

Sportissima: l'importante è muoversi

La manifestazione, alla quinta edizione, si terrà il 13 settembre

Ritorna "Sportissima", la manifestazione a carattere sportivo, aperta a tutti (nessuna tassa d'iscrizione) e non competitiva, promossa dal Dipartimento educazione cultura e sport. Giunta alla quinta edizione, si terrà domenica 13 settembre dalle 9.30 alle 17 e si terrà con qualsiasi tempo.

Partecipare, ricorda il Decs in una nota, è semplice. Basta presentarsi dalle 9.30 nell'infrastruttura dove si svolge l'evento della località prescelta - Piscina comunale di Bellinzona, Pista di ghiaccio di Biasca, Oratorio di Ligorretto, area Cornaredo di Lugano, Centro sportivo nazionale della gioventù di Tenero e Centro sportivo Capriasca e Val Colla (Tesserete) -, annunciarsi e iniziare quindi a praticare, per almeno

trenta minuti, una delle discipline proposte. «Non bisogna essere degli sportivi provetti, ciò che conta è la durata minima di movimento: ognuno si muove in base alle proprie capacità e alla propria volontà», spiega il Dipartimento. In tutte le località indicate i percorsi dovranno essere terminati entro le 17. Un ricco programma ricreativo collaterale allietterà la giornata.

Due le novità della quinta edizione. La prima: quest'anno anche il comune di Capriasca ospiterà "Sportissima": come scritto, si svolgerà al Centro sportivo Capriasca e Val Colla (Tesserete). La seconda: anche a Lugano, in aggiunta a Tenero, le società sportive locali si presenteranno ai partecipanti, cui sarà offerta la possibilità di pro-

vare diverse discipline. "In forma con 30 minuti di attività fisica al giorno!", è questo il messaggio che il Decs rivolge a tutti i cittadini invitandoli a prender parte «numerosi» alla manifestazione.

"Sportissima", ricorda ancora il Dipartimento educazione cultura e sport, è nata nel 2005, Anno internazionale dello sport e dell'educazione fisica, decretato dall'Onu «in un momento in cui lo sport dichiarava la sua difficoltà nel risolvere i casi di doping, di violenza negli stadi e di mala gestione societaria». Con questa manifestazione il Decs intende sottolineare «l'importanza per ognuno di noi di fare movimento, con l'invito a camminare, correre, andare in bicicletta, nuotare... in poche parole, a



Quest'anno partecipa anche il Comune di Capriasca

muoversi secondo il proprio piacere».

Grazie alla stretta collaborazione fra il Decs, i comuni interessati e le diverse federazioni e associazioni sportive, tut-

to è pronto per l'edizione 2009 di "Sportissima". Le informazioni sull'evento sono pubblicate sul sito www.ti.ch/sportissima.