



L'ATTIVO

«DORMIGLIONE»

Bollettino sociale della Società
Ginnastica Sezione Federale Mendrisio

www.sfgmendrisio.ch Esce ogni trimestre anno XXVIII n. 2 dicembre 2020



CAFFÈ
CHICCO
DORO®

CAFFÈ
CHICCO
DORO®

Nonostante tutto... siamo ripartiti

Dopo la forzata pausa dell'ultimo scorcio di stagione, la 121ma annata ginnica della società ginnastica di Mendrisio è iniziata. Tra mille interrogativi e la prospettiva della seconda ondata pandemica nel frattempo purtroppo confermatasi, dirigenti e monitori si sono fatti trovare pronti e motivati nel voler offrire alla comunità regionale, ed ai propri affiliati, la possibilità di poter vivere la loro passione sportiva in presenza ed in tutta sicurezza. Dopo la delicata ed attenta redazione dei protocolli di protezione e prevenzione richiesti dalle autorità competenti, poi costantemente aggiornati seguendo l'evoluzione delle normative via via emanate, si è passati alla pratica delle differenti opzioni disciplinari che da sempre caratterizzano l'intenso programma societario.

Certo l'incertezza, i più che giustificati timori di molti soci e soprattutto il peggioramento della situazione sanitaria intervenuto nel corso del mese di novembre ci hanno messo a tratti con le spalle al muro. Alcuni gruppi hanno dovuto essere limitati numericamente, i più sensibili sono stati posti in standby, altri invece hanno dovuto modificare il proprio programma rinunciando ad alcuni obiettivi privilegiando un allenamento tecni-

CAFFÈ
CHICCO
DORO®

CAFFÈ
CHICCO
DORO®

30% DI SCONTO

TUTTO IL MESE DI DICEMBRE,
SULL'ASSORTIMENTO ESPOSTO

VALIDO PER I SOCI SFG MENDRISIO

SERFONTANA
6836 Serfontana
T. +41 91 683 63 20

AGNO
Via Lugano 21
6982 Agno
T. +41 91 605 64 74

MENDRISIO
Via Praella 15
6850 Mendrisio
T. +41 91 646 52 00



1988
/2018
30
ANNI

MG
MEIER+GAGGIONI
OTTICI DIPLOMATI FEDERALI

WWW.MEIERGAGGIONI.CH

co individuale. La SFG Mendrisio fin dall'inizio ha tuttavia risposto basando le proprie decisioni su due pilastri fondamentali: La ferma volontà nel voler offrire il proprio servizio nel pieno rispetto delle normative di sicurezza e la massima flessibilità e rispetto nei confronti dei propri collaboratori, delle ginnaste e dei ginnasti.



Stagione all'insegna dell'igiene e della sanificazione

Possiamo e dobbiamo essere quindi soddisfatti di quanto fatto e delle risposte avute dai nostri fedeli associati. La speranza è naturalmente quella di poter proseguire sulla strada intrapresa e sotto questo aspetto riteniamo fondamentale fare un passo alla volta, guardando al futuro con realismo ma pure

con rinnovato ottimismo e fiducia. Potersi ritrovare in palestra, in pista o sui campi da gioco per praticare del sano movimento in simpatica ed allegra compagnia, seppur "mascherata", sono e restano veri e propri toccasana di cui noi tutti sentiamo, oggi più che mai, un

naturale bisogno. E dai pensieri espressi da ginnaste e ginnasti, che avrete modo di leggere in alcuni dei prossimi articoli, tutto ciò emerge con forza e vigore. Restiamo dunque uniti gli uni con gli altri, tutti accomunati dalla gioia che la ginnastica, l'atletica, la pallavolo, l'unihockey, ma soprattutto l'amicizia che permea ogni gruppo ci può regalare. Naturalmente un pensiero ed un auspicio particolare non posso non rivolgerlo a tutti voi in occasione delle prossime feste. Un Natale e un Capodanno che si annunciano molto diversi da

quelli che ci siamo abituati a vivere attornati da familiari e da amici in gran numero. #Distan-timavicini è un motto che abbiamo imparato a conoscere in questi difficili mesi e che certamente ci aiuterà a trascorrere le imminenti ricorrenze con sentimenti di solidarietà e condivisione forse più puri e sinceri.

A tutti voi, care amiche e cari amici della SFG Mendrisio

BUON NATALE
e **FELICE ANNO NUOVO**
(fatti tutti gli scongiuri del caso) e soprattutto
BUONA SALUTE!

Fausto Bernasconi S.A.

Impresa costruzioni

6830 CHIASSO

Fin PURICELLI SA
TRASPORTI - RECYCLING



via Industria 7 - CH 6826 Riva San Vitale
tel. +41 91 630 55 55 - fax +41 91 630 55 56 - info@puricelli.ch - www.puricelli.ch

alpuriget
PULIZIA CANALIZZAZIONI
ASPIRAZIONE E POSPAGGIO INERTI

Roberto Portelli - CH 6826 Riva San Vitale
Tel. +41 91 630 33 33 - Fax +41 91 630 33 34 - info@alpuriget.ch
www.alpuriget.ch

VANITE
ESPERIENZE DI BELLEZZA E BENESSERE

Mendrisio - Via Borella 5 - 6850 Mendrisio
Tel. 091 630.20.80 - www.lavanite.ch

ESTETICA - ACCONCIATURA
BENESSERE - PODOLOGIA



% SCONTO SPECIALE "SFG MEMBER":

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

Vetture nuove TOYOTA e LEXUS

- Tutti i modelli: fino all'11% di sconto!
- Su tutti i furgoni passeggeri: fino al 16% di sconto!
- Su tutti i furgoni trasporto: fino al 25% di sconto!

