GAB 6830 Chiasso 1 – anno 59 – ottobre 2026

SFG
CHIASSO
1867

LA GINNASTICA

Bollettino sociale
Società Ginnastica Sezione Federale Chiasso

Indice:
Saluto del presidente 3
Organigramma 4
160esimo 5
Memorial Arturo Gander 6-7
Intervista a Fabio Corti 8
Rubrica sport e mente 9
Presentazione gruppi 10-30
Racconto "I tappetini" 17
Racconto "Limescordis" 25
Concorso 31
Vita sociale 32-33
Raccolta fondi 34-35
Giochi 36-37
Programma attività 38
Calendario eventi 39
Sostieni la SFG Chiasso 40

Impressum Tiratura:
800 esemplari
Pubblicazione:
1 edizione all'anno
Distribuzione:
Soci, sostenitori e sponsor

Responsabile:
Agnese Vigliante Mombelli
Redattori:
Fulvio Castelletti
Chiara Caletti Rossi
Martha Stamm-Croci
Cristina Fontana
Sandro Agosti
Carolina Brusa
Beatrice Briccola
Alice Pizzato

Fotografie:
Diversi
Stampa:
Progetto Stampa SA, Chiasso
STAMPATO IN TICINO

Seguici su:
www.sfgchiasso.ch
Instagram: @sfgchiasso
Facebook: SFG Chiasso

Al via la stagione 26/27

Care ginnaste e ginnasti, atlete e atleti, famiglie, allenatori, sponsor e sostenitori della nostra associazione, benvenuti al primo numero del nostro bollettino "rivisitato" (che da oggi assume una nuova veste)!

Con grande entusiasmo la nuova redazione si presenta per la prima volta per accompagnarvi, una volta all'anno, con racconti, immagini, emozioni e momenti che testimoniano la vita della nostra grande famiglia sportiva.

Abbiamo scelto il mese di ottobre per proporvi questa prima edizione, a un mese dall'inizio delle attività, quando la palestra ha già ripreso a vivere e la nuova stagione sta entrando nel vivo.

Sarà per noi un piacere raccogliere e raccontarvi ciò che accade durante l'anno, dando spazio a chi, con passione e impegno, contribuisce ogni giorno alla crescita della nostra associazione.

Questa rivista vuole essere un punto d'incontro, un'occasione per soffermarsi, ricordare e condividere le iniziative che la SFG Chiasso propone e le tante attività che quotidianamente animano i nostri spazi.

Ma non ci fermeremo a questo appuntamento annuale! Durante l'anno arriveremo nelle vostre case anche attraverso le newsletters mensili, dedicate ai risultati, alle notizie e agli appuntamenti imminenti che vi trasmetteremo via mail.

Ci auguriamo che possiate sfogliare questa rivista con lo stesso entusiasmo con cui noi l'abbiamo realizzata e con l'auspicio che possa diventare, anno dopo anno, un piccolo ma prezioso racconto della vita nella nostra associazione da custodire per creare una piccola "collezione".

A tutti voi, buon inizio di stagione e… buona lettura!

La redazione

Comune di Chiasso

Un nuovo inizio, insieme

Cari/e soci/e, amici e sostenitori della SFG Chiasso,
con l'inizio di una nuova stagione sportiva torna anche quella piacevole sensazione di ripartenza che, anno dopo anno, ci ricorda quanto sia bello ritrovarsi in palestra, condividere allenamenti con i propri amici, obiettivi, emozioni e, soprattutto, la passione per lo sport. A tutti voi rivolgo quindi il mio più caloroso **benvenuto alla nuova stagione sportiva**!

Un saluto particolare va a chi ci accompagna già da tempo, ma anche ai tanti nuovi arrivati che hanno scelto di entrare a far parte della nostra associazione. Siamo felici di accogliervi nella nostra grande famiglia e ci auguriamo che possiate sentirvi presto parte integrante della nostra realtà; una realtà meravigliosa ricca di passione, nuovi incontri e belle persone.

Ogni stagione porta con sé nuove energie e nuovi progetti e anche quest'anno non mancano le novità, a partire dal nostro Comitato, che si arricchisce di una nuova presenza dopo l'uscita di Lorenzo Amato a marzo 2026. Diamo quindi il benvenuto a **Martino Frigerio**, nostro giovane socio del settore atletico, che ha iniziato da giugno 2026 la sua collaborazione con il Comitato mettendo a disposizione il proprio entusiasmo nelle sfide quotidiane della nostra società.

