

La ginnastica a Sportissima 2017... c'è!

di Marika Zola

La seconda domenica di settembre, come ogni anno, ritorna Sportissima, manifestazione non competitiva che offre la possibilità a tutti di scoprire gratuitamente le attività sportive che le varie associazioni e federazioni propongono nel nostro Cantone.

La tredicesima edizione di Sportissima si svolgerà **domenica 10 settembre 2017 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) e
- Tenero-Contra (Centro sportivo nazionale della gioventù).

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

- a **Bellinzona** la SFG Sementina presenterà l'indiana e la SFG Giubiasco e il gruppo Step & Dance della SFG Bellinzona proporranno, rispettivamente, lezioni di Kangoo jump e Pound fit e Zumba® Fitness;
- a **Chiasso** la locale società sarà presente allo stadio comunale dove proporrà l'atletica e in Piazza Indipen-

denza con la ginnastica; 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 SFG Stabio, nell'ambito delle attività offerte nella località di **Mendrisio-Ligornetto**, offrirà la possibilità di praticare l'aikido nella palestra comunale di Ligornetto;
- a **Tenero-Contra**, infine, l'ACTG presenterà le discipline della ginnastica artistica e ritmica e si potrà assistere alle esibizioni delle/dei ginnaste/i dei centri d'élite. Contribuiranno all'organizzazione dell'evento la SFG Brissago, la SFG Losone e l'Unione Sportiva Ascona.

Grazie alle 219 postazioni dislocate in tutto il Cantone, che coinvolgeranno circa 2000 volontari di **quasi 190 socie-**

tà e federazioni sportive, ci sarà solo l'imbarazzo della scelta. A Sportissima si potranno infatti provare, oltre alla ginnastica, **oltre 110 discipline sportive**: dal fitness calistenico alla capoeira, dal kangatraining al football americano, dalla corsa d'orientamento alla scherma, dall'arrampicata alle diverse attività di danza e fitness, ognuno potrà divertirsi praticando del sano movimento!

L'obiettivo dell'evento, promosso 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) **una luce LED**.

Venite a Bellinzona, Biasca, Capriasca, Chiasso, Lugano, Mendrisio e Tenero-Contra a provare l'emozione dello sport e del movimento!

Programmi e informazioni sul sito www.ti.ch/sportissima



SPORTISSIMA