



L'ATTIVO

«DORMIGLIONE»

Bollettino sociale della Società
Ginnastica Sezione Federale Mendrisio

www.sfgmendrisio.ch Esce ogni trimestre anno XXII n. 1 settembre 2015

CAFFÈ
CHICCO
DORO®

... Perché si è sempre giovani



La SFG Mendrisio ...una «botta» di vita
scopri l'intero ventaglio delle nostre proposte a pagina 10
...non esitare! Sali anche tu sull'arca.

Noi ti aspettiamo a braccia aperte

**Pronti, via
5-6-7-8...
Pfiuuuuuu!**

Modi diversi per sancire la partenza di un'attività, sia essa atletica, ginnica oppure un gioco. Segnali che calzano a pennello, soprattutto ora, ad inizio settembre, quando le numerose sezioni del sodalizio cominciano le loro attività. Distribuite su ogni categoria d'età, amatoriali e competitive, per uomini, donne sia in ambito ginnico, con la ginnastica di base e generale, l'attrezistica e la ritmica, sia nei giochi, pallavolo e unihockey, così come per l'introduzione all'atletica, le variegate proposte societarie offrono ad ognuno la possibilità di vivere esperienze sportive ed umane intense e gratificanti. Concludo quindi con un'ultima esclamazione d'avvio stagionale ..e la grido a tutti e a pieni polmoni!
Benvenuti!

Maurizio Sala

SCONTO SPECIALE 15%
per soci e simpatizzanti SFG Mendrisio

MISTER OPTIC
L'ottico Amico

MENDRISIO
Via Franscini 10 , tel. 091.646.06.60

BELLINZONA
Viale Stazione 11, tel. 091.826.43-44

Cinque trofei alla coppa Ticino di sezione

Sabato 30 maggio 2015, si è svolta la Coppa Ticino di Ginnastica ritmica e attrezzistica presso le palestre della SPAI di Biasca. La SFG Mendrisio è scesa in campo con ben dieci squadre, suddivise su entrambi i settori ginnici.

Per quanto riguarda quello ritmico sono molteplici i risultati ottenuti dalla Società. Nella categoria Alunne B, due sono stati gli esercizi proposti. Le alunne con l'esercizio libero ispirato ai balli irlandesi hanno ottenuto un ottimo 3° posto (punti 8.84), mentre nella categoria con piccolo attrezzo, le giovani ginnaste hanno presentato un originale esercizio alla palla classificandosi seconde con un punteggio di 8.65.

Nella categoria A libero, le nostre alunne si sono classificate 6° (punti 8.60) presentando un esercizio ispirato alla celebre fiaba di Pinocchio. Nella categoria con piccolo attrezzo, le



atlete mendrisiensi hanno presentato un esercizio alle clavette ricco di difficoltà e si sono classificate 5° con un punteggio di 8.93.

Nella categoria attive sono tre gli esercizi proposti dalla SFG Mendrisio: l'esercizio con i cerchi e le clavette è valso alle atti-

ve un buon 2° posto con punti 8.23. Nella categoria libero, lo storico gruppo misto ha presentato un nuovo esercizio eseguito in modo eccellente che ha permesso loro di conquistare la coppa d'argento con punti 9.28, mentre la squadra delle attive si è classificata 6° con un punteggio di 8.36.

Per quel che riguarda la categoria 35+, i ginnasti momò si sono esibiti con un esercizio grintoso e coinvolgente ottenendo un punteggio di 9.36 e aggiudicandosi un meritato 2° posto.

Per quanto riguarda il settore attrezzistico due sono le squadre scese in campo, entrambe con la combinazione di attrezz-

zi, salti e suolo. Nella categoria maggiore, gli attivi hanno presentato un esercizio spettacolare ottenendo un punteggio di 9.17 che ha portato loro un buon 4° posto. Gli alunni invece si sono esibiti in un esercizio energico che è valso anche a loro il 4° posto con punti 8.34.



 **BPS (SUISSE)**

Passo dopo passo,
guardando al futuro.

Mendrisio, Agenzia

Piazzetta Borella 1, 6850 Mendrisio
Tel. +41 58 855 42 00

Call Center 00800 800 767 76
www.bps-suisse.ch

Banca Popolare di Sondrio (SUISSE)
La Banca che parla con te.