Tra le novità più importanti c'è anche un rinnovato impegno nel campo del **marketing e della comunicazione**. Abbiamo deciso di rivedere e valorizzare il modo in cui raccontiamo la nostra associazione, le nostre attività e i risultati dei nostri ginnasti e atleti e per farlo, abbiamo rivisto i nostri canali di comunicazione, con l'obiettivo di renderli più chiari, moderni, coordinati e soprattutto più vicini a voi.
Il cambiamento principale riguarda proprio il **Bollettino** sociale che non verrà più proposto in 5 edizioni all'anno (digitali) ma che invece si concentra in un'unica edizione annuale cartacea all'interno della quale potrete trovare nuove proposte di contenuti, racconti e interviste legate al mondo ginnico e tanto altro. Parallelamente è stata introdotta la Newsletter che avrà una cadenza mensile e che raccoglierà l'attività e i risultati dei nostri gruppi oltre che essere la vetrina per gli eventi del mese successivo.
Inoltre, avrete già magari percepito qualche novità sul nostro **sito** e assistito ad un progressivo restyling e incremento dell'attività sui canali social, in particolare **Instagram**, grazie a nuovi contenuti e ad una maggiore attenzione ad una comunicazione più coordinata e frequente, pensata per accompagnarci durante tutta la stagione.
Vogliamo infatti che la nostra associazione non sia presente soltanto in palestra, ma che possa essere conosciuta e vissuta anche al di fuori di essa. Raccontare ciò che facciamo significa dare spazio ai nostri atleti, ai nostri allenatori, ai volontari e a tutte quelle persone che, spesso dietro le quinte, contribuiscono ogni giorno a far crescere la nostra realtà e renderla grande.

Ciò che rimane invariato sono i valori che da sempre ci hanno contraddistinto. Un'associazione ultracentenaria non è semplicemente un'associazione con una lunga storia; è un'associazione che ha saputo rinnovarsi continuamente senza perdere la propria identità, proprio come noi.
E parlando di futuro, non possiamo non menzionare un grande appuntamento che ci attende nel 2027: **il prossimo anno la nostra associazione celebrerà infatti i 160 anni dalla sua fondazione**. Un traguardo davvero straordinario, che racconta una storia fatta di generazioni, passione, impegno e appartenenza. Centosessant'anni durante i quali la società è cambiata, lo sport si è evoluto e la ginnastica ha assunto forme sempre nuove, ma nei quali è rimasto immutato il desiderio di stare insieme, di crescere attraverso lo sport e di costruire qualcosa per le generazioni future. Essere ancora qui, dopo 160 anni, è un motivo di grande orgoglio ma anche di responsabilità: significa raccogliere l'eredità di chi ci ha preceduto e, allo stesso tempo, avere il coraggio di continuare a innovare e a costruire il futuro della nostra associazione.
Per celebrare questo anniversario così importante abbiamo in programma alcune iniziative speciali, pensate per coinvolgere tutta la nostra comunità e per rendere questo 160° compleanno un momento davvero indimenticabile. Non vogliamo però svelare tutto subito: le novità e gli appuntamenti verranno presentati a tempo debito nel corso del 2027. Sarà un anno speciale, da vivere insieme, per celebrare non soltanto una data, ma una storia che appartiene a tutti noi.

Ai nostri atleti auguro quindi una stagione ricca di obiettivi da raggiungere, naturalmente di soddisfazioni e, perché no, anche di qualche sfida da superare.
Agli allenatori e a tutti i collaboratori va il mio ringraziamento più grande per l'impegno e la passione che mettono quotidianamente nel loro lavoro così come a tutti i soci, sia fedelissimi che nuovi, un sentito grazie per continuare a credere nella nostra associazione.
Una società sportiva vive grazie a chi si allena, a chi insegna, a chi organizza, a chi sostiene e a chi sceglie di dedicare tempo ed energie a una passione comune.
Grazie quindi a tutti voi che di anno in anno ci permettete di rendere grande e meravigliosa la nostra amata SFG Chiasso. **Buona stagione a tutti!**

Il Presidente,
Ryan Lehmann

Per una comunicazione efficace

COMITATO DIRETTIVO

PRESIDENTE	SEGRETARIA	PRESIDENTE TECNICO	SETTORE ATLETICO	GS ABBIGLIAMENTO	FINANZE	EVENTI	COMUNICAZIONE MARKETING
Ryan Lehmann	Carolina Sanchez	Evelyn Poma	Martha Stamm-Croci	Martino Frigerio	Sara Cavadini	Elia Albisetti	Agnese Mombelli
				ABBIGLIAMENTO: Chiara Sanguin	PAGAMENTI: Diego Maspero	COMITATO EVENTI: Rachele Crivelli, Anna Gabaldo, Anna Hungerbühler	COMITATO COMUNICAZIONE: Diego Molteni, Martina Bianchi, Redazione digitale, Redazione bollettino

COMITATO TECNICO

ATTREZZISTICA — Chiara Caletti Rossi

Pre Attrezzistica
Patrizia Bianchi
Patrizia Sala

Intro e C1
Patrizia Bianchi
Nico Franzini
Alice Blum
Martina Riva
Daniela Bonacina
Melissa Weber
Rosa Mobilio
Sara Cavadini
Siria Olivieri
Mara Arcobello

C2 , C3, C4
Diego Maspero
Ryan Lehmann
Rachele Crivelli
Davide Battaglia
Debora Caccavari
Valentina Shkodra
Elisa Crivelli
Nico Franzini
Matilde Ardò

Attivi
Giorgia Corti
Ryan Lehmann
Rachele Crivelli
Linda Panfili
Martina Bianchi
Alice Rossini
Gabriele Varricchio

