



# ilPiccolo

Dal 1899, settimanale di informazione e cultura della Diocesi di Faenza-Modigliana

“Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in abbonamento postale - D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n.46) art. 1, comma 1-CN/RA”

Faenza - Anno 118 n. 37 di venerdì 14 ottobre 2016 € 1,30

**SASSO**

AGRI.COMES

AGRICOLTURA BIOLOGICA

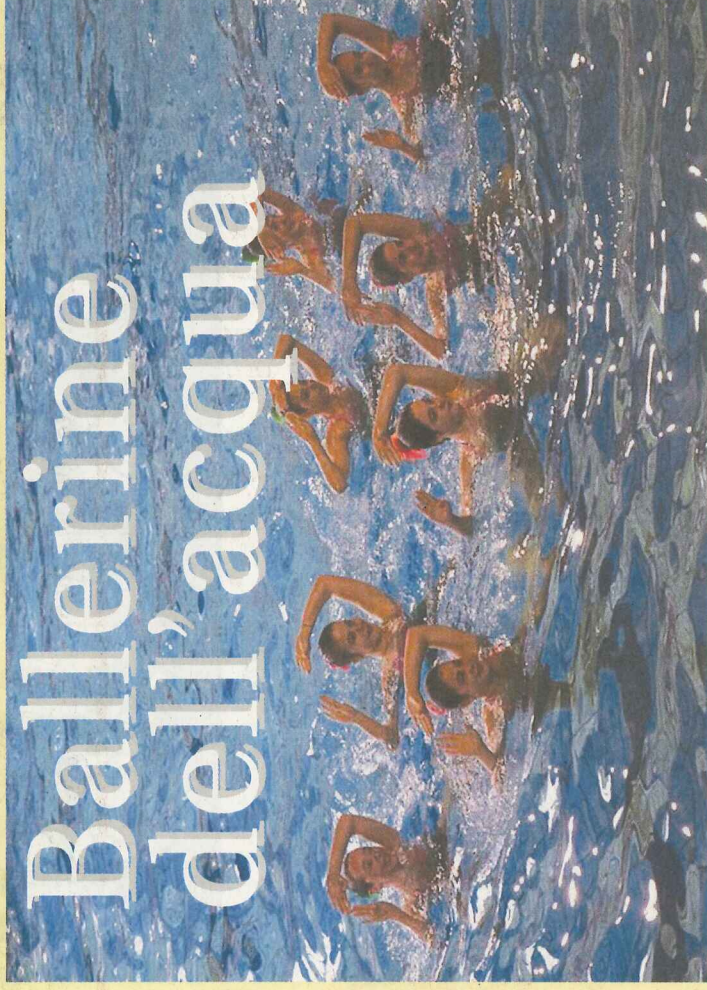
DALLE TERRE DI MARRADI  
Agricomes@comes.marradi.it

“Siamo circa 60 ragazze con tanta passione e tanta grinta, consapevoli che il traguardo delle fatiche è sottoporsi all'esame di una giuria che non fa sconti - dice Susy Minelli, capo allenatrice del team di giovani trainer della società Manfreda -. Le tre allenatrici che mi supportano sono ex atlete, che talvolta tornano a esibirsi con buoni risultati. Tutte ragazze dai 9 anni in su a cui vanno ad aggiungersi le bambine di 7 e 8 nella categoria Esordienti C, le nostre 'pulcine' che iniziano a imparare gli esercizi - aggiunge coach Susy - e che, naturalmente, sanno anzitutto nuotare. I ragazzi... li aspettiamo: sarebbe bello riuscire a formare un gruppo di bambini della zona per uno sport che è sempre più gradito”.

Le synchronette del Centro Sub Nuoto partecipano sia ai campionati della Federnuoto sia a quelli dell'Uisp in ambito regionale, suddivise per categorie basate sulle fasce d'età: dalle più giovani Esordienti B nate nel 2007 e salendo per bienni alle Esordienti A, alle Ragazze, alle Junior, per arrivare alle Senior sui 18 anni e più. Tranne le più giovani, impegnate due volte, le atlete del synchro sono chiamate in media dai 3 ai 4 allenamenti settimanali. La società faentina schiera una squadra di otto elementi per categoria, con eccezione delle Ragazze che hanno due formazioni; oltre a queste ci sono un "duo" (la coppia) e un "solo" (singola) nelle Senior. “Il nuoto sincronizzato è da

## Centro Sub Nuoto Club 2000 Faenza

# Ballerine dell'acqua



considerare prevalentemente uno sport di squadra - sottolinea l'allenatrice capo -. L'esercizio più difficile e più bello è quello di squadra e dà maggiori soddisfazioni. In gruppo, quando il risultato è buono, è bello dividerlo”. Le ragazze del Centro Sub Nuoto inizieranno a gareggiare nei rispettivi campionati solo in febbraio per concludere la stagione in giugno; da un paio di settimane si sono ritrovate prima per la preparazione atletica all'aperto e in palestra, poi sono scese in acqua a provare le prime mosse degli esercizi che presenteranno nei campionati.

“Basta assistere a una sola esibizione - conclude la Minelli - per comprendere il perché la preparazione debba essere lunga e meticolosa per avere voti alti dalle giurie”. Il synchro coniuga sport e arte; si tratta di un movimento in crescita che nei principali meeting regionali vede confrontarsi fino a 15 società con circa 600 atlete.

Per avvicinarsi al nuoto sincronizzato è possibile contattare il Centro Sub Nuoto allo 0546 623562 oppure scrivere a info@nuotosubfaenza.it