio, classificandosi diciottesima su trentasette nella classifica assoluta.

Fiere dei risultati ottenuti, le tecniche societarie Alice Cambursano, Aurora Nocera, Sofia Ferrara, Lorena Manzetto e Gabriella Balestra si sono complimentate del percorso di crescita di queste giovani ginnaste, che non si risparmiano del lavoro in palestra e sono determinate nel migliorarsi gara dopo gara.



BASKET - SERIE C

Pallacanestro Chivasso: partenza falsa

La poule salvezza del campionato di serie C inizia nel peggiore dei modi per la Pallacanestro Chivasso che cade in casa contro la Cestistica Pinerolo per 59-66 dopo un tempo supplementare. Infatti non sono bastati i canonici 40' di gioco per decretare la vincitrice della contesa, nonostante il tentativo di Villata da tre punti a fil di sirena, sputato dal ferro. Il passo falso nella prima gara disputata nel girone salvezza - formula con 11 squadre, girone unico, gare di sola andata - costringe Chivasso ad inseguire in classifica, aggiungendo ansia ad una situazione ambientale già critica.



ATLETICA LEGGERA I colori gialloneri risplendono sia tra gli adulti che grazie al settore giovanile

Olimpiatletica protagonista da None fino a Milano

Un'altra domenica di soddisfazioni per l'Olimpiatletica, con atleti impegnati in varie competizioni tra le più importanti nel panorama sportivo ed il resto della società impegnata nel tradizionale Trofeo Ferraris di None, valida come prova del CorriPiemonte. Proprio a None i giovani atleti gialloneri si sono distinti con buone prestazioni individuali e di squadra: su tutti Andrea Manacorde, salito sul terzo gradino del podio negli EM8. Bene anche Riccardo Vizzari, mentre nella categoria EM5 si è messo in mostra Alexandru Drumea. In RM protagonista Stefano Romanato e bella gara nelle RF per Sara Sofia Grandi. Il gruppo squadra si è ben distinto, centrando il nono posto nella classifica a punti. Protagonista assoluto è stato Luigi Borrini, che alla media di 3'27" ha tagliato il traguardo all'ottavo posto assoluto e terzo di categoria. Come sempre la solita Elisa Rullo si è aggiudicata il secondo posto di categoria, confermandosi tra le atlete



più forti in assoluto, seguita Lyuba Smolenska, autentica rivelazione di stagione. Buone prestazioni anche per Giovanni Argentino, Stefano Fenu, Marco Lecaselle, Alessandro Visentin, Claudio Galgano, Roberto Battista,

Paolo Prestia, Cesare Montanari, Andrea Padoan, Marco Taricco, Marco Di Cera, Bruno Piazza, Luigi Pargalia, Rosario Napolitano, Giovanni Santini, Renato Franceschin e Francesco Faretra. Sul fronte femminile, da segnalare l'infortunio in gara di Sara Vasone che ha privato la squadra di una delle sue atlete di punta. Brava Sabina Passaro, Simionetta Giordano, Sabrina Bianco e Francesca De Simone.

A Milano, in occasione della Mezza Maratona, Andrea Vittoni ha tagliato il traguardo con il tempo di 1h17', seguito da Matteo Cappucci (1h19'), Vincenzo Bellaruota con 1h20', Marco Pio Cappucci (1h24') e Antonio Mingozzi (1h25').

A Forno Canavese, in occasione del 49° Trofeo Giuseppe Val, il solito Marco Mazzon ha trionfato senza rivali, piazzandosi sul gradino più alto del podio, che quest'anno non ha mai lasciato. La certezza è una: con Mazzon la vittoria è assicurata.

PIANETA UISP Il Comitato Ciriè Settimo Chivasso presenta il progetto RIMA - Ricerca in Movimento per l'Anziano

La promozione della salute a sostegno della terza età

Di attività fisica si parla tanto, soprattutto in merito ai benefici che questa può portare a livello psicofisico in ogni individuo. Una convinzione che si è cementata in periodo di pandemia, quando allo sport è stata davvero riconosciuta la propria valenza, soprattutto per il benessere mentale: praticare attività permette infatti di lasciar andare i pensieri almeno per un po' di tempo, magari riuscendo anche a trovare nuove prospettive; mettersi in relazione con gli altri; stringere nuove amicizie e/o approfondire quelle già esistenti.