Gymnastique
Denise Dursun
Tiffany Pieroni

Over 35
Isabella Buttà
Barbara Errigo Negro
Vittoria Fontes
Fabiana Sala

ARTISTICA — Fulvio Castelletti

GAF
Eleonora Mazzeschi
Davide Rusca

GAM
Fulvio Castelletti

Ritmica
Veronica Baggi

ATLETICA — Martha Stamm-Croci

Atletica
Martha Stamm-Croci
Antonio D'Incecco
Martino Frigerio
Francesco Doninelli
Patrizia Baumgartner
Eros Valsangiacomo
Simona Barone
Antonio Peloli

GINNASTICA GENERALE — Martina Riva

Genitore e bambino
Martina Livio
Fabio Andreani

Infantile
Martina Livio
Nicole Masera
Debora Ritter
Daniela Colombo

Polisportiva
Guido Vanzetta

Uomini
Fabrizio Maspero
Giorgio Pavani

Veterani
Gianfranco Plebani

INDIACA — Stefano Caraggià

Junior
Beatrice Cavadini
Ivan Gottardi
Stefano Caraggià

Open e senior
Elia Albisetti
Nicola Tolotti

160 candeline per festeggiare

Nel giugno del 1867 un gruppo di cittadini, animati da entusiasmo e dal desiderio di promuovere l'attività fisica e i valori dello sport, fondò la Società Federale Ginnastica Chiasso. Da allora sono trascorsi 160 anni durante i quali la Società è cresciuta costantemente, diventando una delle principali realtà sportive del Mendrisiotto e del Canton Ticino, coinvolgendo generazioni di bambini, giovani e adulti.

Il traguardo dei 150 anni, celebrato nel 2017, ha rappresentato un momento importante per valorizzare la storia della Società e il suo ruolo sociale, educativo e aggregativo. Le celebrazioni hanno coinvolto l'intera cittadinanza con una giornata ufficiale, il volume commemorativo "150 e oltre", ecc.

Da quel momento sono trascorsi dieci anni intensi, durante i quali la SFG Chiasso ha continuato a evolversi senza perdere la propria identità. Ha affrontato con successo anche le difficoltà legate alla pandemia di COVID-19 che nel 2020 e 2021, ha imposto la sospensione delle attività e delle manifestazioni, con importanti ripercussioni economiche. Grazie alla solidità organizzativa, allo spirito di squadra e alla capacità di rinnovarsi, la società ha superato questo periodo con determinazione. Significativo è stato anche il ricambio generazionale nel Comitato di Direzione, segnato dall'elezione del presidente Ryan Lehmann e l'ingresso di numerosi nuovi membri tra cui una presenza femminile sempre più importante. Questo rinnovamento ha portato nuove idee ed energie, mantenendo però saldo il legame con la tradizione.

L'ultimo decennio è stato, infatti, caratterizzato da un'intensa attività organizzativa. Sono proseguiti appuntamenti consolidati come Sportissima, i Campionati Open, Junior e Over e il Torneo Notturno di Indiaca, mentre sono state rafforzate le collaborazioni con GEM per quanto riguarda la ginnastica artistica e COAS e Atletica Mendrisiotto per il settore atletico. Parallelamente, la società ha ospitato manifestazioni di rilievo, tra cui i Campionati Svizzeri di Indiaca, il Gala ACTG, il torneo di pallavolo e la competizione internazionale di ginnastica artistica rappresentata dal Memorial Gander.

Grande attenzione è stata dedicata anche alla comunicazione, con il rinnovamento del sito internet, della newsletter, del bollettino sociale e della presenza sui social media. L'offerta sportiva continua inoltre ad ampliarsi, accompagnando gli atleti dalla prima infanzia fino all'età adulta e includendo recentemente anche la Gymnastique.

A questo sviluppo organizzativo si sono affiancati importanti risultati sportivi che sottolineano la qualità del lavoro svolto all'interno di tutti i settori. Nel 2023 la Sezione Attivi del gruppo attrezzistica ha conquistato il titolo di Campione Svizzero nella combinazione d'attrezzi, mentre nel 2024 ha ottenuto tre medaglie d'argento ai Campionati Svizzeri e Giorgia Corti ha conquistato il titolo svizzero nella categoria Lui& Lei nel 2024 e nel 2025. La ginnastica artistica conta, invece oggi, due atleti inseriti nei quadri nazionali di Macolin. L'Indiaca, dal canto suo, ha conquistato il titolo di Campione Svizzero, il primo posto alla Festa Federale 2025 e la medaglia d'oro in Coppa del Mondo, mentre per quanto concerne l'atletica spiccano il titolo svizzero di Giulio Fugazzi e i successi di Laura Torino Imberti, campionessa mondiale master e autrice di nuovi record.

Il 160° anniversario rappresenta molto più di una semplice ricorrenza: è l'occasione per celebrare il cammino percorso e guardare con fiducia al futuro. Il Comitato sta già lavorando a un evento speciale che coinvolgerà non solo i soci, ma l'intera popolazione. Possiamo già anticipare che nell'ottobre 2027 Chiasso ospiterà una manifestazione completamente nuova, pensata per celebrare questo importante traguardo in modo originale e coinvolgente. Centosessant'anni rappresentano un traguardo che poche Società possono vantare, ma non si sarebbe arrivati fin qui senza la vera forza della SFG Chiasso, le persone che ogni giorno ne fanno parte, i giovani che iniziano il loro percorso sportivo, i monitori che trasmettono passione e tutti coloro che, dal 1867 hanno contribuito a rendere la società la straordinaria realtà che è oggi.