Vetture d'occasione di tutte le marche:

- Tutte le occasioni: CHF 500.- buono officina
- Oltre naturalmente allo sconto officina del 10% per lavori di manutenzione alla propria vettura di qualsiasi marca.

Protezione di persone e di valori

Securiton garantisce più sicurezza:

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

SECURITON

Succursale Ticino

Via Industria Sud
6814 Lamone / Lugano
Tel. 091 605 59 05 - Fax 091 605 45 83

elettricità BINAGHI

091 646.15.22 Mendrisio

Dal 1977 al vostro servizi a fem impianti elettrici e telefonici; vendem cundizionadu e eletrudumestic

Via Carlo Maderno 8 - fax 091 646.65.93 - email: gbinaghi@bluewin.ch

icf PAVIMENTAZIONI STRADALI IMPERMEABILIZZAZIONE TETTI/PISINE

INDUSTRIE CHIMICHE RIUNITE

Via Privata Franz Soldati 5, 6830 Chiasso
Tel. 091 682 36 21 - Fax 091 682 43 81

Email: info@icrch.ch
www.icrch.ch

Carrozzeria San Giovanni

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

USIC

Franco Bernasconi
natel 079 621 73 07

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

Fabio Corti nuovo Presidente Nazionale

Sabato 31 ottobre Fabio Corti è stato eletto nuovo Presidente dell'Associazione Nazionale di Ginnastica nel corso dell'annuale Assemblea dei delegati Federali. Ricorderete, quella stessa seduta che si era brillantemente tenuta a Mendrisio lo scorso anno in occasione dei festeggiamenti per il centocinquantesimo dell'Associazione Cantonale Ticinese. Un evento rimasto nel cuore di tutti noi e che tanti consensi aveva riscosso tra partecipanti e addetti ai lavori. Peccato, sarebbe stato molto bello festeggiare Fabio a casa sua, in presenza. Non è stato così. E purtroppo la pandemia ha pure minato fortemente l'edizione 2020, la "sua", privandolo del calore e dal corale abbraccio dei delegati. Ma ciò tuttavia non cambia né la portata né la sostanza della sua bril-

lante, "storica" per il movimento ginnico ticinese, nomina alla testa della Federazione Svizzera. Un onore infatti che, negli oltre 150 anni di vita della FSG, non era mai toccato ad alcun Ticinese (Clemente Gilardi prima e Paolo Zürcher poi avevano rivestito la comunque prestigiosa carica di vicepresidente). Fabio Corti è per me innanzitutto un amico e un bravo ginnasta con il quale ho condiviso numerose esperienze sportive in seno al gruppo attivi di Chiasso, la sua società che fu per molti anni anche la mia. Un sodalizio di cui per altro è stato anche apprezzato Presidente tra il 1994 ed il 2000.

A Fabio Corti la società ginnastica di Mendrisio manifesta i più sinceri e accorati complimenti per l'importante traguardo raggiunto. Felicitazioni alle



quali si aggiungono quelle di tutta la comunità mendrisiense di cui anch'esso, domiciliato a Besazio, fa parte. Un incarico di prestigio, non facile in questo delicato momento. Un compito che Fabio certamente saprà onorare grazie alla sua esperienza ed alle sue indubie capacità umane e profes-

sionali. Un pensiero speciale desideriamo rivolgerlo però pure alla sua famiglia, in particolare alla moglie Nadine, che saprà accompagnarlo in questo suo nuovo impegnativo ruolo. Complimenti Fabio... in bocca al lupo e buon lavoro

SaM

GEM: Gym Élite Mendrisiotta

Due parole con Jeremy, nostro valido rappresentante al Centro Cantonale di ginnastica artistica di Tenero.

1) Ciao Jeremy, come stai?

Ciao a tutti, sto bene grazie e voi?

2) Quest'anno con la tua famiglia ti sei trasferito nel sovraceneri. Come ti trovi?

Mi trovo molto bene, è stato un bellissimo cambiamento e per me una nuova sfida. Finalmente ho la possibilità di allenarmi di più con più calma, senza stress e ore di viaggio per arrivare in palestra. Ho già avuto modo di fare nuove amicizie e conoscere posti nuovi. Sono molto felice!

3) Nonostante il periodo molto delicato dovuto alla pandemia, come va con la ginnastica, tua grande passione?

Purtroppo quest'anno va così. Mi è dispiaciuto non poter gareggiare a livello cantonale e nazionale gli scorsi mesi di aprile, maggio e giugno. Da qualche settimana abbiamo anche saputo che non potremo presenziare ai test federali di Macolin perché annullati. Peccato, ma la passione che ho per la mia disciplina mi permette di andare avanti sapendo di avere più tempo per migliorare. Sto sfruttando il tempo di preparazione per provare nuovi esercizi, perfezionandomi al meglio.

4) Nonostante il cambio di domicilio sei rimasto fedele alla tua società, e la SFG Mendrisio di questo è molto felice. Cosa ti ha portato a questa decisione?

Ho grande rispetto e riconoscenza per la mia società. Qualche anno fa, alle prime armi nella ginnastica attrezzistica, mi avete sostenuto e "lanciato" nel mondo della ginnastica artistica dandomi fiducia e continuo supporto, cosa che continuate a fare, anche oggi che sono un pò più distante. GRAZIE!

