



# La Ginnastica

Bollettino sociale della Società Ginnastica • Sezione Federale • Chiasso

SI RIPARTE  
CON  
NUOVA  
ENERGIA!



## Sommario

Redazionale	pag. 2
Ginnastica artistica	pag. 3
Riflessioni poetiche	pag. 5
#iomiallenoacasa	pag. 6
Salute e sport	pag. 7
La nostra storia	pag. 8
Note meste	pag. 11
Monitori in vetrina	pag. 12

## Impressum

Tiratura: 1'050 esemplari  
Apparizione: 5 edizioni all'anno  
Distribuzione: a soci e sostenitori

## Responsabile:

Lorenzo Amato

## Redattori:

Fulvio Castelletti, Antonio D'Incecco,  
Chiara Caletti Rossi

## Fotografie:

Diversi

## Composizione e stampa:

Progetto Stampa SA, Chiasso

Prossima edizione: agosto 2020

Consegna materiale entro il  
31 luglio 2020 in sede

oppure spedire a:  
SFG Chiasso, casella postale  
6830 Chiasso

info@sfgchiasso.ch  
www.sfgchiasso.ch

Ci trovi anche su:



C A F F È  
**CHICCO D'ORO®**

## Finalmente parecchia luce in fondo al tunnel

Cari Amici tutti, possiamo finalmente dire che il peggio è passato? Noi crediamo proprio di sì. È stata dura, durissima, anzi. C'è chi ha sofferto per la malattia stessa, chi ha perso congiunti o amici carissimi, chi ha avuto e continua ad avere grossi problemi legati al lavoro e dunque ha faticato e continua a faticare dal profilo finanziario.

C'è chi ha subito un forte contraccolpo psicologico, chi si è visto costretto a rinunciare alla vicinanza di persone care e quant'altro ancora... Abbiamo mai vissuto collettivamente un'esperienza così difficile?

Si dice da più parti che dovremmo esserne usciti cambiati, diversi. Forse sentiremo davvero la necessità di rivisitare certi valori, di guardare insomma il mondo con altri occhi e altro cuore.

La nostra Società ha sentito in maniera molto forte la necessità di dare il proprio contributo in questo difficile momento. Lo abbiamo fatto, sicuri di interpretare il pensiero di tutti i nostri soci, aderendo alla Catena della Solidarietà e devolvendo un importo a favore delle persone più bisognose. La SFG Chiasso metterà inoltre a disposizione un importo finanziario a favore dei soci e delle rispettive famiglie che, a margine della crisi, si troveranno in seria difficoltà.

Intanto comunque prendiamo atto che dovremmo avercela fatta, che la vita dovrebbe poter riprendere una certa normalità, anche se qualcosa rimarrà pur sempre nell'aria.

In questi mesi tutto si è fermato. Anche noi, con la nostra attività abbiamo dovuto chiudere tutti i battenti. Il consueto andirivieni da e per la palestra è scomparso e solo ora, timidamente, comincia a riprofilarsi pur se limitatamente ai nostri settori élite.

Niente attività, niente Accademia sociale, niente competizioni, solo costruttivi contatti via etere (una volta tanto benedetti senza riserve!).

Così si sono sviluppate anche nel nostro interno interessanti dinamiche di allenamenti atti a mantenere innanzitutto un contatto che fa sempre bene e poi una parvenza di forma fisica che pure ha aiutato e aiuterà una volta che la strada della palestra sarà di nuovo completamente percorribile a tutti.

La speranza naturalmente è ora quella di poter riavviare concretamente tutto il nostro apparato il prossimo mese di settembre. Senza limiti, senza preoccupazioni, senza dover avere paura di un contatto, di una stretta di mano, di un abbraccio. Dunque, il nostro augurio è e sarà quello di ritrovare tutti i nostri soci attivi al momento della ripartenza, di ritrovare entusiasmo, di rivedere sorrisi e fiducia, di leggere ancora negli occhi dei nostri soci la voglia di rinascita con la SFG Chiasso.

Perché di rinascita si tratta! E parlando di rinascita e vita, cogliamo l'occasione per ricordare il recente novantesimo (!) compleanno di **Giovanni Ragonesi**, e la nascita lo scorso 29 aprile di Tommaso, primogenito della nostra atleta **Giorgia Candiani** e della sua dolce metà **Andrea**.

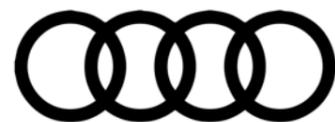
**Forza dunque e intanto di cuore buona estate e, perché no, buona salute da parte della Redazione del nostro Bollettino sociale.**

La Redazione



  
**MÖVENPICK**  
Albergo Touring Chiasso

Mövenpick  
Albergo Touring Chiasso  
Piazza Indipendenza 1  
6830 Chiasso  
Tel. +41 (0)91 682 53 31  
Fax +41 (0)91 682 56 61  
albergo.touring@moevenpick.com



**AMAG Mendrisio**

La nostra **Ilaria Käslin** abbandona l'attività agonistica

## Grazie di cuore cara Ilaria

La bellissima parabola sportiva della nostra **Ilaria Käslin** è giunta al termine.

L'ufficializzazione è arrivata attraverso il canale della Federazione svizzera ma noi sapevamo da qualche tempo che la nostra splendida ambasciatrice stava maturando questa decisione.