Se finora si è parlato di storia, quella della SFG Chiasso non resta però ferma al passato, al contrario continua ogni giorno e il 160° anniversario sarà un'altra bellissima pagina da scrivere insieme.

Beatrice Briccola

CAFFÈ
CHICCO D'ORO®

Il nostro orgoglio

Tutto ebbe inizio nel 1984. Illuminazione, creatività, entusiasmo: una ricetta a firma Paolo Zürcher per omaggiare un grande tecnico, un chiassese illustre, colui che era assurto alle più alte cariche dirigenziali della Federazione internazionale di ginnastica, Arturo Gander, scomparso due anni prima. Nasceva dunque il Memorial Arturo Gander, manifestazione di ginnastica artistica riservata a campionissimi di questa meravigliosa disciplina sportiva. Nasceva sulle ali di un entusiasmo incredibile a pochi mesi dai Giochi olimpici di Los Angeles. Il Palapenz non fu purtroppo in grado di ospitare tutti coloro che avrebbero desiderato assistere allo straordinario evento proposto dalla SFG Chiasso in onore del grande Maestro scomparso.

Ci furono dunque anche degli scontenti che si videro rifiutare l'entrata perché manco a inventarli si sarebbero potuti trovare spazi ancora disponibili. Fu comunque un grande successo, garantito innanzitutto da due star (il giapponese Gushiken e la rumena Pauca) che a Los Angeles si erano laureati campioni olimpici. Ma a vincere fu soprattutto lo spettacolo creato da un'atmosfera che forse nessuno osava neppure lontanamente immaginare. Le basi per " il grande evento" erano così gettate, la continuità l'ha in seguito fornita la Storia della SFG Chiasso, una storia fatta di determinazione, volontà, lavoro e tanta, tanta passione.

Una passerella di grandi campioni

Proposto in alternanza dapprima con Montreux e successivamente con Morges, il Memorial Arturo Gander è diventato una vera e propria passerella di grandissimi interpreti di tutte le migliori scuole internazionali. Dal Giappone all'URSS, dalla Cina agli USA senza dimenticare le più importanti realtà europee quali la Russia (a seguito dello smembramento dell'URSS), la Romania, la DDR dapprima e le Germania in seguito, la GBR, la Francia, l'Italia e la nostra Svizzera, sono giunti a Chiasso talenti di purezza cristallina il cui elenco è assolutamente impossibile da proporre se non attraverso alcuni dei più prestigiosi "diamanti" capaci di esaltare il pubblico che, edizione dopo edizione, ha sempre affollato le tribune del Palapenz.
Come non ricordare dunque il cinese Li Ning, i bielorussi Vitaly Scherbo e Svetlana Boguinskaia, la russa Svetlana Khorkina, l'azzurro Juri Chechi, l'americana Kim Zmeskal, l'ucraino Oleg Verniaiev, la rumena Catalina Ponor, l'italiana Vanessa Ferrari, il bulgaro Jordan Jovtchev e i nostri indimenticabili Sepp Zelleweger, Ariella Kaeslin e Giulia Steingruber.

Molti, anzi moltissimi magistrali interpreti sono stati omessi perché altrimenti l'elenco sarebbe stato lunghissimo ma il torto è grande perché la qualità di tanti altri interpreti passati dal Palapenz e lo spettacolo che hanno saputo proporre avrebbe meritato almeno la citazione. Eppure una deroga è assolutamente indispensabile, una deroga che permette di evidenziare tutto l'orgoglio di noi chiassesi ricordando quando a deliziare le tribune ci ha pensato anche la nostra Ilaria Kaeslin. Che emozione! Emozione qualche anno più tardi rinfocolata dalla presenza di un'altra momò, Lena Bickel, pure motivo di tanta, tanta emozione.

Il presente: LA 43. EDIZIONE CHE PROMETTE EMOZIONI PURE

Il Memorial Arturo Gander, è noto a tutti, vive in stretta collaborazione con la Swiss Cup di Zurigo. Ne scaturisce una sorta di "settimana svizzera" per la ginnastica artistica internazionale, una tappa che, nel calendario delle grandi manifestazioni a livello planetario, ha ormai un posto fisso nel calendario. Prestigio e richiamo per il nostro Paese, grande anzi grandissimo orgoglio per noi chiassesi. Questa 43. edizione però stravolge un po' gli schemi abituali. Non ci saranno più dieci nazioni rappresentate da un e una ginnasta bensì solo cinque nazioni che raddoppieranno però il numero dei presenti.

