



Giù dagli spalti!

Il 9 settembre a Cornaredo e Tesserete le parti si rovesceranno: a dare spettacolo non saranno gli atleti ma il pubblico, che sarà protagonista assoluto di una giornata interamente consacrata all'attività fisica e alla salute. Perché? Semplicemente, perché Sportissima è stata concepita dall'autorità cantonale per avvicinare la popolazione allo sport e per indurre la gente comune a fare movimento e l'edizione 2012 non si vuole smentire.

L'invito è dunque quello di abbandonare gli spalti e vivere attivamente la seconda domenica di settembre partecipando alle proposte delle società sportive. L'invito a scendere in campo è rivolto a tutti, dai giovani agli anziani, donne e uomini. Non ci saranno classifiche, né podi e medaglie: a trionfare saranno il divertimento e la gioia di stare insieme.

Lugano, con Capriasca (vedi riquadro sotto), Bellinzona, Biasca, Chiasso, Ligornetto e Tenero-Contra, sarà l'epicentro della manifestazione. Stadi, piste, palestre, piscine e campi vari spalancheranno le porte, dalle 9.30 alle 17, per accogliere il pubblico. Una cinquantina tra società e club offriranno l'opportunità di praticare una disciplina. Ce n'è davvero per tutti i gusti: calcio, basket, hockey, pallavolo, nuoto, arti marziali, arrampicata, scherma, tiro con l'arco, canottaggio, vela, golf, tennis, ciclismo, atletica, rugby, ippica, boxe... Quella di domenica 9 settembre sarà una mobilitazione generale. La scorsa edizione si sono contate, sull'arco della giornata, 4mila presenze. A Cornaredo sono state servite 1.200 porzioni di pasta, ma non tutti hanno potuto pranzare. «Quest'anno – dice **Michelle Uffer**, dallo scorso giugno responsabile comunicazione, eventi e pr del dicastero sport di Lugano e alla testa dell'organizzazione – la cucina è stata potenziata: i volontari del gruppo Nüm da Lügän cucineranno e saranno pronti a servire

1.500 pasti allo stadio e altri 300 al lido. Nessuno resterà a pancia vuota!».

Altra novità è «la merenda con i campioni». Dalle 15 alle 16 nel gazebo attiguo all'osteria dello stadio il dicastero Sport offrirà uno spuntino alla presenza di alcuni ospiti eccellenti, come Glen Mèropolit e Petteri Nummelin dell'Hcl, il giovane pilota motociclista Marco Colandrea, il pugile Ruby Belge, Dorina Vaccaroni, già medaglia olimpica nella scherma, e alcuni giocatori del Fc Lugano. «È un'offerta in più che il dicastero ha voluto proporre, non certo per celebrare lo sport d'élite in una giornata che, al contrario, vuole essere il trionfo dello sport popolare, ma semplicemente per dare l'opportunità ai tifosi di avvicinare alcuni campioni in un ambiente conviviale», precisa Michelle Uffer. La giornata si svolgerà su due piazze: quella principale di Cornaredo, con la vicina Resega (e non più la Reseghina come nelle passate edizioni) per le discipline sul ghiaccio e via Maraini a Pregassona per tennis e beach volley; e quella decentrata, al lido, per le attività acquatiche. Bus navetta faranno la spola tra le due location, con collegamenti ogni ora dalle 10 del mattino alle 16 del pomeriggio. Nello stand dell'Ail sarà di-

arenasportiva
CAPRIASCA-VAL COLLA



Attività Sportissima

- 1 Arti marziali (aikido, judo e taekwondo)
- 2 Atletica
- 3 Calcio
- 4 Ginnastica attrezistica, ritmica e kids gym
- 5 Indiana
- 6 Walking, nordic walking e jogging
- 7 Beach volley
- 8 Bicicletta / Mountain bike
- 9 Corsa d'orientamento
- 10 Tiro con l'arco
- 11 Triathlon
- 12 Nuoto
- 13 Acquagym, hidrobike e altri sport in acqua
- 14 Rugby
- 15 Tennis
- 16 Bocce
- 17 Tiro

TUTTI IN PISTA nell'arena Capriasca

Domenica 9 settembre dalle 9.30 alle 17 una quindicina di società sportive locali si presenteranno e offriranno la possibilità di provare le rispettive discipline. Tutti gli im-

Esibizioni

Palco Esibizioni di diversi gruppi

Altri intrattenimenti

- 18** Skater
- 19** Tennistavolo
- 20** Trottoolino / Footbalino

Palco Premio al merito sportivo 2011

Servizi

A Servizio di baby-sitting gratuito



istribuita acqua fresca. Il servizio sanitario sarà assicurato dalla Croce verde. L'edizione luganese di Sportissima è migliorata di anno in anno. E questo grazie all'adesione di nuove società e ai suggerimenti di cui il dicastero sport ha saputo far tesoro. A beneficiarne sono stati il pubblico e le associazioni, specie quelle più piccole e che operano nell'ombra, che attraverso la manifestazione si sono fatte conoscere. Non di rado alcune hanno registrato un incremento delle iscrizioni. Ma ciò che più conta è che, girando e soprattutto provando nei diversi stand, chi non pratica alcuna attività fisica si convinca a intraprendere uno sport, sia singolarmente sia partecipando a un'attività di gruppo o di squadra. Quest'anno l'elenco si è ulteriormente allungato: le novità riguardano il Fc Lugano, che sarà presente a fianco dei «cugini» del Rapid, il karate e la scherma giapponese. A livello di stand si segnalano la Sport invalidi e lo sci club Pregassona. Come nelle passate edizioni chi, compilando lo specifico formulario, avrà dimostrato di aver svolto almeno mezz'ora di movimento, riceverà un asciugamano in microfibra offerto dal dipartimento cantonale educazione, cultura e sport.