Ilaria, ventiduenne, faceva parte della squadra nazionale maggiore elvetica dal 2013. Nella sua carriera ha partecipato con la squadra rossocrociata a sei edizioni dei Campionati mondiali e a sette dei Campionati europei. È stata campionessa svizzera assoluta nel 2018, nonché vincitrice di parecchi titoli di specialità alla trave, e ha infine trionfato alla recente Festa Federale di Aarau 2019.



Una carriera sicuramente molto prestigiosa contraddistinta da due "prime storiche" per il Ticino e naturalmente per la sua Società di appartenenza, ossia i citati trionfi al Campionato svizzero e alla Festa Federale. Ma l'apice della sua carriera lo si deve senza dubbio focalizzare con il 4. rango nella finale alla trave ai Campionati europei svoltisi a Berna nel 2016.

Cinque miseri centesimi permisero alla fuoriclasse rumena Ponor di soffiare quel bronzo che avrebbe rappresentato per Ilaria il coronamento di un sogno pur ancora sfiorato due anni dopo a Stettino, sempre in occasione dei Campionati europei. Lei aveva cominciato giovanissima a frequentare la palestra di Chiasso. La ginnastica artistica è parsa da subito una disciplina estremamente congeniale per lei. Infatti, fin da subito grazia e portamento spiccavano nei suoi movimenti. Non è così stato difficile per i tecnici cantonali intravedere in lei quelle doti che le avrebbero permesso un percorso di indubbio spessore. Da Chiasso al Centro regionale Ticino e successivamente a Macolin, in seno alla squadra nazionale svizzera.



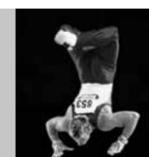
*"È stato un percorso che mi ha regalato gioie indimenticabili. Ho vissuto anni bellissimi, di grande impegno naturalmente e pure di non indifferenti sacrifici per i miei genitori ma che rifarei mille volte per tutto quello che ho vissuto e per le emozioni che mi hanno sempre accompagnato. Sono grata a tante persone, la mia famiglia in primis, ma un pensiero di grande affetto lo rivolgo anche alla SFG Chiasso perché mi ha sempre seguito e sostenuto con grande calore".*

 **fiduciariamega**

CH-6830 Chiasso

 **VOGASPORT**

Vogasport AG  
Bahnhofstrasse 1  
8560 Märstetten  
T 071 658 71 30  
www.vogasport.ch



Vereinsport  
Schulsport  
Leichtathletik  
Kunstturnen

 **MCTRANS** SA  
TRASPORTI INTERNAZIONALI

Maghetti Andrea

CH-6855 STABIO • Via Vite 5 • Tel. +4191 695 46 70 • Fax +4191 695 46 79

**FOLETTI COMPUTER  
SUPERSTORE**

**WWW.FOLETTI.COM**  
CON OLTRE 170'000 ARTICOLI

FOLETTI COMPUTER SUPERSTORE  
PARCO COMMERCIALE GRANCIA 1, 2° PIANO  
VIA CANTONALE  
CH-6916 GRANCIA

Ora però la sofferta decisione di dire “basta”, una decisione che ha rattristato tantissimi sostenitori chiassesi, ticinesi, svizzeri. Tutti coloro che amavano questa ginnasta dal gesto tecnico delizioso e raffinato.

“Avrei voluto porre termine alla mia carriera con gli Europei di Parigi, rimanendo comunque riserva di Giulia Steingruber in funzione dei GO di Tokio ma questa tristissima pandemia ha scombussolato tutto. Dopo oltre due mesi di pausa avrei dovuto riprendere praticamente una preparazione dalla base senza neppure sapere se i CE (forse in programma a fine ottobre) saranno effettivamente ufficializzati. Non sono più riuscita a trovare la giusta motivazione, non sento più la stessa gioia di varcare la porta di una palestra, mi mancano quegli stimoli fondamentali senza i quali non è possibile stare quasi trenta ore alla settimana a contatto con gli attrezzi. Una decisione molto sofferta ma ponderata a fondo. Ora sono più serena, mi concentrerò sui miei studi in psicologia ma la danza, l'arte e il disegno rappresentano per me mondi molto interessanti. Ho vissuto anni meravigliosi, indimenticabili ma, come ogni cosa nella vita, tutto ha un inizio e una fine.”



La SFG Chiasso è grata e riconoscente per tutto quanto Ilaria ha saputo fare in questi anni. Per noi è stata un'ambasciatrice incredibile.

Ricorderemo sempre il suo debutto al Memorial Gander, lei ancora juniores, un debutto che ci aveva riempito di orgoglio, di fierezza, di gioia vera.



Grazia, eleganza, fascino e grandi doti interpretative resteranno per sempre negli occhi e nel cuore di chi l'ha seguita e ammirata durante questa sua bellissima parabola sportiva.



Cara Ilaria, con tutto il cuore la Redazione del Bollettino sociale, facendosi interprete del pensiero del Comitato direttivo, di tutti i tecnici e in generale di tutta la nostra grande famiglia, ti augura di vivere mille altre emozioni importanti nei percorsi che la vita ti riserverà.