Al momento di andare in stampa con questa nuova edizione del Bollettino sociale nulla è ancora certo.
Tra le nazioni che, con ogni probabilità, saranno protagoniste del grande evento figurano però Cina, Stati Uniti, Francia, Germania, Italia e Svizzera. Avremo così l'onore di ospitare diversi ginnasti elvetici e, sopratutto, di poter tifare a gran voce per due atleti che al Palapenz hanno gareggiato fin da bambini.
Per molti è un sogno che si realizza: con la nostra nazionale ci saranno infatti ben due ginnasti chiassesi, Mattia Piffaretti e Mirco Riva.
Un motivo di gran orgoglio per tutta la nostra comunità e un'emozione speciale per chi li ha visti crescere, passo dopo passo fino ad arrivare qui!

La speranza è che tanti, tantissimi nostri sostenitori rispondano al richiamo di questa sicuramente entusiasmante serata.

Dunque appuntamento a tutti:

GIOVEDÌ 5 NOVEMBRE – ORE 20.00 al Palapenz. La Grande Ginnastica CI ASPETTA!

Fulvio Castelletti

Allianz
Alberto Mogliazzi
Agente principale
Via E. Bossi 1, 6830 Chiasso
Tel. 058 357 08 59
alberto.mogliazzi@allianz.ch

HOTEL TOURING
Chiasso
Piazza Indipendenza 1 - 6830 Chiasso
Telefono: 091 682 53 31
hotel.touring@moevenpick-restaurants.com
hoteltouringchiasso.com

Dalla prima edizione ad oggi

Dietro ad una manifestazione capace di attraversare quarant'anni di storia ci sono, prima di tutto, le persone che hanno creduto in essa. Fabio Corti, attuale presidente della Federazione Svizzera di Ginnastica, appartiene alla storia del Memorial Arturo Gander fin dalla sua prima edizione: lo ha visto nascere, cambiare e crescere. Abbiamo chiesto a Fabio di guidarci nei suoi ricordi per ripercorrere l'evoluzione di questo grande evento, per poter confermare, con una certezza quasi scientifica, che la forza motrice della grande macchina del "Gander", dai giovani volontari ai vertici dell'organizzazione, è unicamente l'amore per la ginnastica.

Si ricorda il suo primo Gander?
Che ruolo aveva e che atmosfera si respirava?
Il mio primo Gander è stato proprio il primo Gander. Allora facevo parte del comitato d'organizzazione. Ricordo soprattutto l'entusiasmo e la voglia di fare qualcosa di importante per la ginnastica. Non immaginavamo ancora quanto sarebbe cresciuto negli anni.

Qual è stato il/la ginnasta che l'ha impressionata maggiormente dal vivo, al di là dei risultati ottenuti?
Senza dubbio Valery Belenky. Un ginnasta straordinario, ma anche una persona di una simpatia rara. È uno di quei personaggi che non ricordi soltanto per quello che facevano in pedana, ma anche per come erano fuori.

Il pubblico vede una serata di gara.
Quanto lavoro c'è, invece, dietro quelle poche ore?
A chi va il suo ringraziamento speciale?
Dietro quelle poche ore c'è davvero tanto lavoro invisibile al pubblico. Il mio ringraziamento va a tutte le persone che, con ruoli diversi e soprattutto con grande disponibilità, lavorano volontariamente per rendere possibile questo evento. Senza di loro il Gander non esisterebbe.

Qual è la cosa più difficile da organizzare che uno spettatore non immaginerebbe mai?
Dal mio punto di vista, trovare ad ogni edizione le risorse finanziarie necessarie. È un aspetto meno visibile della ginnastica, ma fondamentale: senza i mezzi necessari, anche le idee migliori rischiano di rimanere soltanto idee.

Secondo lei, che cosa ha il Gander che una grande competizione internazionale non può avere?
La dimensione umana. Al Gander i ginnasti possono sentirsi davvero coccolati. In una grande manifestazione internazionale è molto più difficile creare questi rapporti personali. Qui, invece, c'è ancora la possibilità di conoscere le persone oltre l'atleta.

Quanto è cambiato il Memorial rispetto alle prime edizioni? C'è qualcosa che è rimasto uguale?
È cambiato parecchio. Da una gara rigorosa è diventato, nel tempo, uno spettacolo. Ma una cosa non è mai cambiata: la passione per la ginnastica. Ed è probabilmente proprio questa la vera continuità del Gander.

Lei ha dedicato tante ore della sua vita alla SFG e al Memorial. C'è mai stato un momento in cui si è chiesto "chi me lo fa fare"? Se sì, cosa l'ha fatto continuare?
Certo. Non una volta sola! Poi, alla fine, la passione per la ginnastica ha sempre preso il sopravvento. Quando una cosa ti appassiona veramente, anche le difficoltà diventano più facili da affrontare.

C'è qualcosa che ha imparato organizzando il Memorial che si è portato dietro anche nella vita?
Ho imparato quanto sia importante, insieme alle persone con cui lavori, fissare obiettivi chiari e riuscire a motivare tutti a raggiungerli. Da soli si può fare qualcosa, ma insieme si fa molto di più.

Quando guarda i giovani della SFG lavorare oggi al Gander, in cosa si riconosce e in cosa invece li vede completamente diversi dalla sua generazione?
L'età è diversa, ma in fondo non così tanto: è più o meno quella che avevo io quando ho sentito parlare per la prima volta del Memorial Gander. Quello che ci accomuna è soprattutto la passione e la determinazione a migliorare e a far crescere l'evento. Cambiano i tempi e i modi di lavorare, ma certe motivazioni restano le stesse.