Pavimentazioni
stradali
Isolazione tetti
piani

6830 CHIASSO - Tel. 091 682.36.21 - Fax 091 682.43.81



Parravicini Vitivinicoltori

Luca Parravicini

Via alle Corti - 6873 Corteglia (Suisse)

Tel. +4191 630 21 75 - Fax +4191 646 50 13

Mobile +4179 620 92 25 - www.parravicini.ch



Ticinesi di sezione: una domenica ricca di emozioni

Lo scorso 14 giugno si sono tenuti, nelle palestre di Biasca, i Campionati Ticinesi di ginnastica di sezione. La SFG Mendrisio vi ha partecipato con molteplici squadre appartenenti sia al settore ginnastico, che a quello attrezzistico. Per quanto riguarda la gymnastique, ben 8 erano le squadre momò in gara. Nella categoria attive libero ha gareggiato il gruppo misto che, proponendo un esercizio grintoso e preciso, è riuscito a guadagnarsi il secondo gradino del podio con punti 9.27. Nella stessa categoria, la squadra composta da sole ginnaste ha eseguito un esercizio sulle note della musica cubana, prestazione che ha permesso loro di ottenere un punteggio di 8.84 ed un buon sesto rango. Nella categoria attive con piccolo attrezzo, le nostre ginnaste si so-



no destreggiate con cerchi e clavette e sono riuscite ad aggiudicarsi la medaglia d'argento con punti 8.57.

Nella categoria alunne A, due sono gli esercizi proposti dalla nostra società. Nel libero, una trasposizione ginnica del musical di pinocchio è valsa 8.63 (seste), mentre nella categoria

con piccolo attrezzo le otto ginnaste in gara hanno eseguito con precisione un originale lavoro con clavette che le ha proiettate sul terzo gradino del podio (8.89).

Nella categoria alunne B, le piccole ginnaste hanno eseguito una buona produzione libera ispirata alle danze irlandesi, esercizio che ha permesso loro di classificarsi terze (8.85). Nella categoria con piccolo attrezzo invece, le giovani ginnaste si sono presentate con la palla e con evoluzioni ricche di difficoltà, guadagnandosi meritatamente un buon secondo posto con punti 8.89.

L'ultima squadra in gara nel settore della gymnastique è stata quella del gruppo 35+ che ha

saputo ancora una volta entusiasmare il pubblico con un esercizio apprezzato e premiato con la medaglia d'argento (9.36).

Per quanto concerne il settore dell'attrezzistica, due erano le squadre mendrisiensi in gara. Gli attivi e le attive hanno presentato una combinazione mozzafiato al suolo e ai salti che ha permesso loro di ottenere un punteggio di 9.35 classificandosi quinti. Gli alunni, invece, hanno eseguito un esercizio al suolo e ai salti ricco di energia, che li ha portati a posizionarsi terzi con un punteggio di 7.55.



La Costa
Azienda Vitivinicola SA
6883 Novazzano

Tel. +41 79 669 09 57
+41 79 214 61 45
Fax +41 91 683 39 71

Centro Terapia e benessere



Omeopatia
Floriterapia
Massoterapia
Estetica

La Libellula
Via Giomonda 6 - CH-6850 Mendrisio (Svizzera)
tel. +41 76 356 21 33 ; e-mail: ronlloe@gmail.com

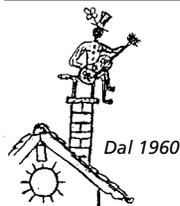


www.coltamaionoranze.ch



COCHI SA

Via Roncaglia 5
CH - 6883 NOVAZZANO
Tel. +41 91 695 54 54
Fax +41 91 695 54 55
www.cochi.ch



Bernaschina Spazzacimini Sagl

Via G. Motta 30 - 6826 RIVA SAN VITALE
Impresa di pulizia impianti
di riscaldamento a gas - legna - nafta

Manutenzione e vendita
Tel. 091 648.12.79 - Fax 091 648.28.41
E-mail bernaschinaspazzacimini.sagl@gmail.com