Ricordiamo infine a tutti i nostri amici e sostenitori che nel nostro libro commemorativo per i 150 della SFG Chiasso, “150 e oltre”, figura un interessante contributo della stessa Ilaria. In quelle pagine è possibile ripercorre vita, emozioni e riflessioni di un'atleta che resterà per sempre nel vissuto più importante della nostra Società.



falegnameria - arredamenti interni  
armadi a muro - cucine - porte  
finestre - gelosie - portoncini blindati

Via Fontanella 2  
CH-6833 VACALLO  
Tel. +41 91 683 76 39  
Fax +41 91 683 31 19  
CHE-101.497.158 IVA  
www.fridelmobili.ch  
fridelmobili@sunrise.ch

IMPRESA PITTURA



laudatosagmail.com - 079 411 34 49

> Progetto | Stampa | SA

Tipografia Via Simen 7A T. +41 (0)91 690 50 60  
CH6830 Chiasso F. +41 (0)91 690 50 61  
info@progettostampa.ch

## RIFLESSIONI POETICHE

# Melissa Weber e le sue riflessioni «poetiche»

Melissa, classe 2008, è una ginnasta della SFG Chiasso che da ormai tre anni fa parte del Centro regionale Ticino di ginnastica artistica.

Lei, come le sue compagne di allenamento, ha trasformato la sua passione in un impegno quotidiano. Si allena infatti giornalmente alla palestra Regazzi per rincorrere quel sogno che è il motore di ogni bambina che intraprende questo percorso. Un percorso che richiede lavoro costante, coinvolgimento emotivo e sicuramente anche qualche rinuncia importante ma che non sembra pesare affatto perché la palestra per lei e per tutte quelle che come lei hanno abbracciato questa strada, diventa un luogo prezioso, insostituibile, la “seconda casa”.

Melissa ha esternato questo suo bellissimo sentimento in un momento in cui la palestra le è un po' venuta a mancare anche se la tecnologia le ha comunque permesso di mantenersi in forma e un pochino vicino alle sue compagne grazie agli allenamenti online di cui hanno beneficiato molti sportivi d'élite.



### LA PALESTRA

Sin da piccola l'ho amata  
e spesso sto tutta la giornata.

Le sue mura di cemento  
in estate sono un tormento.

A volte per il suo odore  
a varcare la soglia hai timore.

Fai uno scatto  
e il salto è fatto;  
questo aggeggio  
sì, è il volteggio.

Giri giri sullo staggio,  
ma fai attenzione all'atterraggio;

questa miscela  
è la parallela.

In equilibrio devi stare  
e la tenuta cerca di non mollare;

fine come una chiave,  
ecco qua la trave.

Con la musica ti devi scatenare  
e un doppio salto puoi provare;  
questo attrezzo è il mio preferito,  
corpo libero viene definito.

Se il mio luogo amato vuoi scoprire,  
a Gordola devi venire;  
in via Santa Maria gira a destra  
e troverai la PALESTRA.

SWICA

SWICA SOSTIENE LO SPORT  
CONTRIBUENDO AL RIMBORSO  
DELLA TASSA SOCIALE ANNUALE FINO A CHF 600

DSV Logistics SA  
Via Passeggiata 24  
CH6828 Balerna  
tel. +41 091 695 06 06  
info.balerna@ch.dsv.com  
www.ch.dsv.com

Global Transport  
and Logistics



Via Résiga 14, CH-6883 Novazzano  
091 683 52 77 - info@melisdaniele.ch  
www.melisdaniele.ch

silver  
S  
café

via Carlo Pasta 2  
CH-6830 Chiasso  
Telefono 091 682 64 25  
info@silvercafe.ch

Orari di apertura  
Lunedì - Martedì - Mercoledì:  
6:00 - 00:00  
Giovedì - Venerdì: 6:00 - 01:00  
Sabato: 8:00 - 01:00  
Domenica: 8:00 - 00:00

## Allenamenti on-line con Zoom!

Durante il periodo di quarantena e di parziale riapertura, il gruppo attivi/e e un gruppo di attrezzistica giovanile si sono cimentati in alcuni allenamenti via Zoom, una piattaforma online molto utilizzata in questo periodo di lockdown.

Facciamo qualche domanda a **Giorgia Corti**, che si è occupata dei più grandi, e a **Giona Riva**, uno dei monitori che si è occupato dei più piccoli.

**Come ti sei sentita/a a fare queste lezioni "virtuali"?**



**Giorgia:** "Mi è piaciuto molto, è stata una buona alternativa visto il periodo di totale chiusura. Ho cercato di essere creativa e variare gli esercizi proposti. Cercare in internet delle possibili variabili di attività mi ha permesso di aggiungere conoscenze al mio bagaglio. Ho scoperto cose interessanti."

**Giona:** "È stata un'esperienza motivante, dato il periodo difficile, è stato bello ritrovarsi anche se non fisicamente in palestra. Io sono stato molto contento di questa esperienza. Era importante soprattutto per tenere il gruppo unito, più che dal lato ginnico. Avevo qualche dubbio che tutto funzionasse bene dal lato tecnologico, ma in realtà tutto è filato liscio."

**Che riscontro hai sentito dall'altra parte?**

**Giorgia:** "I ginnasti erano contenti e soddisfatti. Ho ricevuto diversi messaggi positivi e questo mi ha fatto piacere. La presenza alle lezioni online è stata altalenante: molti ginnasti all'inizio e pochi (ma motivati) verso la fine. Questo ha anche coinciso con l'apertura di bar e ristoranti ... la gente aveva voglia di uscire dopo due mesi chiusi in casa."

**Giona:** "Non è stato facile per tutti, ma ho visto la maggior parte dei ginnasti ben motivati e felici di rivedersi anche se attraverso uno schermo. Soprattutto un doveroso ringraziamento ai genitori che sono stati molto disponibili e collaborativi. Alcuni genitori facevano anche allenamento con i propri figli!"