5) Come vedi il tuo futuro ginnico? Quali sono i tuoi obiettivi, i tuoi sogni?

La prima cosa che spero è che

questo virus se ne vada, permettendoci di poter gareggiare, rendendo il nostro duro lavoro una soddisfazione. I miei obiettivi principali sono quelli di continuare a divertirmi ed allenarmi con serenità, mantenendo alto il mio impegno sempre in modo costante. Per il resto, vi terrò aggiornati, pur sapendo che il mio sogno più grande e ormai fisso è quello di poter partecipare alle Olimpiadi, magari quelle di Los Angeles nel 2028.

Beh, che dire... in bocca al lupo Jeremy!

SaM



REZZONICO
FABIO REZZONICO+CO EDILIZIA

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



Ciao! Ci presentiamo, siamo: Giacomo, Nadine, Arianna, Tommaso, Demian, Amélie, Leonardo, Bianca, Leanne, Allegra, Julian, Agata, Sveva, Camilla e Sofia.

Ogni giovedì ci ritroviamo in palestra per trascorrere un'oretta di sano divertimento ginnico sempre pronti a seguire con grande attenzione le lezioni che ci vengono proposte dalle nostre monitrici Lucia, Tessa e Cristina.

Le nostre maestre devono portare la mascherina così che possano proteggersi e proteggerci da questo brutto virus, ma noi sappiamo che sotto la mascherina si nasconde un grande sorriso che ogni giovedì ci accoglie



Questa foto non può che essere il simbolo più attuale per descrivere questo particolare momento e per dar voce al motto che tutti ci accomuna: #UNITICELAFAREMO!

con grande gioia. Quest'anno, a farci compagnia abbiamo un amico speciale, il nostro "Funghettofurbetto": un simpatico compagno di viaggio che ci segue ogni lezione portando colore e allegria. In questi tre mesi abbiamo già imparato molte cose: ci arrampichiamo sulle spalliere, facciamo la scimmietta sulla sbarra, saltiamo dal cassone, corriamo veloci, stiamo in equilibrio sulla panchina, lanciamo e rotoliamo la palla e affrontiamo percorsi di forza e agilità. La capriola ancora non

la sappiamo fare bene, ma ci stiamo lavorando...la posizione è difficile da capire e quindi capita che rotoliamo di fianco anziché in avanti. Non vediamo l'ora di poter mostrare a tutti cosa sappiamo fare e, se le disposizioni lo permetteranno, ci esibiremo al Concorso Sociale di febbraio e all'Accademia ginnica di giugno. Le nostre monitrici dicono che siamo molto bravi, un gruppo ben unito e rispettoso. A volte siamo un po' tanto chiacchieroni e non ascoltiamo, ma poi veniamo ri-

chiamati e subito ci mettiamo al lavoro. A fine lezione aiutiamo a riordinare la palestra: ogni attrezzo ha il suo posto in magazzino e gli oggetti più piccoli (palle, nastri, cerchi...) vanno riportati negli armadi. Durante l'ultima lezione siamo riusciti a sistemare il tappetone, enorme e molto pesante, sul suo carrello. Tutti assieme abbiamo contato fino a 3 e poi abbiamo spinto con tutte le nostre forze... con grande soddisfazione ce l'abbiamo fatta.

Genitore Bambino

Carissimi tutti, dopo la lunga pausa per la pandemia Covid-19 imposta dalle autorità la scorsa primavera e le vacanze estive, che ci hanno regalato un periodo di serenità, il nostro meraviglioso gruppo di mamma bambino ha potuto ritornare in palestra. La nuova ondata di contagi ci ha costretti a nuove precauzioni, ma con il protocollo che la società ha elaborato seguendo le norme poste in vigore e l'ottima collaborazione dei nostri iscritti, le le-

zioni hanno potuto iniziare per la felicità dei nostri piccoli ginnasti che si divertono molto entusiasmando con la loro vitalità pure le mamme (alcune volte i papà). Tra giochi, canzoncine, musica ci si arrampica pure sugli attrezzi di cui dispone la nuova palestrina ubicata all'interno del nuovo stabile di pronto intervento...giusto dall'altra parte della strada rispetto alla storica sede di via Vela oggi Covid-Point. Le lezioni trascorrono fra risate e gioia di muoversi e so-



no davvero un toccasana in un periodo del tutto particolare come quello che stiamo tutti vivendo.

Un saluto a tutti i lettori dell'Attivo Dormiglione dal nostro gruppetto, che coglie pure l'occasione per Augurare Bu-

ne Feste a tutti.

EGIDIA E MASHA

Un ringraziamento da parte della SFG alle monitrici per l'impegno e la passione che le animano... a maggior ragione in quest'annata tribolata.

Assemblea ACTG

La GEM è stata riconosciuta quale nuova associazione affiliata

In 21 novembre scorso l'Associazione Cantonale Ticinese di Ginnastica (ACTG), durante l'annuale e consueta assemblea dei delegati tenutasi "a distanza" a causa della situazione pandemica, ha accolto la domanda di affiliazione formulata dalla Gym Élite Mendrisiotto,

associazione costituita, lo ricordiamo, dalle 5 Società di Mendrisio, Chiasso, Balerna, Stabio e Morbio.

In qualità di presidente GEM sono estremamente lieto di questo risultato e nel contempo esprimo particolare gratitudine ai sodalizi cantonali che hanno

votato a favore della nostra richiesta. Un'affiliazione che da ulteriore motivazione e valore al nostro impegno ginnico d'élite condiviso. Ciò costituisce un apprezzato riconoscimento per gli sforzi sin qui fatti dalle 5 società consorelle presenti sul territorio del mendri-

sio, un ulteriore passo avanti nella promozione e nell'evoluzione di uno sport difficile ed impegnativo come lo è la ginnastica artistica maschile e femminile.