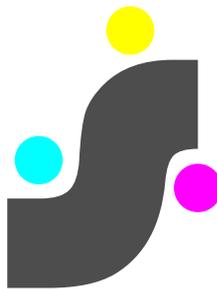
**EXPO
ARREDO
MENDRISIO**

Expo Arredo SA
via Vignalunga 2c
CH-6850 Mendrisio
091 646 10 47
info@expoarredo.ch
www.expoarredo.ch

arredamenti
cucine e bagni
Illuminazione
progettazione
oggettistica



tipografia **stucchi**



Tipografia Stucchi SA
 6850 Mendrisio
 Via Nobili Bosia 11
 Casella postale 134
 Tel. +41 91 646 11 53
 Fax +41 91 646 66 40
 tipostucchi@tipostucchi.ch



% SCONTO SPECIALE "SFG MEMBER":

valido per la famiglia del membro della società – medesimo nucleo familiare, alla presentazione della tessera d'affiliazione alla federazione

% acquisto vetture nuove: sconto supplementare **2%**

% acquisto vetture d'occasione: sconto speciale **CHF 500.-**

% servizi di officina e lavori di manutenzione: **sconto 10%**

DOS-GROUP.COM
DOS
 [G R O U P]



Via Besazio 21 - CH-6863 Besazio info@dos-group.com +41 (0)91 630 20 11

World Gymnaestrada Helsinki 2015 Mendrisio? ...presente!

Undici ginnasti e un monitore, questo il sostanzioso e prezioso contributo che la società di Mendrisio ha fornito al "Gruppo Ticino" in occasione della quindicesima World Gymnaestrada tenutasi a Helsinki, fra il 12 e il 18 luglio. La manifestazione, organizzata ogni quattro anni dalla federazione internazionale di ginnastica (F.I.G.), riunisce gruppi di ginnasti provenienti da tutto il mondo, i quali hanno la possibilità di esibirsi all'interno di arene appositamente predisposte per l'occasione. Il carattere non competitivo della manifestazione fa sì che le produzioni presentate non abbiano vincoli tecnici particolari e che la fantasia e la libertà dei



movimenti siano così posti al centro della scena. La nostra selezione cantonale, dopo due anni di duri allenamenti,

si è recata in Finlandia con due esercizi validi e spettacolari, nei quali l'incrocio fra ginnaste e ginnasti provenienti

da due settori, attrezzistica e ritmica, ha dato vita a combinazioni mozzafiato e a coreografie variopinte. Gli applausi e le ovazioni del pubblico hanno premiato gli esibizioni presentate e hanno permesso a tutti di vivere un'esperienza ricca di emozioni che certo resterà impressa indelebilmente nelle menti e nei cuori di tutti.

Ricordiamo che sarà possibile applaudire il gruppo Gymnaestrada ancora un'ultima volta in occasione del Gala ACTG, che si terrà, per l'occasione organizzato dalle 5 società del Mendrisiotto, al Palapenz di Chiasso il prossimo 28 novembre. Vi aspettiamo dunque numerosi.



• Angelo Valsangiacomo SA
• Via Motta 51 6850 Mendrisio • Tel. 091 646 16 62
Fax 091 646 91 62

Caffè Sociale
Ristorante - Pizzeria - Bar

Via Indipendenza 7 - 6826 Riva San Vitale - Tel. 091 648 17 89
caffesociale@hotmail.com - www.ristorantesociale.ch - aperto tutti i giorni

SERIGRAFIA
di Diana ed Eliane



Mendrisio - Via Madero 52
Tel. 091 646.59.43 - Fax 091 646.13.45
boco@conconi.com

Membro
Switcher Net
Fornitura, stampa
e ricami magliette,
anche piccole
quantità
Preventivi a richiesta.



ARTICOLI MONOUSO - TENDONI E COPERTURE
SERVIZIO STAMPA - GAS

Party Plastic SA
Via Ressiga - 6817 Maroggia
Tel. 091/646 56 56 - Fax 091/ 646 84 25
www.party-plastic.ch - info@party-plastic.ch



angolo casa sagl

showroom
via industria 3
6850 mendrisio
tel. 091 646.98.25

www.angolocasa.ch
info@angolocasa.ch

lista nozze
casalinghi
oggettistica

angolocasa

**CICLO
SPRINT**

di Ermanno Bossi
via Vignalunga, 1 - MENDRISIO (CH)
Tel. 0041 91 6461212 - Fax 0041 91 6468666



