

# Tutti pronti, c'è

di Marina Carta

## SPORTISSIMA

**MOVIMENTO E TANTO SANO DIVERTIMENTO. LA 15.MA EDIZIONE DI SPORTISSIMA PROMETTE COME SEMPRE GRANDI EMOZIONI. IN PROGRAMMA DOMENICA 8 SETTEMBRE, LA MANIFESTAZIONE, GRATUITA E APERTA A TUTTI, SI SVOLGERÀ DALLE 9.30 ALLE 17 IN SETTE LOCALITÀ TICINESI: LUGANO, CAPIASCA, BELLINZONA, BIASCA, CHIASSO, MENDRISIO E TENERO-CONTRA. LA FORMULA È SEMPRE LA STESSA: PROVARE DISCIPLINE, COLLEZIONARE MINUTI DI ATTIVITÀ FISICA LASCIANDO DA PARTE L'AGONISMO. CHI PRATICHERÀ ALMENO MEZZ'ORA DI SPORT RICEVERÀ IN REGALO UN ASTUCCIO CON IL LOGO DELLA MANIFESTAZIONE.**

Importanti novità riguardano Lugano, che per la prima volta trasferisce il suo centro nevralgico al parco Ciani, location suggestiva a due passi dal centro. Per questa 15.ma edizione si è dunque voluto offrire di più ai partecipanti, che non solo potranno divertirsi a cielo aperto provando una delle tantissime discipline disponibili, ma avranno anche il privilegio di farlo in un contesto naturale invidiabile. E non è tutto, perché quella che ci si appresta a vive-

re sarà anche un'edizione social. Tutti avranno infatti l'opportunità di scattare qualche bella fotografia della propria esperienza per poi postarla sui canali Facebook e Instagram dell'evento.

Sono ben 57 le attività da provare, la maggior parte tra il Ciani e il Lido. Per gli sport invernali bisognerà invece spostarsi alla Resega, mentre rimarranno a disposizione i campi da tennis e inline hockey di Pregassona, lo skatepark di Cornaredo, lo stand di tiro di Lugano, la postazione dello Yoga alla palestra di via al Chioso e l'inline hockey al campetto delle Lambertenghi. La vela rimane dislocata a Figino-Casoro, box e wrestling sul piano della Stampa

In caso di maltempo la manifestazione si svolgerà nelle palestre del Centro professionale tecnico di Trevano, nella piscina coperta e alla Resega, nonché presso alcune sedi delle associazioni sportive aderenti all'evento. Tre gli infopoint ai quali rivolgersi per ogni necessità: il primo alla darsena del parco Ciani, il secondo all'altezza del ponte pedonale sul Cassarate (lato Lido) e il terzo alla Resega.

Non poteva mancare anche il Pasta party,



per una gustosa pausa pranzo. Tra le 11.30 e le 14 tutti al Lido per assaporare a bordo lago un ottimo primo a prezzi modici. Sul fronte viabilità s'invitano i partecipanti a privilegiare i mezzi pubblici. Per l'occasione Arcobaleno offre una riduzione del 20 % sul prezzo del biglietto.

### Capriasca... biodegradabile

C'è sempre più voglia di sport in Capriasca, dove le postazioni arrivano a quota 34. Diverse le novità riguardanti le discipline sportive da provare sul comprensorio del-





Foto TI-Press



Foto TI-Press

l'Arena sportiva a Tesserete: il combattimento medievale sportivo, il maxitramp, le gite in e-mountainbike, la country line dance, il percorso del movimento, il percorso a ostacoli e la danza hawaiana. Visto il successo dell'anno passato, è stato confermato il kango jumps che, grazie a particolari scarponcini ammortizzati, farà muovere a ritmo di musica tutti i partecipanti.

Tesserete resta il quartier generale della manifestazione. Dall'acquafit e acquagym al nuoto sincronizzato, dal beach volley al calcio, dall'atletica al judo, dalla danza gioco all'hip hop, dal fitness alla ginnastica artistica sul palo... Ci sarà solo l'imbarazzo della scelta e collezionare minuti di movimento sarà davvero facile. Nei pressi del campo sportivo e della piscina, lo ricordiamo, sono a disposizione i campi da tennis, lo skatepark e il parco giochi Melontano per i bambini.

Come di consueto alcune attività saranno praticabili nelle immediate vicinanze. Bocce a Sala Capriasca, tiro sportivo con pistola nello stand in località Pezzolo e mi-

nigolf alla Casa Don Orione di Lopagno, raggiungibile dallo stadio con un bus-navetta gratuito (partenze ogni mezz'ora dalle 10 alle 11.30 e dalle 14 alle 16).

Sul fronte espositivo va segnalata la presenza di alcuni importanti nuovi stand: la Lega ticinese contro il cancro, il Cantone con la campagna di prevenzione Acque sicure e la Corsa della speranza. È invece Debora Scanzio, campionessa ticinese dello sci freestyle (per la specialità delle gobbe), l'ospite d'onore di Sportissima 2019 in Capriasca. Nazionale svizzera, ha partecipato ai Giochi Olimpici di Torino 2006, Vancouver 2010, Sochi 2014 e PyeongChang 2018. Tra le sue numerose medaglie vi sono l'argento nel 2006 ai mondiali junior e l'anno successivo nella categoria big. Sarà lei a consegnare, alle 13, sul palco del piazzale delle scuole elementari, il premio al merito sportivo ticinese 2018, che il Comune di Capriasca assegna ai migliori atleti del circolo (comprendente Capriasca, Origgio e Ponte Capriasca).

Saranno in funzione tutto il giorno la buvette sul piazzale delle scuole e il Baraonda snack-bar & restaurant presso la piscina. Dalle 12.30 alle 13.30 le attività sportive saranno sospese per la pausa pranzo. Sul piazzale delle scuole (in caso di maltempo presso la sala multiuso della scuola media) si serviranno gnocchi al ragù (buono pasto da acquistare all'Info Point). La novità riguarda in questo caso piatti, posate, bicchieri... Sarà tutto rigorosamente biodegradabile, segno di una sempre maggior attenzione del Comune di Capriasca verso la problematica ambientale.

L'opzione brutto tempo prevede il trasferimento delle attività nelle palestre delle scuole medie ed elementari di Tesserete. I cittadini di Comano, Cureglia, Origgio e Ponte Capriasca possono raggiungere a piedi oppure in rampichino gli impianti dell'Arena sportiva attraverso i percorsi segnalati nel bosco collinare. Da Canobbio è possibile recarsi a Sportissima attraverso la nuova pista ciclopedonale.



Foto club Lugano



Foto club Lugano



Foto club Lugano