Gregory W. Preti
Presidente GEM

Pallavolo

Anche per la sezione pallavolo amatoriale l'autunno è iniziato in punta di piedi. L'estate tranquilla aveva acceso qualche speranza per l'inizio della stagione indoor e le chat sui vari canali social erano in fermento. Gli organizzatori del campionato amatoriale ticinese CAT avevano preparato i calendari con una nuova formula divisa in due gironi, per limitare i contatti tra i giocatori e permettere di ammortizzare ritardi dovuti a eventuali quarantene. Ricordiamo infatti che a settembre, quando erano ancora permesse le partite, le disposizioni dicevano che un tampone positivo per un giocatore avrebbe costretto alla quarantena per due settimane tutta la squadra. Nuove squadre si erano formate e come ogni anno, alcuni giocatori avevano cambiato casacca. Tutto era pronto per una nuova



effervescente ripartenza. Le due squadre della nostra società (Momo Dream per il CAT-A, e i Real MOMO per il CAT-B) erano pronte a scontrarsi con le altre contendenti il titolo ticinese. I nostri giocatori erano riusciti a mantenersi in forma sul campo da beach volley della pi-

scina comunale di Mendrisio, ma anche su campi più o meno improvvisati. Insomma, le aspettative erano alte, anche se ognuno di noi sapeva che le temperature si sarebbero abbassate e nell'aria si sentiva quasi lo tsunami che stava arrivando. Ad ottobre infatti, co-

me tutti sappiamo, la situazione è peggiorata velocemente. Come tutti gli altri sport di contatto, anche la pallavolo si è fermata. Il campionato CAT-A si è interrotto dopo la prima giornata, mentre il CAT-B addirittura prima della prima. I Momo Dream hanno concluso l'unica partita giocata con un pareggio 2-2 perché la palestra in cui giocavano fuori casa, come molte altre, aveva orari di apertura ridotti.

Nell'attesa delle festività natalizie, sperando di trovare un vaccino sotto l'albero, continuiamo con gli allenamenti, rigorosamente a distanza, con mascherine, disinfettanti, in numero limitato e senza situazioni di gioco. Questo ed altro pur di vedere qualche pallone volare... ed il piacere non manca.

Corrado



La Costa
Azienda Vitivinicola SA
6883 Novazzano

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



www.coltamaionoranze.ch



www.cochi.ch

Tel. +4191 695 54 54
Fax. +4191 695 54 55

Via Roncaglia 5
CH - 6883 NOVAZZANO

Consegna a domicilio: privati, bar e ristoranti



Alberto Mogliuzzi
Agente Principale

Via Bossi - CH-6830 Chiasso
Tel. 058 357 08 59 - Fax 058 357 08 51



**MAGAZZINI GENERALI
CON PUNTO FRANCO SA**
ZOLLFREILAGER - PORT FRANCO - BONDED WAREHOUSE

Chiasso - Balerna - Stabio

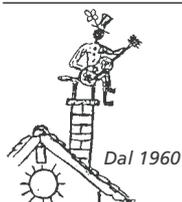
www.puntofranco.com

ChiesaSport
tel. +41 91 682 66 16 **Coldrerio**



Tour Operator • Agenzia Viaggi

CH-6700 Alaris
Tel. +41 91 873 30 30
info@redlinesa.ch • www.redlinesa.ch



Bernaschina Spazzacamini 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 bernaschinaspazzacamini.sagl@gmail.com



Angelo Valsangiaco SA

Via Motta 51, CH-6850 Mendrisio
Tel. +41 (0)91 646 16 62
Fax +41 (0)91 646 91 62
info@angelovalsangiaco.ch
www.angelovalsangiaco.ch

ATTREZZISTICA

COX

In questo momento la Ginnastica
La trovo un po' strana e faticosa;
ma perché dobbiamo disinfettare, lavarsi
sempre le mani. Per questo sono un
po' più dispiaciuta e stanca! ♥ ✨

EMMA ★

Mi piace il fatto che ci si può allenare
anche se in questo periodo difficile e
complicato. I ♥ you gym.

Gloria ♥

In questo periodo il pensiero che mi passa più
spesso in testa è l'ansia di avere il covid-19 ma mi
sembra quasi normale. Mi piace il fatto di riuscire
ancora a far ginnastica però ^{negli} allenamenti si
sente un po' la differenza perché facciamo meno
attrezzi e meno ore di allenamento.

♥ Luna Verani ca MISU

Per noi questo periodo è particolare perché: cambia
il modo di utilizzare certi attrezzi; a causa della
mascherina non vediamo le espressioni degli allenatori;
che ci aiutavano a capire i nostri errori.



Minjam Febe ♥

A noi è piaciuto ritornare in palestra

Però è un peccato non vedere i
sorrisi dei maestri, sempre lavarsi
le mani e non fare tutti gli
attrezzi. ♥ 😊 ♥ ♥

Dafne, Giulia, Jacqueline
Vedere i monitori con la mascherina è strano
le mani è noiosa ma sappiamo che è
finita la ginnastica è stato bello, abbiamo
monitori e compagni.

Maris Alessia

È stato strano fare due attrezzi ad
al posto di quattro. Siamo state fa-
re ginnastica anche se dobbiamo
norme covid.