**Carrozzeria
San Giovanni**

Carrozzeria- Garage San Giovanni SA
Via Campagna Adorna 13
CH - 6850 Mendrisio

**CARROZZERIA
GARAGE
RIPARAZIONI GRANDINE
AUTO - OCCASIONI**

tel. 091 646 19 60
fax 091 646 74 45
corr.san.giovanni.sa@bluewin.ch

Allianz Suisse
Agenzia principale di Chiasso
Alessandro Zanotta
Via E. Bossi 1, 6830 Chiasso
Tel. 058 357 08 50, Fax 058 357 08 51

Allianz



MAGAZZINI GENERALI CON PUNTO FRANCO SA

ZOLLFREILAGER • PORT FRANCO • BONDED WAREHOUSE
CHIASSO - Via Magazzini Generali 14 - Tel. 091 682 30 30
Filiale di STABIO - Via Croce Campagna 2 - Tel. 091 647 14 22
info@puntofrancochiasso.ch - www.puntofranco.com

Locazione - Gestione depositi - Traffico combinato strada-rotai
Noleggio autogrù e sollevatori di ogni portata



Via San Gottardo, 31 - 6877 Coldrerio - Tel. 0041 91 682 66 16
Sandra e Giorgio Tela
chiasasport@gmail.com

ARTICOLI SPORTIVI -
ABBIGLIAMENTO

all-wear ag fornitore per
l'abbigliamento di squadre
ricama o stampa quello che vuoi



all-wear ag postfach 17 langgstrasse 21 8308 illnau
mobil +41 79 134 36 84 dg@all-wear.ch www.all-wear.ch

Fausto Bernasconi S.A.