**Punti deboli di questa iniziativa?**

**Giorgia:** "Mancava della musica di sottofondo, che sembra una banalità, ma aiuta molto a livello di ritmo e motivazione. E poi è evidente che ritrovarsi in presenza in palestra è tutta un'altra cosa. I ginnasti (ed io) hanno voglia di tornare in palestra! Ma è stata una bella esperienza."



**Giona:** "Chiaramente fare ginnastica in palestra è tutta un'altra cosa, decisamente meglio e più stimolante, altrimenti non ho trovato grandi punti deboli."

**Quali aspetti si possono ritenere utili per il futuro?**

**Giorgia:** "È stata una bella esperienza da provare, che potrebbe non andare persa."

Per chi vuole qualcosa in più, potrebbe essere un'idea diversa per fare qualcosa insieme con poco dispendio di tempo, visto che non ci si muove da casa."

**Giona:** "Tocando ferro, se davvero dovesse ritornare una seconda ondata di Coronavirus, avremo un metodo collaudato e saremo più pronti ad affrontare un'eventuale nuova chiusura."

**Drytech**  
Waterproofing System Engineering

IMPERMEABILIZZAZIONI  
E RISANAMENTI

091 960 23 40 ticino@drytech.ch www.drytech.ch



FRATELLI **GEROSA SA**  
IMPIANTI ELETTRICI E TELEFONICI • ELETTRODOMESTICI  
6830 CHIASSO 3 • CORSO S. GOTTARDO 117  
TEL. 091 697 63 88 • FAX 091 697 63 83  
info@fratelligerosa.ch

Impresa  
**Fausto Bernasconi S.A.**  
6830 CHIASSO 6828 BALERNA

## Il miele: un super-alimento!

In questo numero parliamo del miele, un prodotto alimentare generato dalle api.

Fornisce in media 304 calorie ogni 100 grammi, con 80,3 grammi di carboidrati disponibili, quasi totalmente composti da fruttosio e glucosio.

Nel miele sono presenti molte vitamine e minerali, un bagaglio di molecole e antiossidanti paragonabili a quelle di frutta, verdura, olio extravergine di oliva e vino rosso. Proprio per questo è considerato un antiossidante naturale: è infatti un alimento funzionale particolarmente ricco di polifenoli, i quali aiutano l'organismo nella prevenzione di malattie e nel rallentare il processo di invecchiamento.

Il miele è da sempre considerato un super alimento, dalle mille proprietà, usato sin dall'antichità per la cura di molteplici disturbi dell'organismo.

È un alimento molto dolce, in quanto costituito per la maggior parte da zuccheri (glucosio, saccarosio e fruttosio). Essendo zuccheri di facile assimilazione, il suo uso è consigliato come rinvigorente in caso di sport o stanchezza eccessiva, in quanto è in grado di fornire immediatamente energia.



È considerato un alimento "vivo" e "rivitalizzante" poiché contiene enzimi, vitamine, oligominerali, sostanze antibioticosimili e altre sostanze; ha vari benefici tra cui:

- Muscoli: aumento della potenza e della resistenza;
- Vie respiratorie: azione decongestionante, calmante (in caso di tosse e stati influenzali);
- Cuore: azione stimolante sulla circolazione sanguigna;
- Fegato: azione disintossicante e protettiva. Infatti, essendo composto da minerali, antiossidanti e vitamine, ha un'azione depurativa naturale;
- Apparato digerente: azione protettiva, stimolante, regolatrice;
- Reni: azione diuretica;
- Sangue: azione antianemica;
- Ossa: fissazione del calcio e del magnesio.

Vediamo alcuni tipi di miele e le indicazioni per la salute:

- **Miele di tiglio:** consigliato in caso di insonnia e di eccitabilità nervosa;
- **Miele di timo ed eucalipto:** utili in caso di infezioni alle vie respiratorie;
- **Miele di agrumi:** cicatrizzante per le ulcere, antispasmodico, sedativo, come il miele di tiglio è molto utile contro l'insonnia e l'eccitazione nervosa;
- **Miele di acacia:** disintossicante per il fegato, è utile per contrastare l'acidità di stomaco e per favorire l'equilibrio intestinale;
- **Miele di castagno:** ricostituente, remineralizzante.

In conclusione, il miele è un prodotto completo per eccellenza, ottimo per chi desidera seguire un'alimentazione sana e ama prendersi cura del proprio corpo, in maniera naturale.