Chiara Ahson ♥

Per noi è stato un po' strano
fare le gare di ginnastica.
Siamo state felicissime di ricominciare
allenamenti anche se molto diversi da
Soprattutto perché senza
ci si annoia meno
bello rivedere i pr
È stato molto emozionante tornare



no, di infettarsi
è importante
bisogna trasto

ad allenamento
felicissimi di riniziare
e rispettare le

no non
ica.
nciove gli
dal normale.
a attività
molto. È molto
propri amici. ❤️
re qui ad attrezzistica!



Jenny, Jo, Vale, Esten, Shella, Andrea, Sonia, Sophie,
Ann Su.
Siamo molto felici di essere ritornate in
palestina e poterci allenare di nuovo, ma
allo stesso tempo siamo tristi, questo perché
a tutte le gare sono state annullate. Durante la
quasi quarantena ci mancava molto la ginnastica
e poter parlare negli addezi. È stato inoltre
molto emozionante rivedere tutti. ❤️

Arianna, Isabelle e Eveline, ALINE
Per noi è stato difficile ricominciare gli
allenamenti; sembra strano vedere i
monitori con la mascherina.
È BELLO RICOMINCIARE GLI
ALLENAMENTI.



Gymnastique

Pensieri in libertà

Anastasia:

È vero che nella vita ci sono delle priorità e la salute è una di quelle, ma alcune persone non riescono neanche lontanamente ad immaginare cosa significa arrivare in palestra la sera, spesso anche stanchi, tristi, preoccupati e avere la possibilità di lasciarsi andare, ridere senza motivo oppure piangere. Gli allenamenti, anche se con diverse misure di protezione, ci permettono di incontrare le nostre amiche, impegnarci nell'imparare una produzione o a migliorare in qualcosa che con il fitto programma abituale non avremmo curato e soprattutto ci motiva ad uscire di casa, staccarci da apparecchi elettronici che tanto caratterizzano le nostre giornate soprattutto in questi tempi, dalla solitudine o ancora da i



problemi che magari ci assillano da un'intera giornata o più.

Giulia:

La ginnastica ha il potere di far dimenticare tutte le preoccupazioni che si hanno, soprattutto in questo periodo, ed è anche l'unica possibilità per incontrare le proprie amiche. È vero, bisogna rinunciare a svariate cose per andare agli allenamenti, ci sono volte che si è stanchi dalla scuola o si è tristi per una cosa successa e non abbiamo voglia di andarci, ma quando penso a quanto mi fa stare bene fare ginnastica mi dimentico di tutte le cose brutte. Succede lo stesso anche in questo periodo: a scuola si hanno molte preoccupazioni per il virus ma in palestra le preoccupazioni scivolano via, però le distanze e la frequenza nel lavare le mani le si ricordano sempre, ovviamente.

Elisa:

In questo periodo la ginnastica rimane sempre la mia passione, la palestra è un luogo dove mi sento a casa con tutte le mie compagne, sorrido sempre. Mi sento al sicuro con le regole messe in atto durante gli allenamenti, non c'è da preoccuparsi. Questo periodo mi ha fatto riflettere che pure una pandemia non può togliermi la mia pas-



sione ma solo riuscire a viverla nello stesso modo di prima. Passerà tutto e ritorneremo più forti di prima!

Caterina:

In questa situazione la ginnastica è la mia ancora di salvezza, quando entro in palestra mi posso liberare da tutte le mie preoccupazioni divertendomi con le mie compagne.

Il virus non è riuscito a togliermi la voglia di andare in palestra a divertirmi!

Sono veramente felice di poter continuare ad allenarmi nonostante alcune limitazioni.

Viola:

Io in questo periodo di timore e paura sono felice di continuare gli allenamenti. È un posto dove potersi rilassare e non pensare alle cose esterne! Un po' di preoccupazione c'è, ma comunque ad allenamento siamo distan-

ziate e quindi va bene!

Nicol:

In questo periodo sto vivendo la ginnastica ritmica un po' come una liberazione da tutti i pensieri negativi. È un bellissimo ambiente dove si può imparare e divertirsi allo stesso tempo. Sicuramente un po' di timore per il virus c'è soprattutto per i familiari a rischio. Ma con le giuste precauzioni si riesce lo stesso a fare un sicuro e bell'allenamento.

Amy:

Per me la ginnastica è uno sfogo, una cosa che mi fa stare bene. Ho conosciuto tante persone magnifiche e non mi pento di aver iniziato questo sport. Anche se questo periodo è un po' complicato sono felice di andare avanti, infatti quando eravamo a casa non mi piaceva molto, anche perché era diver-

IMPIANTI SANITARI • RISCALDAMENTI
RIPARAZIONI • LATTONERIA
CLIMATIZZAZIONE
UFFICIO TECNICO

Hydro ARCO

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

6850 MENDRISIO
6855 STABIO

 Bdifferent
mind sagl
gadgets & promotional gifts

GLI ESPERTI DEL GADGET

www.bdifferentmind.ch - info@bdifferentmind.ch

... prodotti promozionali e regalo, abbigliamento pubblicitario, coppe, medaglie e trofei.

