



Il settore femminile alle Paralimpiadi di Londra: al centro Michela Dei Cas. Da sinistra: Assunta Legnante, Elisabetta Stefanini, Oxana Corso, Martina Caironi, Annalisa Minetti. Nel gruppo anche Davide Dalla Palma

Paralimpiadi: da San Donato a Londra e ritorno

Michela Dei Cas, istruttrice atletica sandonatese, vi ha preso parte come assistente tecnico

Eancora possibile vivere lo sport come un valore e una disciplina che addestrino alla vita, allo spirito di gruppo, a una competitività sana e priva di invidie, di piccinerie egoistiche? Se certe cronache sportive riferiscono di accordi sottobanco poco puliti e se lo stile di vita di alcuni calciatori pare più adatto alle copertine patinate dei rotocalchi, anziché alla fatica dei campi di gioco, una lezione di segno opposto proviene dalla XIV Paralimpiade, svoltasi a Londra tra la fine di agosto e i primi nove giorni di settembre. Michela Dei Cas, 28 anni, istruttrice atletica di San Donato, vi ha preso parte in qualità di assistente tecnico. In Italia, a Saronno, Michela segue un gruppo di 17 ragazzi ciechi e ipovedenti (tra i 10 e i 18 anni d'età) che si allenano nell'atletica leggera; una di loro, Antonella In-

ga, è campionessa italiana 2011 e 2012 nei 100 e 200 metri. Proprio sul campo di gara e di allenamento, la competenza di Michela è stata notata dagli osservatori della Fispes - la Federazione italiana sport paralimpici e sperimentali -, che le hanno proposto di partecipare all'avventura oltremarina per essere di supporto a tre giovani atlete con disabilità alla vista. Le abbiamo chiesto se, in un contesto così internazionale, ha notato modi diversi di affrontare la disabilità. «La differenza - risponde Michela - è soprattutto culturale. Dalla cerimonia di apertura alla cerimonia di chiusura, i Giochi paralimpici sono stati ravvivati da una partecipazione di pubblico e di volontari che forse non ha eguali neanche alle Olimpiadi, diciamo così, ufficiali». L'esperienza della nostra istruttrice testimonia una ben precisa ne-

cessità: lo sport paralimpico ha bisogno di fiducia e di segnali di apertura molto concreti, poiché ne va di una qualità del vivere civile che coinvolge tutti, non solo i disabili e le loro famiglie. «Occorrono investimenti, politiche culturali, educazione a tutti i livelli scolastici - puntualizza Michela Dei Cas - come abitualmente accade per valorizzare i talenti di ogni persona. I risultati sportivi sono d'altra parte eccezionali, sia sul cronometrico sia sulle misure, tanto più se si tiene presente che i sacrifici individuali, in termini ad esempio di ginnastica posturale, sono superiori a quelli richiesti ai normodotati». Londra, vogliamo sperare, non è così lontana, pregiudizi e omissioni possono ancora essere cancellati: è lo spirito originario dello sport a ricordarcelo.

Andrea Sartori

Milano Zona 4 - Rogoredo, gli arcieri dell'Associazione San Bernardo

70 moderni "Robin Hood urbani", muniti di arco e frecce per centrare sempre il bersaglio, si ritrovano al campo di tiro di Rogoredo



Barbara, non vedente, pratica tiro con l'arco

Arco e freccia in mano, sono i moderni arcieri urbani. Spinti da passione e amore per questo particolare sport, gli arcieri dell'Associazione San Bernardo sono circa una settantina. «La nostra Associazione si è costituita 12 anni fa e si è iscritta alla Fitarco nel gennaio del 1996. Nasce nei dintorni dell'Abbazia di Chiaravalle, da qui il nome "San Bernardo"», afferma Pippo, il tecnico dell'Associazione che perennemente presidia il campo di tiro di via Feltrinelli a Rogoredo. «Il nostro punto di forza sono i giovani, un gruppo agguerrito e desideroso di affermarsi, composto da validi rappresentanti» continua. Varie le categorie e classi di appartenenza: «Giovani», «Senior» e «Veterani», «come il nostro caro Cesare, che ha 78 anni», asserisce Pippo. Molteplici gli stili praticati, dall'Arco Nudo all'Arco Compound, fino all'Arco Olimpico; grandi le soddisfazioni raggiunte nelle gare già disputate (i

Campionati italiani a Cherasco), che fanno crescere l'entusiasmo per quelle che si terranno l'anno prossimo, ovvero XIII Fita nazionale "Città di Milano" e la gara interregionale "Doppio Fita". I giovani rappresentano l'elemento distintivo dell'Associazione Arcieri San Bernardo. Barbara, ad esempio, è una ragazza non vedente che pratica il tiro con l'arco a livello sportivo. Con Pippo, è riuscita a migliorare la tecnica di tiro, tanto da permetterle di arrivare ai primi posti nei Campionati Italiani Para-Archery. «La differenza con gli altri allievi, è che lei ascolta le mie indicazioni, mentre gli altri le sentono», scherza Pippo. L'Associazione è inoltre impegnata alacremente nel sociale, svolgendo attività di promozione e divulgazione dello sport anche in collaborazione con gli enti locali. Ulteriori informazioni al sito web www.arcieri-sanbernardo.org.

Vanja Colia

RED HAIR
STEFANO

WELLNESS
HAIR-STYLIST
a Peschiera Borromeo

WELLNESS
MASSAGGIO
ESTETICO, DRENANTE, RASSODANTE,
SPORTIVO, RILASSANTE
SAUNA A INFRAROSSI
VIENI A CONOSCERE I MOLTEPLICI EFFETTI BENEFICI
CHE UNA SEDUTA DI SAUNA DONA AL TUO CORPO!

HAIR-STYLIST
ACCONCIATURE
TAGLI PERSONALIZZATI, PRODOTTI PROFESSIONALI,
TRATTAMENTI SPECIFICI PER OGNI ESIGENZA,
MASSAGGIO CERVICALE
12€ BAMBINI E TV!!
DIVENTI BELLO GUARDANDO IL TUO
CARTOON PREFERITO!

RED HAIR
STEFANO
VIA 2 GIUGNO, 1
PESCHIERA BORROMEO (MI)
TEL. 338.27.27.045

Università dell'Adulto
Città di Peschiera Borromeo

AUSER
Peschiera Borromeo

Da Martedì 2 Ottobre (ore 16:00 - 18:00)
presso il Centro Civico di San Bovio
"Corso di ACQUERELLO"
12 incontri per imparare un'antica arte
Quota di iscrizione al laboratorio:
40,00 Euro (+ iscrizione AUSER 2013)

Da Giovedì 4 Ottobre (ore 16:00 - 18:00)
presso la sede AUSER (Centro Polif. S. Pertini)
"Corso di DISEGNO"
12 incontri per divertirsi con matite e colori
Quota di iscrizione al laboratorio:
40,00 Euro (+ iscrizione AUSER 2013)

Per iscrizioni:
Sede AUSER - Centro Polif. "S. Pertini" - P.zza Paolo VI
Sabato dalle 10:00 alle 12:00 - auser.peschiera@hotmail.it