**ONIS**

ABBIGLIAMENTO SPORTIVO TEL. +41 91 827 40 21



**Salumificio del Castello**  
Capoferri & CO. SA  
Via alle Zocche  
CH-6874 Castel S. Pietro

Tel. +41(0)91 683 25 09

www.salumificiodelcastello.ch  
info@salumificiodelcastello.ch

**Allianz**

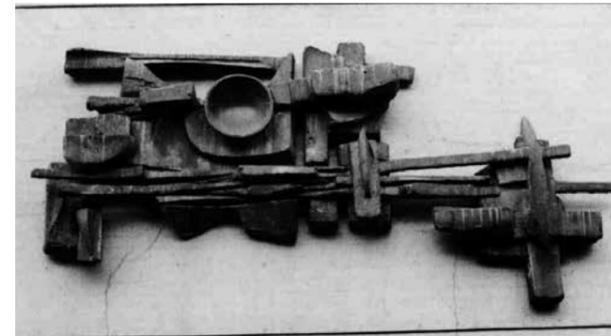
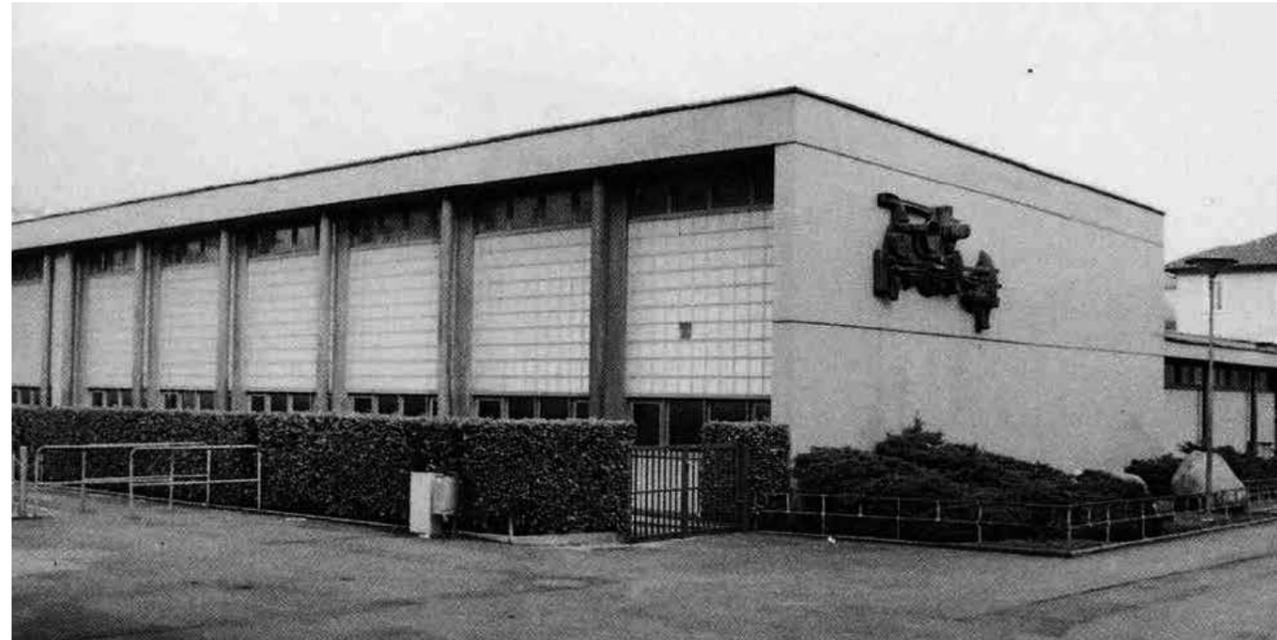
**Alberto Mogliazzi**  
Agente principale

Via E. Bossi 1, 6830 Chiasso  
Tel. 058 357 08 59  
alberto.mogliazzi@allianz.ch

## L'avvento delle palestre di via Soave

Con un pensiero speciale per un uomo speciale: Diego Chiesa

Eccoci ad un nuovo e appassionante capitolo della storia della SFG Chiasso. Questa volta parliamo di un luogo e di un personaggio indissolubili, e a noi tutti cari: le palestre comunali di via Soave e Diego Chiesa. Scartabellando tra almanacchi e libri ricolmi di storia, la redazione ha trovato nell'opera di Fulvio Castelletti "Mosaico" (scritto per i 125 anni della società) alcuni aneddoti molto interessanti attorno alla casa della SFG Chiasso.



[...] Il 28 marzo 1971 venivano ufficialmente inaugurate le nuove palestre comunali e la Sala Diego Chiesa.

Abituati all'ormai vetusta e piccola – ancorché gloriosa – palestra di via Vela, l'approdare nelle nuove, capienti e attrezzatissime Palestre ci sembrava un sogno.

Addirittura ci pareva che il far ginnastica fosse improvvisamente più facile.

Eppure quanti ricordi erano rimasti in quel vecchio edificio, quanta storia della nostra Società è stata scritta fra quelle mura!

In uno dei primi numeri del nostro Bollettino sociale (numero 8 del 1971) così se ne prendeva congedo:

