

■ Domenica 11 settembre 2016

# A Sportissima 2016 numerose discipline ginniche

di Marika Zola

A settembre riprende la stagione ginnica e, puntuale, torna anche Sportissima, evento non competitivo che offre la possibilità alla popolazione ticinese di scoprire gratuitamente le attività che le associazioni e federazioni sportive propongono nel nostro Cantone.

La dodicesima edizione di Sportissima si svolgerà **domenica 11 settembre 2016 dalle 9.30 alle 17.00** a

- Bellinzona (Piscina comunale)
- Biasca (Pista di ghiaccio)
- Capriasca (Arena Sportiva Capriasca - Val Colla)
- Chiasso (Piazza Indipendenza, Stadio del ghiaccio e Piscina)
- Lugano (Area Cornaredo e Lido)
- Mendrisio (Oratorio Ligornetto)
- Tenero-Contra (Centro sportivo nazionale della gioventù)

e, tra le varie attività, saranno proposte anche quelle ginniche, più precisamente:

- a **Bellinzona** la SFG Sementina presenterà l'india e il gruppo Step & Dance della SFG Bellinzona proporrà tre lezioni: Yoga Flex Fitness®, Zumba® Fitness e Strong by Zumba®;
- la SFG Valle del Vedeggio offrirà a **Capriasca** la possibilità di provare le attività kids-gym, ginnastica attrezzistica e gymnastique, oltre al gioco dell'india;
- a **Chiasso** la locale società sarà presente allo stadio comunale dove proporrà l'atletica; sarà inoltre organizzata dall'Ufficio dello sport (settore G+S) l'attività "maxi-tramp";
- cercherà invece di avvicinare i partecipanti al mondo della ginnastica la SFG Lugano, **allo stadio Cornaredo**, con diverse attività ginniche;
- la "new-entry" di quest'edizione di Sportissima sarà la SFG Stabio che, nell'ambito delle attività offerte nella località di Mendrisio-Ligornetto, offrirà la possibilità di praticare l'aikido, il maxi-tramp e la pallavolo presso le scuole medie di **Stabio**;
- a **Tenero-Contra**, infine, l'ACTG presenterà le discipline ginnastica artistica, ritmica e attrezzistica; si potrà anche assistere alle esibizioni delle/dei ginnaste/i dei centri d'élite di ginnastica artistica e ritmica. Contribuiranno all'organizzazione dell'evento la SFG Brissago, la SFG Losone e l'Unione Sportiva Ascona.

Complessivamente, grazie a 222 postazioni dislocate in tutto il Cantone e al coinvolgimento di circa 180 società e federazioni sportive, a Sportissima si potranno provare, oltre alla ginnastica, **un centinaio di discipline sportive**: dall'hockey subacqueo al canottaggio, dal curling alla scherma, dalle arti marziali al rugby, dal tennis alle varie attività di danza e fitness, ognuno potrà divertirsi praticando del sano movimento!

L'obiettivo della manifestazione, promossa dal Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport, è quello di (ri)avvicinare tutte le fasce della popolazione alla pratica di un'attività sportiva regolare. **Chi parteciperà a una o più attività praticando almeno 30 minuti di movimento**, corrispondenti al fabbisogno giornaliero necessario per mantenersi in forma, **riceverà in omaggio** (fino a esaurimento scorte) **un mini-marsupio**.

**Vieni a Sportissima... a provare l'emozione dello sport!**

Programmi e informazioni su Sportissima 2016 sul sito [www.ti.ch/sportissima](http://www.ti.ch/sportissima)



Con Sportissima nel 2015 a Capriasca

Foto: Marnico Muraro