C'è qualcosa del Gander che teme possa andare perso con il passare delle generazioni?
Più che qualcosa, spero non sia in discussione la continuità del Gander stesso. La concorrenza di tantissimi eventi e la costante difficoltà nel reperire le risorse finanziarie sono sfide importanti. Mi auguro però che le nuove generazioni sappiano trovare l'energia e le idee per continuare questa storia. Perché il Gander, dopo così tanti anni, non è più soltanto una gara: è una parte della storia della ginnastica di Chiasso.

Alice Pizzato

Lo sport: infanzia e adolescenza

Benché i recenti dati riportati dall'Osservatorio Svizzero dello Sport certifichino la popolazione indigena come generalmente molto attiva, appassionata di sport e polisportiva, i dati relativi ai più giovani (infanzia e adolescenza) seppur non preoccupanti, presentano alcune criticità.

È stato riscontrato che per circa 1/3 dei ragazzi e ragazzini in età compresa tra i 6 e i 15 anni, le tre ore di educazione fisica scolastica rappresentano l'unica occasione di attività motoria settimanale, nonché di interazione diretta con i compagni.

Il passaggio dall'infanzia alla giovinezza comporta numerosi cambiamenti: aumentano gli impegni scolastici, cambiano gli interessi personali e può diminuire il tempo dedicato al gioco e all'attività fisica. A mio parere, lo sport dovrebbe essere visto in primis come investimento nella salute: già a partire dalla più tenera età può essere un ottimo mezzo per costruire abitudini positive che possono accompagnare le giovani generazioni anche nell'età adulta e pertanto è opportuno che diventi un elemento costante nella loro quotidianità.

Oggigiorno, vivendo nell'era dell'apparire e in una società sempre più competitiva si ha la tendenza a giudicare la pratica sportiva quasi esclusivamente in termini prestazionali e ciò già dalle categorie dei giovanissimi: un bambino non deve necessariamente diventare un atleta o partecipare a competizioni per trarre beneficio dall'attività fisica. Correre, andare in bicicletta, nuotare, giocare a calcio, praticare atletica, sciare oppure semplicemente muoversi all'aperto sono tutte forme di attività che contribuiscono a mantenere il corpo attivo.

Come già in parte anticipato nelle righe precedenti, è inoltre opportuno sottolineare come l'attività fisica non faccia bene solo al corpo. Quando si parla dei vantaggi dello sport per i giovani, è importante considerarne anche la dimensione psicologica: può infatti contribuire al benessere generale, offrendo ai ragazzi un momento nel quale liberarsi dalle tensioni quotidiane, divertirsi e sviluppare maggiore fiducia nelle proprie capacità.
Lo sport permette inoltre ai giovani di imparare a conoscere il proprio corpo e i propri limiti. Attraverso l'allenamento imparano che i risultati non arrivano immediatamente, ma richiedono impegno, costanza e pazienza. Queste esperienze possono essere utili anche al di fuori dello sport, per esempio nello studio e nella vita quotidiana. Particolarmente importante è poi il modo in cui lo sport insegna a gestire sia le vittorie sia le sconfitte. Perdere una partita può essere deludente, ma rappresenta anche un'occasione per imparare ad affrontare una difficoltà, accettare il risultato e riprovare.

Le società sportive hanno quindi una funzione che va oltre la dimensione strettamente agonistica. Il rapporto con compagni, allenatori e altre famiglie può creare una vera e propria rete sociale, che se nutrita dalle giuste dinamiche e da interazioni sane può diventare un plus e contribuire al benessere di tutte le persone coinvolte. Uno studio scandinavo ha infatti riportato che la promozione di momenti interattivi tra i genitori prima, dopo e durante gli allenamenti dei figli contribuisce significativamente alla costruzione di ambiente positivo e solidale: si ottimizzano gli spostamenti con i mezzi, ci si sente parte di una sorta di comunità sportiva e si minimizzano le gelosie e l'invidia inter parentes.

In conclusione, mi permetto una piccola chiosa campanilistica. La SFG Chiasso conta ben 17 gruppi (molti dei quali dedicati a bambini e adolescenti, coprendo un'ampia gamma di attività sportive; inoltre, tra questi, ve ne sono alcuni dichiaratamente non agonistici). Per ciascuna di queste attività è possibile svolgere un periodo di prova totalmente gratuito, così da avere la possibilità di trovare quella più corrispondente ai propri interessi.

Un peccato non approfittarne!

Sandro Agosti

Ci siamo anche noi

La nuova struttura organizzativa della ginnastica artistica
Forse – ma credo proprio senza il "forse"- parecchi dei nostri affiliati o semplici sostenitori si saranno accorti che nelle nostre palestre manca da qualche tempo l'animazione dettata dalla ginnastica artistica. La nostra griglia oraria non prevede più direttamente questa specifica attività ma vi è "un rimando".