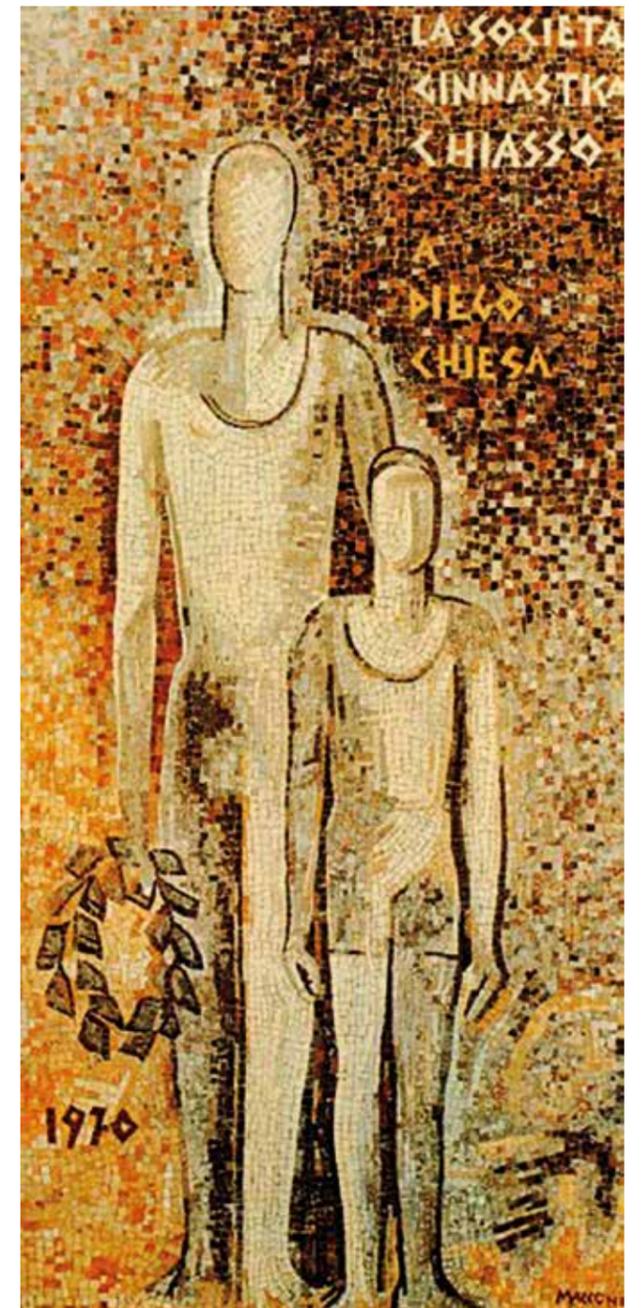
«...Fino a ieri è stata l'unica palestra di Chiasso; qui sono passate generazioni di giovani scolari e di ginnasti e ginnaste e qui si prepararono quei tanti e tanti successi che portarono la nostra società a primeggiare in campo nazionale e perfino all'estero.

Ora, passati nelle nuove e moderne palestre realizzate dal Comune, abbiamo dato un addio a quella che ci ospitò per più di settant'anni e che d'ora in poi sarà per noi soltanto uno scrigno di memorie, dove aleggiano lieti ricordi che suscitano volti cinti d'alloro in un tripudio di bandiere e di fiori; e volti di cari amici che se ne sono andati per sempre, e ricordi di lunghe serate di lavoro, di sacrifici, di costanza, di franca camerateria...»

Il nostro comunque non sarebbe stato un addio definitivo in quanto, a più riprese, qualche nostro gruppo ha pur dovuto far ricorso ancora alla «vecchia palestra» per lo svolgimento delle regolari lezioni.

È una necessità questa ancora attuale, ora che il Comune di Chiasso vi ha apportato parecchie migliorie rendendola più che mai accogliente, «vestita» com'è di colori vivaci.

La nostra attività dunque si spostava semplicemente di un centinaio di metri, là dove si ergeva la nuova imponente ed elegante costruzione, su una facciata della quale, con molto acume, si è voluto fissare una simbolica ed efficacissima scultura.



**Touring Carrozzeria**  
Via E. Bossi 38 - 6830 Chiasso - 091 682 37 58

**Bdifferent mind sagl**  
gadgets & promotional gifts  
Via Lischee 6 - CH-6834 Morbio Inferiore  
Tel. +41 (0)91 225 73 79

GLI ESPERTI DEL GADGET...  
www.bdifferentmind.ch  
info@bdifferentmind.ch

prodotti promozionali, abbigliamento pubblicitario, coppe, medaglie e trofei

Palma, ghù da nà giò a giusta qui rop chi, però al su mia cum'è fà.  
Par l'amùr, tòca nagòt e fà mia dieastri...  
Chiama ul Cuncùn che'l trova la soluzion!

**conconi**  
www.conconi.com • info@conconi.com • Tel. +41 91 646 50 44  
Soluzioni per impianti sanitari, riscaldamento, climatizzazione, lattoniere e impermeabilizzazione

Cantine di Mendrisio  
Viale alle Cantine 30  
CH-6850 Mendrisio  
Tel. 091 646 53 12  
Chiuso il martedì

**Grotto SAN MARTINO** da Mamo  
Specialità nostrane  
Carni alla griglia  
www.grottosanmartino.ch

**GAFFURI**  
100 ANNI Piastrelle 1914-2014  
Chiasso-Balerna  
www.gaffuripiastrille.ch

**PROCENTER CONSULTING**  
PROCENTER Consulting sa  
CH6830 Chiasso 3 Via Soldini 22, CP 160  
Tel. ++41 (0)91 960 58 58 Fax ++41 (0)91 960 58 68

**COCHI SA**  
Via Roncaglia 5  
6883 NOVAZZANO  
Tel. +4191 695 54 54  
Fax. +4191 695 54 55

Fabbrica gazzose

**COCHI**

www.cochi.ch

Servizio a domicilio.  
Acque minerali, bibite,  
birre, vino, superalcolici.

Disponibile su  
App Store

Google play

Find us on  
Facebook



In proposito sempre sul nostro organo sociale si poteva leggere: «... Il sole nascente ... è la bronzea opera di Max Weiss che splende sulla facciata delle nuove palestre.

Non si poteva scegliere simbolo migliore.

Come il sole è fonte di vita, la palestra è fonte di salute, di forza, di carattere.

E come il sole è essenziale per la vita, la palestra è essenziale per il corpo. Il sole che nasce... la vita che incomincia!

È la vita di tanti bambini che sboccia al calore del sole e che la palestra accoglie per prepararli, per forgiarli, per farne degli uomini sani e forti di mente e di corpo.