Impresa costruzioni

6830 CHIASSO

altro
consulenze
solca sa
ingegneri consulenti

ec@solca.ch
www.solca.ch

Elettroconsulenze
Solca sa

Via Penate 16,
CH-6850 Mendrisio

Via Greina 3,
CH-6901 Lugano

Corso S. Gottardo 38,
CH-6830 Chiasso

Tel: +41 (0)91 640 64 00
Fax: +41 (0)91 640 64 01

Attività 2015 / 2016

SEZIONE	GIORNO	ORARIO	LUOGO	ANNO	INIZIO
GENITORE & BAMBINO A	Martedì	16:45 / 17:45	Canavée	'11 - '12	15.09.15
GENITORE & BAMBINO B <i>Info.Tessa: 079/3163641</i> <i>tessa-gabri@bluewin.ch</i>	Martedì	09:00 / 10:00 10:00 / 11:00	Pal. Via Vela Mendrisio	18 mesi compiuti	15.09.15
BAB YGYM <i>Info.Tessa: 079/3163641</i> <i>tessa-gabri@bluewin.ch</i>	Martedì	16:45 / 17:45	Canavée	'10 - '11	22.09.15
RITMICA Attive	Martedì	20:00 / 22:00	Canavée	dal '99	29.09.15
	Giovedì	19:30 / 21:30	Liceo		
Pre-attive	Martedì	19:30 / 21:00	Canavée	'00 - '01	29.09.15
	Giovedì	19:15 / 20:45	Liceo		
Alunne A+B1+B2	Martedì	17:45 / 19:15	Liceo	'02 - '07	22.09.15
	Giovedì	17:45 / 19:15	Liceo		
Alunne C <i>Info.Ronzina: 079/4111434</i> <i>sfgritmica@gmail.com</i>	Lunedì	17:45 / 19:15	Liceo	'08 - '10	21.09.15
ISCRIZIONI RITMICA PER TUTTI I GRUPPI ENTRO 07.09.2015 <i>pere-mail a: sfgritmica@gmail.com</i>					
ATTREZZISTICA ATTIVI / E	Lunedì	20:00 / 22:00	Canavée	dal '00	31.08.15
	Giovedì	20:00 / 22:00	Canavée		per tutti iscrizioni il 14.09.2015 ore 18:00
ALUNNI TEST 1+2+3+4 ALUNNI Produzione	Lunedì/Giovedì	17:00 / 18:30	Canavée	'01 - '09	
	Mercoledì	18:00 / 20:00	Canavée		
Pre-attrezzistica <i>Info.Rosanna: 076/4140366</i> <i>rodenrosy@gmail.com</i>	Giovedì	17:00 / 18:30	Pal. Rancate	'09 - '10	17.09.15
35+ <i>Info.Lucia: 078/7259300</i> <i>lcrivelli@sunrise.ch</i>	Lunedì	20:00 / 22:00	Canavée	dai 25 anni	14.09.15
ACRO-JUMP/Parcour <i>Info.Renato: 076/5664280</i> <i>re.pettignano@sunrise.ch</i>	Mercoledì	19:15 / 20:30	Liceo	dai 14 anni	23.09.15
GRUPPO GIOCHI <i>Info.Guy: 076/5756668</i> <i>guyroden@gmail.com</i>	Giovedì	20:00 / 22:00	Canavée	Adulti	03.09.15
UOMINI: Gruppo Fit <i>Info.Fiorenzo: 076/5893053</i> <i>fiorenzocroci@hotmail.com</i>	Lunedì	20:30 / 22:15	Pal. Rancate	Adulti	15.09.15
	Giovedì	20:30 / 22:15	Pal. Rancate		
GINNASTICA PER TUTTI <i>Info.Elio: 091/6464236</i> <i>eliosala@gmail.com</i>	Mercoledì	20:30 / 22:00	Canavée	uomini e donne "nolimits"	30.09.15
ATLETICA <i>Info.Christian: 079/3371057</i> <i>riviera2001ch@yahoo.it</i>	Mercoledì	18:30 / 20:00	Pal. Scuole medie	dal '06	03.09.15
	Venerdì	18:30 / 20:00	Pal. Scuole medie Campo sportivo		
PALLAVOLO LUI & LEI <i>Info.Paolo: 091/6821151</i> <i>paolo@unitbox.ch</i>	Martedì	20:45 / 22:15	Liceo	dal '01	08.09.15
	Giovedì	20:45 / 22:15	Liceo		
ARTISTICA maschile / femminile	GYM ÈLITE MENDRISIOTTO <i>Info: Maurizio Sala - ziomao63@gmail.com</i>				
TASSA SOCIALE ANNUA (durata settembre 2015 - giugno 2016)					
Baby-Gym, Alunne C, Pre-attrezzistica, Acro-Jump, Atletica scolari					Fr. 100.-
Alunne A, B1, B2, Pre-attive (RITMICA) - Test 1, 2, 3, 4 (ATTREZZISTICA)					Fr. 120.-
Genitore & Bambino, Attive, 35+, Gruppo Giochi, Uomini, Donne, Ginnastica per tutti, Pallavolo					Fr. 150.-
PAGAMENTO TRAMITE IL RESPONSABILE DEL GRUPPO					



SPEEDY!



Atletica Mendrisiotto

Fabio Rampa: Ragazzo più veloce del Mendrisiotto

Quest'anno, Riva San Vitale ha ospitato la manifestazione denominata "Ragazzo/a più veloce del Ticino".

Particolare soddisfazione per l'Atletica Mendrisiotto.

Fabio Rampa, nato nel 2000, si è aggiudicato il titolo di "Ragazzo più veloce del Mendrisiotto" e potrà così difendere la regione alla finale ticinese. Altri due podi sono poi stati

conquistati nella categoria dei nati nel 2001, da Ivan Maroni secondo e André Tinner quarto.

Sempre l'Atletica Mendrisiotto agli onori anche a Vacallo, dove domenica si è svolta l'eliminazione della UBS Kids Cup.

Oltre alla partecipazione di Arun e Nicolas Sivasakthivel, di Noah Pezzi e di André Tinner,



ancora Fabio e Ivan hanno onorato l'impegno con un'altra vittoria per Fabio e con un bel secondo posto per Ivan.

Ambedue si sono qualificati per la finale di Bellinzona.

Sono settimane veramente cariche di impegni atletici per i nostri ragazzi, e siamo sicuri che potranno raccogliere altre soddisfazioni.

Medaglie di valore per l'Atletica Mendrisiotto

Quelle trascorse negli ultimi mesi sono state giornate intense e zeppe di appuntamenti atletici. L'Atletica Mendrisiotto ha continuato il cammino a suon di medaglie e di piazzamenti grazie a giovani e attivi. Fra gli attivi, pur mancando di alcuni esponenti collaudati, la staffetta della 4x100 metri ha colto un brillante terzo rango e medaglia di bronzo ai Campionati Ticinesi. La squadra composta da Ielapi Francesco, Dzinaku Aaron, Calderara Luca e Moriggia Leonardo ha chiuso in 43"49, nella gara vin-