Tutti questi aspetti positivi sono il fulcro dell'Attività Fisica Adattata, programma di esercizi che il Comitato UISP Ciriè Settimo Chivasso porta avanti dal 2011 in sinergica collaborazione con l'ASL TO4. Non una ginnastica di tipo riabilitativo, bensì realizzata con lo scopo di prevenire una serie di dolori articolari e muscolari - motivo per il quale non fa bene soltanto a una fascia d'età più matura, ma anche a coloro che, pur essendo più giovani,

conducono una vita sedentaria - attraverso 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 e diabete. Senza dimenticare che apportare un miglioramento al benessere generale dell'individuo non è positivo solo sul soggetto stesso, ma va a impattare anche sul Servizio Sanitario Nazionale, attraverso minori richieste di visite specialistiche e ridotte prescrizioni di farmaci antidolorifici.

Oggi i risvolti positivi dell'AFA sono oggetto di RIMA - Ricerca In Movimento per l'Anziano - progetto finanziato dalla Fondazione Compagnia di San Paolo che, attraverso il CNR IRCrES che si pone l'obiettivo di sviluppare un'analisi costi-benefici sulla base dei risultati ottenuti, al fine di fornire all'ASL TO4 informazioni strategiche utili alla programmazione di attività correlate alla promozione della salute

per i soggetti di età avanzata, attraverso la collaborazione dell'ASL TO4 stessa, del Comitato UISP Ciriè Settimo Chivasso, del Comitato Territoriale UISP Ivrea Canavese e dell'associazione MeetLab.

Nell'ottica di parlare del progetto RIMA - Ricerca In Movimento per l'Anziano, ma allo stesso tempo affrontare il tema della prevenzione primaria, giovedì 28 marzo alle ore 18, presso la Sala Levi del Comune di Settimo Torinese - all'interno della Biblioteca Archimede - si terrà un incontro aperto a tutti, per dare voce alle opinioni e sviluppare interventi a sostegno della terza età e dei soggetti fragili. All'appuntamento, moderato dall'assessore settemiese Daniele Volpato, interverranno: Giorgio Bellan, esperto di Politiche della Prevenzione; Paola Berruto, Infermiera di Comunità ASL TO4; Lisa Sella, Ricercatrice CNR e responsabile scientifica del progetto RIMA e Roberto Rinaldi, Direttore del Comitato UISP Ciriè Settimo Chivasso.

IRCRES **ASL TO4** **UISP sportper tutti** **MeetLab**

28 MARZO 2024 presso la SALA LEVI di SETTIMO TORINESE
ORE 18.00 P.za Campidoglio 50

RIMA RICERCA IN MOVIMENTO PER L'ANZIANO

MISURARE L'EFFICACIA DELL'ATTIVITA' FISICA ADATTATA NEL CONTESTO DELLE POLITICHE DI PREVENZIONE

UN MOMENTO DI CONFRONTO SUL TEMA, PER SVILUPPARE INTERVENTI A SOSTEGNO DELLA TERZA ETÀ E DEI SOGGETTI FRAGILI

INTERVENGONO:
Giorgio BELLAN, esperto di politiche della prevenzione
Paola BERRUTO, Infermiera di Comunità ASL TO4
Lisa SELLA, Ricercatrice CNR e responsabile scientifica del progetto RIMA
Roberto RINALDI, Direttore del Comitato UISP Ciriè Settimo Chivasso

MODERA:
Daniele VOLPATO, assessore del Comune di Settimo Torinese

In collaborazione con: **Città di Settimo Torinese**
Con il patrocinio di: **Comune di Settimo Torinese**
Progetto sostenuto grazie al contributo di: **Fondazione Compagnia di San Paolo**

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



L'Atletica Settemese cala il poker d'assi



Ultimo weekend con gare di cross per il settore giovanile dell'Atletica Settemese, che vede coronare un'intensa e positiva stagione nella specialità campestre giovanile.



Sbagliando s'impara, ASD Echidna in pedana



Sabato 16 marzo, ad Alessandria, le Under 8 dell'ASD Echidna si sono cimentate nella prima prova non competitiva del programma "Super mini".



Skating Dreams scatenato a Biella



Dieci medaglie per la Skating Dreams ASD APS nel 2° Trofeo Regionale AICS - Memorial Luciana Borello andato in scena al Pala-Pajetta di Biella.