E come il sole nasce, splende e tramonta, così la vita inizia, trascorre e finisce.

Ma come il sole sempre rinasce all'alba, so pure la vita in palestra deve rinascere ogni mattina.

Deve rinascere e continuare ogni giorno perché come il sole anche la palestra è linfa vitale per l'uomo.

Non dimentichiamolo...»

Nessuno l'ha dimenticato e l'attività, come si è visto, è continuata in modo estremamente brillante. Le nuove palestre si sono immediatamente dimostrate di eccezionale funzionalità e soprattutto il pavimento, di concezione molto particolare, assolutamente ideale per la pratica ginnica, invidiato da tutti coloro che, per un motivo o per l'altro, avevano modo di constatarne l'efficacia.

Ancora una volta il nostro presidente Paolo Zürcher, che ha svolto un ruolo determinante nella progettazione di tutto il complesso, aveva fatto centro...

Ma, come detto, accanto alle palestre è sorta una sala, voluta dal compianto nostro carissimo Diego Chiesa per dare una sede degna alla nostra società, che per lo scomparso fu una seconda famiglia, alla quale aveva votato tutta la sua esistenza.

Quello di Diego Chiesa fu un gesto munifico di eccezionale significato e la Società ha poi inteso ricordarlo e perpetuarne il ricordo con un grande mosaico, situato nell'atrio delle palestre, opera del noto pittore e artista Gino Macconi, grande amico della SFG Chiasso di cui è stato per parecchi anni membro del comitato direttivo.

L'opera, come tutti avranno avuto modo di constatare, raffigura un alunno accanto ad un ginnasta adulto che paternamente lo accompagna verso la palestra e la vita.

Un'immagine estremamente significativa che rappresenterà sempre per noi un simbolo vitale, così come per moltissimi ginnasti di un tempo lo fu direttamente Diego Chiesa, un grande uomo con un cuore grosso così che sempre ha pulsato per la causa della nostra Società.

Diego Chiesa venne a mancare nel 1962, quindi alle soglie del compimento del nostro Centenario.

Quando l'opera da lui voluta è poi stata terminata le pagine del nostro Bollettino sociale hanno riproposto un ricordo di quest'uomo risultato così importante per la SFG Chiasso.

Ne riporto alcuni stralci particolarmente toccanti:

«... Diego Chiesa è rivissuto quel giorno nella mente e nei cuori di tutti noi: degli anziani e dei giovani, di quelli che l'hanno avuto assieme tante e tante volte in palestra e alle manifestazioni ginniche, e dei giovani che non l'hanno conosciuto compiutamente ma che ricordano sempre la sua presenza, il suo incitamento, la sua incrollabile fede negli ideali della ginnastica, ideali patriottici, ideali tesi alla formazione ed al carattere dei cittadini del domani

...Ora la sede è un fatto compiuto, grazie anche alla partecipazione delle nostre Autorità comunali. Ora la sede è qui, qui dove si allineano le coppe e i trofei e le fotografie ricordo, dalle quali ci guardano lui e tutti quanti con lui hanno fatto le fortune della nostra società.

Diego Chiesa cominciò da ragazzo la ginnastica, fu poi monitore degli alunni e fu attivo ginnasta e poi membro del comitato e vicepresidente e infine di Presidente onorario, dopo essere stato eletto socio onorario sezionale e della Associazione cantonale.

Dall'infanzia alla serena conclusione della sua esistenza Diego Chiesa visse quindi per la ginnastica. Sfolgiando l'album dei ricordi la sua persona ci appare quasi sempre in ogni fotografia, in ogni luogo dove la nostra sezione era impegnata, nelle grandi e nelle piccole manifestazioni, con gli attivi e con i più piccoli, sempre trepido nel seguire il lavoro e nell'attesa dei risultati che non mancavano mai di essere brillanti e che gli distendevano il volto nel sorriso e nel pianto di gioia per il successo dei suoi ginnasti e della sua Chiasso...»

Ecco dunque delineata un'altra tessera del nostro mosaico, un mosaico importante, come quello che ogni giorno ci guarda quando mettiamo piede in palestra, un mosaico che tutti assieme stiamo costruendo...

## NOTE MESTE

### In ricordo di Stefano Rescaldini

È ANDATO AVANTI (locuzione alpina) - È uno stereotipo comune, quando una persona va avanti si fanno sempre delle lodi o perlomeno di quella persona la si ricorda con benevolenza. E di Stefano non ci si può limitare ad una semplice lode: lo si ricorda anche per l'integerrima e assoluta integrità morale, avendo davanti a sé come obiettivi la famiglia, il lavoro, la religione e lo sport. Lui, sportivo eccezionale, il quale ha partecipato da ciclista anche ad alcuni eventi del Gianettiday, ma soprattutto era nella nostra compagine della SFG Chiasso nel gruppo Uomini. Un ginnasta perfetto sempre ricco di idee e innovazioni negli esercizi. Ci mancherà. CIAO STEFANO!

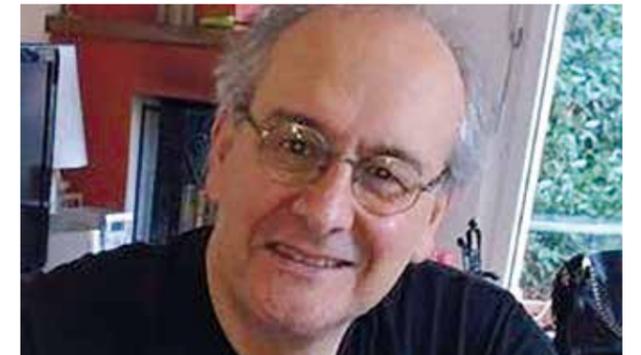


F.M.