Via Lischée 6 - CH-6834 Morbio Inferiore - Tel. +41 (0)91 225 73 79

Olga:

Ruzanova Olga
- Come vive la ginnasta -
19.11.2020

È quasi un anno che viviamo questo particolare periodo. La nostra vita è limitata dalle regole di chiusura dovute alla pandemia che sta imperversando, sono però contenta perché in ogni modo continuano gli allenamenti in palestra. Ogni volta aspetto martedì e giovedì con entusiasmo per andare a ginnastica. I nostri allenamenti non sono come prima, ma almeno mi tengono in forma. Non possiamo eseguire alcune prese perché dobbiamo tenere la distanza. Comunque cerchiamo di inventare e continuare a fare la produzione e dei team. Mi mancano tanto le gare, i viaggi come il "Festival del Sole" e gli altri eventi sempre interessanti e divertenti. Spero che andrà tutto bene ne sono certa e spero che ritorneremo alla vita sportiva come quelle di prima.

so, non era bello vedere le persone attraverso uno schermo. Ora, anche se distanti, sento la ginnastica vicina come prima.

Elena (monitrice):

Come monitrice all'inizio non è stato facile. Hai la responsabilità di rendere la palestra e lo sport un luogo sicuro. Abbiamo dovuto ripensare agli allenamenti tra distanze, disinfettante, sicurezza... tutto mantenendo un clima piacevole e rassicurante per tutti. Ora, con qualche sacrificio ma tanta passione, i momenti in palestra sono un'oasi di spensieratezza e condivisione che libera dalle tensioni e unisce... tutte cose sempre meno scontate ma preziose in questo momento!

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

Diana, gli dadi gli è girati sui numeri, però il tuo non è 12.
Dai Tania, Mio marito è fa mio disastro.
Chiama il Cuncotin che ti trova la soluzione!

CONCONI
www.conconi.com | info@conconi.com | Tel. +41 01 646 90 44
Soluzioni per impianti sanitari, riscaldamento, climatizzazione, lattoniere e impermeabilizzazione

**FA
WI
NO**

FAWINO Sagl
vini & distillati

via Borromini 20
zona industriale 6
CH - 6850 Mendrisio
+41 (0) 91 225 86 64

www.fawino.ch
info @ fawino.ch

Estetica
Trattamenti viso e corpo
Pressoterapia
Termosassina
Bella

Osteopatia
Agopuntura
Fiori di Bach e Australian Bush
Massaggi, Shiatsu
Riflessologia plantare
Tecniche olistiche

La Libellula
CENTRO NATURA

6850 MENDRISIO (Svizzera), Via Giomonda 6
Tel.: 091 630 21 33 - Mob.: 076 358 21 33

**tipografia
stucchi**

6850 Mendrisio
Via Nobili Bosia 11
Casella postale 35

Tel. +41 91 646 11 53
Fax +41 91 646 66 40
tipostucchi@tipostucchi.ch

STAMPA
OFFSET E
DIGITALE

l'Informatore
Settimanale del Mendrisiotto e Basso Ceresio

L'informazione a misura del lettore
L'inserzione a misura dell'inserzionista

Redazione, amministrazione:

Tipografia Stucchi SA
Via Nobili Bosia 11
6850 Mendrisio

Tel. 091 646 11 53 / 54
Fax 091 646 66 40
redazione@informatore.ch

Il settimanale del Mendrisiotto con oltre 6000 copie

Un'ondata di sano ottimismo e nuove opportunità **Praticare l'atletica... nonostante tutto!**

Penso tutti noi speravamo che la situazione sanitaria di emergenza, complice la pandemia di covid-19, potesse essere ormai alle spalle, dopo una primavera di lock-down e un'estate tutto sommato tranquilla. Ma purtroppo non è stato così, come già molti esperti del campo avevano paventato. Eccoci ora di nuovo qua nel pieno (o forse non ancora...) della cosiddetta seconda ondata! Certo è, che solitamente questo termine siamo abituati a sentirlo associato a qualcosa di positivo, ad una situazione nuova e interessante come ad esempio: "un'ondata di freschezza, un'ondata di entusiasmo, un'ondata di innovazione, un'ondata di sano ottimismo... piuttosto che un'ondata di virus e di ricoveri in ospedale. Ritengo che mai come adesso queste belle espressioni debbano continuare ad essere pronunciate nella vita di tutti i giorni, in modo tale, che almeno dal un punto di vista psicologico possano fungere da validi anticorpi contro il virus. È vero, bisogna riconoscerlo, per il momento la situazione sanitaria, a detta degli specialisti, è sotto controllo, per cui ad oggi le misure di restrizione a livello federale e cantonale sono meno severe rispetto a quelle della prima ondata. Ne consegue che la

pratica dei diversi sport anche a livello amatoriale possa svolgersi in gran parte in modo normale, in osservanza dei diversi piani di protezione elaborati dalle rispettive associazioni responsabili. Di questo stato di cose dobbiamo essere, nonostante tutto, particolarmente contenti! Per quanto riguarda la sezione atletica, della quale sono l'allenatore responsabile, gli allenamenti a partire dal rientro scolastico, in settembre, si sono svolti regolarmente, dapprima allo stadio e in seguito nella palestra della scuola media. Dopo le ulteriori restrizioni dell'ultimo mese, abbiamo cercato di limitare sempre più l'utilizzo della palestra, privilegiando le attività di condizione fisica generale e capacità aerobica all'esterno, come la corsa e i diversi percorsi di forza e agilità. Correre lungo strade, viottoli e sentieri, su e giù da scalinate e muretti nel nostro Magnifico Borgo, nei luoghi poco trafficati, è sempre per tutti un'esperienza emozionante. Certo a volte è anche stancante, ma la fatica è spesso ben ripagata da tutto quanto si può scoprire e imparare di nuovo spostandosi con le proprie gambe a velocità ridotta. Un'ottima occasione per esplorare il territorio in cui si vive, ma che non sempre già si conosce. Saper da-