Cosa è successo? Beh, anche qui direi "quello che ormai tutti sanno da tempo" ma che, considerato il nuovo orientamento del nostro Bollettino sociale, val bene illustrare nei dettagli. Questa affascinante quanto molto impegnativa disciplina ginnica richiede un grande investimento a tutti i livelli: di ore di allenamento, di disponibilità di tecnici, di materiale specifico e chi più ne ha più ne metta. Per una Società far fronte a un impegno di questo genere risulta sempre più difficile e dunque – per farla breve – nel Mendrisiotto si è pensato di unire le forze per dare futuro e concretezza alla ginnastica artistica. Le SFG di Balerna, Chiasso, Mendrisio, Morbio Inferiore e Stabio si sono così date una struttura ben profilata a sostegno di questo movimento che coinvolge naturalmente le due realtà, maschile e femminile.

È nata, ormai da qualche anno, la Gym Elite Mendrisiotto in seno alla quale interagiscono ginnasti/e e tecnici delle cinque Società. I singoli protagonisti fruiscono in sostanza di una duplice affiliazione: i nostri rappresentanti appaiono dunque come GEM/SFG Chiasso. Viene dunque garantita la continuità della disciplina in seno alla nostra Società e al tempo stesso si è data sostanza e sicurezza all'intero movimento della nostra Regione.

Ma non è tutto. Ora la ginnastica artistica nel Mendrisiotto ha pure una sua casa: la SportAcademy con sede a Genestrerio.
Una soluzione estremamente positiva e efficace che permette un lavoro di grande qualità in quanto le due specifiche palestre (una per ogni settore) sono permanentemente dotate di tutto quanto oggi è necessario per svolgere nel migliore dei modi gli allenamenti.

La realtà chiassese attuale
Le nostre stelle più fulgide sono naturalmente Mattia Piffaretti e Mirco Riva, ventiquattro anni il primo, ventuno il secondo. Entrambi sono ormai stabilmente attivi a Macolin in quanto membri della squadra nazionale svizzera. Due "perle" cresciute a Chiasso prima di essere assorbiti dal Centro regionale Ticino con sede a Tenero da cui infine hanno compiuto il grande salto verso il sogno di ogni sportivo d'élite, quello di raggiungere la squadra nazionale del proprio Paese.

Un percorso che sta imitando alla grande anche Michael Buckley, lui che è solo diciassettenne ma che ormai è un punto di forza della nazionale junior rossocrociata. Accanto a loro scalpita una decina abbondante di talenti attivi appunto a Genestrerio, alla SportAcademy, o alla palestra Brere di Tenero in quanto ormai già parte del Centro regionale Ticino.

Tre stelline sugli scudi
Al momento di consegnare "il pezzo" per la pubblicazione di questo primo numero speciale del nostro Bollettino sociale possiamo solo fare gli auguri a Mattia Piffaretti per la partecipazione ai Campionati mondiali di ginnastica artistica a Rotterdam e a Michael Buckley per la partecipazione ai Giochi olimpici giovanili estivi di Dakar.
Per noi resta comunque un orgoglio grandissimo: complimenti e in bocca al lupo!

Nel mese di giugno scorso invece ai Campionati svizzeri giovanili maschili, tre nostre giovanissime promesse hanno davvero fatto scintille. Si tratta di Ade Sisnero Rivas (classe 2016) che ha brillantemente conquistato il titolo di campione svizzero nella categoria 1 e di Demetrio De Stefano (classe 2016) e Ethan Buttà (classe 2017), rispettivamente 5. e 9. della medesima classifica i quali con Ade hanno conquistato il titolo nazionale nella classifica a squadre. Un bellissimo risultato per queste tre nostre speranze che si allenano in alternanza a Genestrerio e Tenero e ai quali rivolgiamo i nostri più calorosi complimenti.

Il settore femminile: siamo alla ricerca di nuove speranze
Contrariamente al settore maschile, fra le ragazzine la realtà chiassese fatica un pochino a trovare nuove stelline che possano magari sognare di ripetere le gesta di Ilaria Kaeslin, la nostra magnifica interprete di qualche anno fa. In realtà attualmente alla SportAcademy solo un pugno di ginnaste chiassesi è protagonista all'interno della Gym Elite Mendrisiotto. La speranza nostra ovviamente è che qualche altra brava ginnasta si avvicini alla realtà.

Come avvicinarsi alla Gym Elite Mendrisiotto
Ecco, per finire vogliamo proprio lasciare un'indicazione per coloro (maschietti o femminucce) che volessero avvicinarsi alla ginnastica artistica. Una prima possibilità viene dal percorso avviato in seno ai nostri gruppi di Ginnastica infantile o pre attrezzistica: discutendo con le responsabili di questi settori, se si intravedono le premesse, ci si può avvicinare al contesto. Oppure contattando direttamente il numero 076 322 08 42 (Fulvio Castelletti) per un eventuale periodo di prova.

Forza dunque, la ginnastica artistica è certamente impegnativa ma anche tanto affascinante.¨

Fulvio Castelletti

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

Un arcobaleno di piccoli ginnasti

Al mercoledì pomeriggio la palestra si riempie di colori, di voci, di piedini scalzi che corrono di qua e di là. È il loro giorno, è il pomeriggio dedicato ai piccoli ginnasti in erba che in compagnia di un adulto provano a muovere i primi passi tra gli attrezzi.