### Buon viaggio Gigi...

Verso la fine del mese di maggio ci ha lasciati Pierluigi Messina, Gigi per gli amici. Un male, purtroppo spesso incurabile, lo ha portato via.

Gigi ha fatto parte del Comitato Direttivo alcuni anni or sono, in qualità di collaboratore del settore Stampa e Propaganda. Piuttosto schivo, pur apparendo raramente, si è sempre interessato della Società ed in particolare del Gruppo Atletico. Di lui serberemo un grato e simpatico ricordo.



A.D.



**Ristorante Pizzeria Carlino**  
Via V. Vela 5  
6830 Chiasso  
091 682 68 28

Via Privata Soldati 5  
6830 CHIASSO  
Tel. 091 682 36 21



Pavimentazioni  
stradali  
Isolazione tetti  
piani  
Emulsioni  
bituminose DURFIX



**Walter Marini SA**  
recupero,  
trasporto e smaltimento rifiuti

Casella Postale 86  
6833 Vacallo  
Tel. 091 683 77 54  
Natal 079 354 15 94  
www.waltermarini.ch  
mail info@waltermarini.ch  
magazzino via delle Fornaci 3, Balerna  
noleggio benne - lavori con gru fino a 40 metri

Ogni traguardo è importante, scegli il meglio.

**Sporting Swiss+**

100% BEST QUALITY

Via Cantonale, 6527 Loznico  
Natal 079 2371914  
sportingswiss@bluewin.ch

coppe | medaglie | cristalli | pietre

*Maiocchi*

Orologeria e Oreficeria artigianale - Riparazioni - Premiazioni  
6830 Chiasso - C.so S. Gottardo - Tel. 091 682 71 10

**BAUMGARTNER**  
OFFICE CENTER

Aredamento e Apparecchi per Ufficio - Materiale per Ufficio - Cartoleria - Toner - Cartucce - Carta - Idee regalo



**Fratelli G.+E. Baumgartner SA**  
Via Sottobisio 42b  
6828 Balerna

tel. 091 682 65 36  
fax 091 682 65 39  
info@baumgartnersa.ch  
shop@baumgartnersa.ch

## MONITORI IN VETRINA

### NICOLA TOLOTTI



#### Nicola, da quanti anni fai parte della SFG Chiasso, e per quale motivo?

“Non da molti anni a dire la verità. Faccio parte della SFG Chiasso dalla stagione 2016-2017. Tutto il gruppo indiana ha lasciato una società della regione per trovare un tetto con la SFG Chiasso. Società che ci ha da subito accolto con grande entusiasmo, così come quello che abbiamo portato noi per questo meraviglioso sport.”

#### Perché svolgi l'attività in qualità di allenatore?

“Svolgo l'attività di allenatore per vari motivi. Il principale è perché mi permette di trasmettere le mie conoscenze e competenze al resto del gruppo. L'insegnare, il formare, il correggere giovani e meno giovani è qualcosa che mi ha sempre appassionato.”

#### Cosa provi quando varchi la porta della nostra palestra?

“All'inizio provo un senso di “vuoto”, visto che sono spesso uno dei primi ad entrarci. Battuta a parte, quando varco la porta della palestra, entro in un altro mondo. Un mondo

dove cerco di concentrarmi e dedicarmi al 100% all'indiana, senza pensare a tutti gli altri problemi o pensieri legati alla vita quotidiana.”

#### Quali sono le migliori soddisfazioni?

“Oltre ai vari risultati sportivi raggiunti a livello cantonale, nazionale ed internazionale, le migliori soddisfazioni sono quelle di vedere un gruppo unito, vedere la crescita dei singoli giocatori così come quello delle squadre. Vedere che i giocatori ti ascoltano, ti capiscono e ti ringraziano sono le più grandi soddisfazioni.”

#### Cosa ti preoccupa di più?

“Quello che mi preoccupa è la mancanza di giovani che si avvicinano all'indiana. Gli anni passano, e nelle varie palestre, i giocatori sono pressoché gli stessi. Non potendo fermare il tempo, questi diventano ogni anno più vecchi. Ci sarebbe bisogno di giovani volenterosi che inizino e che continuino questo meraviglioso sport.”

#### E se tu avessi una bacchetta magica?

“Se avessi una bacchetta magica, la userei per trasmettere la mia passione e far conoscere questo sport a più gente possibile, così da avere un futuro garantito. La userei inoltre per marcare il campo da indiana in tutte le palestre Cantionali e Nazionali. Il doverli marcare ad ogni allenamento, ad ogni giornata di campionato, sarebbe così risolto. Inoltre, se c'è della magia residua, la userei anche per montare e smontare la rete.”

#### Un augurio infine per la nostra Società?

Quello che posso augurare alla nostra Società è di continuare con questo spirito. Auguro in futuro, quando ce ne sarà bisogno, che possa sempre trovare delle persone valide per continuare l'attività e per festeggiare altri importanti traguardi.

# RAIFFEISEN

## Banca Raiffeisen del Basso Mendrisiotto

Corso San Gottardo 54/a, 6830 Chiasso  
 Agenzia: Piazza Tarchini, 6828 Balerna  
 Tel. 091 690 55 11 Fax 091 690 55 22