ta dalla Virtus Locarno. Sempre nei Campionati Ticinesi assoluti dei 3000 siepi, Gabriele Bianchi, ha colto un brillantissimo secondo rango e medaglia d'argento, bissando il podio già ottenuto lo scorso anno. Un bravo a Gabriele che, seppur con le difficoltà d'allenamento dovute allo studio, è sempre presente a questi appuntamenti. Si sono poi svolti i Campionati Ticinesi giovanili. Anche in quest'occasione prestazioni e medaglie di peso sono state ottenute dai nostri giovani. Fra le Under 17

femminili, Chiara Bandoni, seppur di un anno inferiore, ha vinto una bellissima medaglia d'argento con il prestigioso record personale di 12"55. Nella categoria inferiore, fino a 15 anni nel settore maschile, Fabio Rampa ha colto l'oro nella disciplina dei 100 metri ostacoli; alla seconda uscita in questa disciplina ha migliorato il suo record portandolo a 15"11. Fabio ha poi raggiunto la finale negli 80 metri eguagliando il suo personale di 10"02 e giungendo quinto al traguardo. Grande impegno e

belle prestazioni per gli altri atleti presenti; Ivan Baroni, André Tinner e Noah Pezzi impegnati nei 600 metri e negli 80 metri i primi, nel peso e giavellotto Noah.



Chiara Bandoni, seconda nei 100 metri: Fabio Rampa primo negli ostacoli

>Televisione >Internet >Telefono fisso >Mobile

Vi consigliamo, installiamo e configuriamo

expert Cometti

Radio TV • Hi-Fi
Mendrisio - Via Vignalunga 5 - Tel. 091 646 22 53 www.comettitv.ch

Partner Swisscom - Sunrise - Upc Cablecom

**elettricità
BINAGHI**
646 15 22 mendris
Via Maderno 8 - fax: 646.65.93

**DAL 1977 AL VOSTRO SERVIZI
A FEM IMPIANT ELETTRIC
E TELEFONIC;
VENDUM CUNDIZIUNADU
E
ELETRUDUMESTIC**



- RISCALDAMENTI - SANITARI
- RAFFREDDAMENTO - CLIMA
- IMPERMEABILIZZAZIONE
- LATTONIERE EDILE
- STUDIO TECNICO

091 646 50 44
www.conconi.com

Protezione di persone e di valori

Securiton garantisce più sicurezza:

Sistemi di segnalazione scasso e aggressione	Sistemi di rivelazione incendi Sistemi di spegnimento incendi	Sistemi per controllo accessi Sistemi di sorveglianza video
---	--	--

SECURITON

Via Industria Sud
6814 Lamone / Lugano

Succursale Ticino

Tel. 091 605 59 05 - Fax 091 605 45 83

VANITE
ESPERIENZE DI BELLEZZA E BENESSERE

ESTETICA - ACCONCIATURA
BENESSERE - PODOLOGIA

MENDRISIO e CHIASSO
Tel. 091.630.20.80 / 091 682.77.66
www.lavanite.ch

Pillole
"35+ nel mondo"



P. P.
 6850 Mendrisio - Stazione

Mare, monti e città ..35 + nel cuore ovunque si va



Sempre con voi, ovunque ci siano numeri.

Parlate con noi delle vostre attività bancarie.
 In tutte le fasi della vita.

RAIFFEISEN
 Con noi per nuovi orizzonti

RAIFFEISEN
 mendrisio e valle di muggio

☎ 091 640 34 34 🌐 www.raiffeisen.ch/mendrisio

IMPIANTI SANITARI • RISCALDAMENTI
RIPARAZIONI • LATTONERIA
CLIMATIZZAZIONE
UFFICIO TECNICO

Hydro ARCO

Tel. +41 91 646 68 65
 hydroarco@bluewin.ch

6850 MENDRISIO
6855 STABIO

REZZONICO
 FABIO REZZONICO+CO EDILIZIA

Via Penate 9, 6850 Mendrisio - P.O.BOX 1755, Telefono +41 (0)91 6403740 — www.rezz.ch

RAIFFEISEN

mendrisio e valle di muggio

Tel. 091 640 34 34 - Fax 091 640 34 00 - E-mail: mendrisio@raiffeisen.ch - www.raiffeisen.ch/mendrisio



tipografia stucchi sa, mendrisio