re un nome a edifici storici e monumenti di cui è costellato il Borgo aggiunge un velo di cultura alle sedute d'allenamento. La speranza è che i ragazzi possano imparare ad apprezzare quanto di bello offre il nostro territorio. Un'opportunità educativa e culturale preziosa, che va oltre l'attività fisica. Anche di questo, ne sono convinto, hanno bisogno i nostri giovani! L'attività sportiva, insieme alla possibilità di trovarsi e fare gruppo rimane comunque di primaria importanza, come emerso in modo ancor più chiaro e inequivocabile dall'esperienza di lock-down appena vissuta. Gli allenamenti bi-settimanali sono ben frequentati dal gruppo scolastico, che quest'anno è composto da 12 atlete/i di età compresa tra i 9 e i 13 anni. L'unica nota di rammarico riguarda 3 ragazze e un ragazzo, che essendo domiciliati oltre confine non possono raggiungere Mendrisio per gli allenamenti, a causa delle disposizioni anti-covid messe in campo dalla vicina Italia. Desidero rivolgere loro un pensiero di solidarietà e incoraggiarli a non demordere, nella speranza che possano al più presto unirsi nuovamente al gruppo di amici e amiche.

Vorrei anche indirizzare a tutti voi, allenatrici, allenatori, soci at-



Alcuni scatti di bei momenti durante gli allenamenti all'aperto e in palestra.

tivi e onorari, di questa bellissima famiglia SFG, una vera ONDATA di OTTIMISMO con l'augurio che possa spazzare via questo brutto periodo e fungere da linfa vitale per continuare ad alimentare la grande passione per il nostro amato sport. Così, semplicemente e ingenuamente, come sanno fare i ragazzi, che ho il piacere di allenare in collaborazione con gli aiuto-monitore Giuseppe e Laila.

L'occasione mi è gradita per augurare a tutti voi un sereno Natale e un buon inizio di Anno Nuovo.

Christian Rivera

EspoCongressi
CORONADO
★★★★ **HOTEL**
PICCADILLY SA



**elettro
consulenze
solca**

ingegneri consulenti

Elettroconsulenze Solcà 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
ec@solca.ch
www.solca.ch



**NUOVA
AUTONOLEGGIO  ISIO SA**

www.nuovaautonoleggiobisio.ch **BALERNA**

NOLEGGIO 079 870 90 85

**Pulmini da 9 a 15 posti
Auto - Furgoni - Carrelli**





SPEEDY!



L'atletica non ha perso colpi

L'atletica non ha perso colpi. Anche all'Atletica Mendrisiotto la sciagurata situazione sanitaria ha causato non pochi problemi.

I mesi primaverili hanno visto piste e pedane deserte e ognuno ha dovuto seguire un proprio allenamento individuale a casa, o nelle vicinanze. Terminato questo periodo, per atleti e atlete è però iniziato un momento di libero sfogo dei propri piaceri per l'atletica con il ritorno in pista per gli allenamenti e, poco dopo, per le gare.

In questa stagione è stato particolarmente interessante il mix tra le diverse generazioni, con i meno giovani, comunque appena oltre i vent'anni, a consigliare e gareggiare assieme al gruppo dei giovani, 16-19 anni, oltre a fare da esempio per il bel gruppo delle 14-15enni. Il campo di allenamento di inizio agosto a St Moritz ha permesso inoltre di cementare lo spirito di squadra e l'amicizia.

Paradossalmente questo lungo stop, e quindi una stagione competitiva dimezzata, ha portato ugualmente gli atleti a raggiungere brillanti prestazioni individuali. Con questo testo desideriamo ripercorrere le maggiori manifestazioni nelle quali i colori dell'Atletica Mendrisiotto si sono distinti.

Campionati Svizzeri di decathlon

Il post Covid è iniziato con la partecipazione di Remy Piffaretti ai CS di decathlon della categoria Under 18. La sua prima

partecipazione nella disciplina, confrontato con atleti di un anno superiore, è culminata con il 14° rango su una trentina di atleti. 5220 sono stati i punti totalizzati, con record personali in diverse discipline, in particolare il 15"66 sui 110 ostacoli, limite per partecipare ai Campionati svizzeri di disciplina, e i record nei 100 metri, nel salto in alto, nel salto con l'asta, nel getto del peso, nel lancio del disco.

Bronzo ai Campionati Ticinesi assoluti di staffetta

La tradizione è stata rispettata. Ormai da almeno un decennio la nostra squadra è l'unica del Mendrisiotto che riesce a presentarsi alla partenza dalla staffetta 4x100 m maschile e, quasi in ogni occasione, a salire sul podio. Anche quest'anno la staffetta capitanata da un atleta esperto come Stefano Croci e completata dai tre giovani Pascal Galli, Matteo Romani e Gioele Bähler ha conquistato la medaglia di bronzo. La fiducia nei giovani è quindi stata molto ben riposta.

Campionati Svizzeri Juniori

Matteo Romano, seppur a corto di allenamento per infortunio, ha raggiunto con il tempo di 51"37, a pochi centesimi dal personale, la finale dei 400 metri, dove, malgrado la stanchezza ha comunque ottenuto un lusinghiero 6° rango.