pianti sportivi di Tesserete (stadio, piscina, tennis, rugby e percorsi segnalati) saranno aperti al pubblico. Il programma prevede i seguenti 17 percorsi e cantieri sportivi: arti marziali (aikido, judo e taekwondo), atletica, bicicletta e rampichino, calcio, camminata con (nordic) walking e jogging, indiana, tiro con l'arco, bocce, corsa d'orientamento, triathlon, rugby, ginnastica attrezzistica, ritmica e per bimbi, ginnastica e fitness femminile, discipline natatorie, acquagym, idrobike e tennis. Fra le attività sportive collaterali o individuali ci sarà la possibilità di cimentarsi con lo skater, il tennis da tavolo e il footbalino. Durante la giornata sono assicurate due partenze per una passeggiata con persone in carrozzella, così co-

me un nido d'infanzia gratuito (per bimbi dai 3 ai 5 anni) presso lo stadio di Tesserete. Non mancano l'intrattenimento, il ristoro e il ristabilimento: sul piazzale dell'ex caserma è previsto il pranzo con una maccheronata comune servita alle 11.30, 12.30 e 13.30; sono pure previsti intrattenimenti e dimostrazioni varie. All'entrata del centro sportivo sarà attivo un info point per l'informazione e il check-in/check-out delle attività sportive. Durante la giornata saranno a disposizione spogliatoi e docce. La manifestazione si terrà con qualsiasi tempo. I dettagli sulle proposte sportive ed il programma della giornata sono disponibili sui siti www.arenasportiva.ch o su www.ti.ch/sportissima.



TUTTI PAZZI PER SPORTISSIMA



Presente a Sportissima dalle prime edizioni, il beach volley metterà nuovamente a disposizione di chi vuole provare i campi in via Maraini. «Abbiamo notato con piacere – dice la monitrice **Roberta Quadranti** – che sono soprattutto le famiglie ad aderire alla manifestazione e credo sia importante per i genitori offrire ai figli l'opportunità di avvicinarsi a discipline poco conosciute. In genere chi prova il beach volley ne rimane affascinato, il problema è che, non avendo strutture coperte, nei mesi invernali siamo costretti a interrompere l'attività». Bersaglio centrato anche per **Mario Gay**, presidente dell'associazione tiro con l'arco Luganese. «La gente fa la fila per imbracciare l'arco. Ci sono giovani e adulti, donne e uomini. A volte sono persone che hanno provato durante le ferie in

qualche villaggio turistico, oppure che hanno scoccato qualche freccia in gioventù e desiderano riprendere. In ogni caso ci ha piacevolmente sorpreso il successo di pubblico di Sportissima, che per noi si traduce in un maggior numero d'iscritti ai corsi che proponiamo dall'autunno». Gli arcieri si ritrovano nella palestra delle scuole elementari di Besso, mentre per l'attività all'aperto si sta cercando una soluzione, dopo che il campo utilizzato in passato è stato abbandonato per far posto alla galleria Vedeggio-Cassarate. La scherma giapponese sarà una new entry di Sportissima 2012. Nata nel settembre dello scorso anno, la scuola Wa Rei Ryu desidera farsi conoscere e promuovere questa antica arte marziale basata sull'armonia dei movimenti e sulla cura della tecnica.



Insomma non c'è né agonismo né combattimenti. Diffusa e praticata sia oltre Gottardo sia oltre confine, si esercita nelle palestre di Camorino e di Molino Novo. «La nostra presenza alla fiera japan matsuri di Bellinzona lo scorso aprile ha riscontrato un grande successo» spiega l'istruttore **Lo- renzo Casadei**. «Siamo rimasti sorpresi di quante persone in Ticino sono interessate a questa disciplina. Il fatto è che non sapevano dell'esistenza della scuola. Dopo questa esperienza di Bellinzona, ai quattro soci fondatori si sono aggiunti una decina di allievi. Sapendo di Sportissima, abbiamo chiesto al dicastero di sport di Lugano di poter partecipare e il 9 settembre ci saremo anche noi con il proposito di presentare la nostra arte in un clima di allegria». Per lo Sci club Capriasca si tratta della seconda partecipazione. «Malgrado non sia possibile provare lo sport, Sportissima offre l'occasione alle famiglie e ai ra-



gazzi di entrare in contatto con i monitori, conoscere l'organizzazione delle attività e l'ambiente», dice **Mirko Greco**, responsabile eventi. «È importante renderci visibili alla popolazione di Capriasca, soprattutto a inizio stagione». Non poteva mancare l'Unio-

ne sportiva capriaschese, la cui sezione atletica propone a grandi e piccoli le sue discipline sulla pista del campo sportivo di Tesserte. «I bambini si misurano soprattutto con la corsa e i salti» – racconta la monitrice **Anna Pellegrini**, che aggiunge: «L'anno

scorso, per incentivare i ragazzi a correre, invece delle classiche misure è stato simulato sulla pista una specie di viaggio. Partiti da Lugano, abbiamo attraversato tutta la Svizzera e ci siamo fermati a Basilea, anche se l'obiettivo era di raggiungere Parigi».

30% di sconto sull'entrata

Biglietto combinato con la piscina comunale di Carona

Con AutoPostale beneficate del 30% di sconto sull'entrata

Maggiori su www.autopostale.ch Webcode 10496



AutoPostale 

La classe gialla.