Campionati Ticinesi Assoluti

Bellinzona ha ospitato la massima manifestazione ticinese. I

nostri hanno onorato i colori dell'Atletica Mendrisiotto con prestazioni notevoli. Medaglia d'oro per Matteo Romano nei 400 metri Juniori, medaglia d'argento assoluta per Remy Piffaretti con il record nel salto in alto di metri 1,75 e, nella medesima disciplina, ma questa volta femminile, la bellissima medaglia d'argento con metri 1,45 della giovanissima Giorgia Perego, quindici anni e alla sua seconda esperienza in pedana. Alle medaglie vanno aggiunti; la presenza di ben tre nostri atleti nella finale dei 100 metri (Stefano Croci e Aaron Dzinaku con 11"39 e Gioele Bähler con 11"54, ma con il personale in eliminatoria di 11"50), il personale di Remy Piffaretti sempre nei 100 metri con 11"79, la presenza di Gioele Bähler e Ben Rajandram nella finale dei 200 metri con il record del primo in 23"48, la finale raggiunta dalla rientrante Chiara Bandoni dopo una lunga assenza dalla pista per infortunio. Un peccato è stato non poter assistere alla gara del salto in lungo, annullata per numero d'iscritti insufficienti, nella quale Gioele poteva far valere il suo nuovo record di metri 6,12.

Mille Gruyère

La tradizionale eliminazione cantonale per promuovere i migliori sui 1000 metri che parteciperanno alla finale svizzera, ha visto primeggiare la nostra Benedetta Bettega, quattordicenne di belle speranze, che non ha avuto difficoltà ad imporsi e

conquistare il biglietto per la finale. Brava!

Campionati Svizzeri giovanili

Due nostri atleti hanno gareggiato a Losanna per campionati della categoria Under 18. Gioele Bähler ha saputo correre molto vicino al personale in 11"51 nei 100 metri ed ha sfiorato l'accesso alle semifinali, mentre Remy Piffaretti, malgrado un errore al penultimo ostacolo, ha comunque fissato il suo record personale in 15"60 nei 110 ostacoli.

Volutamente abbiamo citato in sintesi le prestazioni principali, ma molti altri sono coloro che hanno dato il massimo nelle occasioni che li hanno visto gareggiare, mentre un pensiero particolare va a Sara Fasolini per il grave infortunio occorso nel salto in lungo e che la terrà lontano dai campi per molti mesi.

Divertimento e piacere o medaglie?

Domenica allo stadio di Cornaredo di Lugano si sono svolti i Campionati Ticinesi individuali giovanili di atletica leggera. L'Atletica Mendrisiotto si è presentata al via con diversi atleti, anche se malanni e qualche infortunio ne hanno limitato la partecipazione. Dopo una gara di questo tipo, solitamente, il consuntivo viene stilato facendo la somma delle medaglie conquistate. Questo metodo non è quello utilizzato dalla nostra società, anche se poter con-

AUDIO MULTIMEDIA VIDEO
BR ELETTRONICK

PETRAGLIO NICOLA

ELETTRONICK@BLUEWIN.CH

079 271 15 82

P.P.CH-6850 Mendrisio-Stazione
Posta CH SA*Remy impegnato nel salto in alto**Giorgia
ai CT giovanili**Remy e Gioele
ai CT giovanili**Matteo
Romano
ai CT
assoluti**Benedetta, Leontien, Irene
e Nora alla Mille Grüyère*

tare su dei medagliati fra le proprie fila è sempre un piacere. Dai nostri atleti, e lo hanno espresso molto bene anche in questa occasione, desideriamo che il piacere per il nostro sport, il piacere di mettere in gioco le proprie capacità, l'impegno a superare se stessi e non l'ossessione a dover o voler battere l'avversario, siano il motore che stimoli il loro attaccamento per l'atletica. L'atletica e la prestazione sono visti come divertimento e non come sfida all'avversario. E' con questo spirito che dirigenza ed allenatori, con la tota-

le approvazione degli atleti, mettono a disposizione il proprio tempo e conoscenze per la nostra gioventù. E questa giornata è proprio stata contraddistinta dall'impegno di tutti. Dalle giovanissime abbiamo avuto le belle prestazioni di Chantal Wildi nel disco e peso, di Charlotte Galli nel lungo e nel peso, di Leontien degli 80 metri e nel salto in lungo, di Benedetta Bettega nei 600 metri. La loro compagna, Giorgia Perego, ha saputo sfornare una brillante prestazione personale con il record di metri 1,50 nel salto in alto, che le è valsa la medaglia

d'oro di categoria!

Nella categoria maschile superiore, 16 e 17 anni, avevamo al via due atleti, Gioele Bähler e Remy Piffaretti.

Il loro attaccamento allo sport, con l'atletica nel cuore, e il loro grande impegno li hanno portati a superarsi.

Gioele si è migliorato di ben 29 centimetri nel salto in lungo portandosi a metri 6,41, e di 3 centimetri nel salto in alto con metri 1,80. In ambedue le discipline ha vinto la medaglia di bronzo, nel lungo a pari merito con il secondo, ma con un secondo salto inferiore.

Remy Piffaretti, dopo il salto in lungo con un incremento di ben 41 centimetri del suo personale, ora di metri 5,99, si è superato nel salto in alto superando metri 1,85, 10 centimetri oltre il proprio record, che gli sono valsi la medaglia d'oro. Un grande complimento a tutti e "avanti così"!

L'Atletica Mendrisiotto è a tua disposizione per informazioni tutti i mercoledì o venerdì allo stadio di Mendrisio dalle 18.30 alle 20.00 o scrivi a info@atletica-mendrisiotto.com



CAMPONOVO SA

IMPRESA COSTRUZIONI

RAIFFEISEN