È probabilmente la loro prima esperienza sportiva e l'entusiasmo è palpabile: corrono, saltano, si rincorrono e attendono con impazienza di scoprire quale sarà il contenuto della lezione. Non tutti sono sempre così audaci, la palestra è grande e le gambe del genitore sono a volte più rassicuranti di quel mondo nuovo e sconosciuto. Ma la timidezza scompare in fretta quando la monitrice li introduce al tema della giornata.

Saranno folletti, maghi, animali della giungla o della savana? Salteranno come pompieri da altissimi palazzi in fiamme o strisceranno come serpenti attraverso gallerie buie? O forse, questa volta, saranno a bordo di macchinine improvvisate e sfrecceranno per percorsi insoliti.

Tutto è nuovo, tutto è intrigante e adatto alle loro capacità. La palestra poi si arricchisce ogni volta di materiale colorato e nuovo: panchine inclinate su cui scivolare, cassoni da cui lanciarsi nel vuoto, spalliere da scalare come degli impavidi alpinisti, tunnel di tappeti da attraversare improvvisandosi coraggiosi speleologi, ma anche cerchi, nastri, clavette, bastoni, palle e paletti. Tutto, in quel pomeriggio speciale, prende nuove sembianze e guida i bambini in mondi fantastici che si adattano perfettamente al loro essere dei piccoli esploratori della vita.

L'obiettivo di quell'ora spensierata è quello di divertire, ma allo stesso tempo di far scoprire ai piccoli il piacere del movimento e dello stare insieme.

Camminare, correre, saltare, rotolarsi, arrampicarsi e lanciare sono i movimenti chiave che, attraverso il gioco, i bambini sperimentano e acquisiscono pian piano, ognuno con il proprio ritmo e secondo le possibilità individuali.

La coordinazione e l'equilibrio si sviluppano inconsciamente e permettono ai bambini di affrontare il mondo con maggiore sicurezza e autonomia. Il genitore è presente ed aiuta, assicura e rassicura, è la figura di riferimento che dà al bambino il coraggio di provare e di cimentarsi. Ed allora eccoli lì, pronti a superare ostacoli e paure con il sorriso ed un'espressione beata.
Vi abbiamo spiati in questi pomeriggi, piccoli acrobati, ed è stato un piacere osservarvi, spensierati e felici.

E poi, dopo questa lunga avventura tra gli attrezzi durata un anno, è arrivato per voi il momento conclusivo e tanto atteso, quello con l'Accademia.

Come colorati arcobaleni, accompagnati da una musica coinvolgente, avete mosso i vostri primi passi di fronte a nonni, zii e amici che sono venuti ad ammirare le vostre capriole, i vostri salti e gli aeroplanini sopra mamma, papà o nonni.

I nastri colorati hanno acceso la mattina di tutti noi che, dal pubblico, ci siamo divertiti a vedere le vostre acrobazie, ma anche le piccole manine che salutavano e gli sguardi dolci e intimiditi che si nascondevano qua e là, nel vostro cielo colorato.

Carolina Brusa

Piccoli ginnasti crescono

Sono entrati in scena, durante la recente Accademia sociale, a bordo di improvvisate e futuristiche navi, si son fatti trasportare da caravelle spagnole e hanno domato delle terribili onde con i loro surf. Nuotando nel grande ed immenso Oceano, i pesciolini, rossi, arancioni e gialli del gruppo Infantile hanno mostrato le loro acrobazie e il frutto di un anno di divertimento. Perché l'obiettivo di questo loro primo anno ginnico era proprio questo: divertirsi insieme.

Non sono ancora dei veri ginnasti, alcuni sognano di diventarlo, altri sono stati incuriositi dagli attrezzi e dai grandi spazi che offre la palestra, altri ancora avevano semplicemente voglia di muoversi, di incontrarsi e di giocare ed ecco che hanno trovato nel gruppo Infantile un luogo adatto alle esigenze di tutti coloro che vogliono sperimentare il movimento. Non importa se desiderano diventare degli alpinisti, dei calciatori o dei ballerini, quel che conta è iniziare a fare del movimento per crescere sani, per imparare a gestire le situazioni quotidiane con prontezza ed equilibrio e per allenare la concentrazione e la socializzazione.

Si corre, si salta, ci si arrampica, si striscia, si rotola, si sta in appoggio, si sperimenta l'equilibrio, si allena la coordinazione, la reazione ed anche la forza, attraverso percorsi, giochi, sfide e intriganti postazioni. Durante tutto l'anno, questi bimbi hanno avuto la possibilità di mettersi in gioco senza la vicinanza di un parente, hanno dovuto confrontarsi con l'autonomia, con il coraggio e con il gruppo. Sono ancora piccini, eppure hanno accettato questa sfida con entusiasmo e grinta. Ogni lezione ha avuto un tema specifico ed ha permesso ai bambini di acquisire i principi della ginnastica, le basi su cui costruire la tecnica.

Ognuno ha avuto la possibilità di "provare giocando", di sviluppare la propria creatività e la propria personalità attraverso il movimento.

Partecipare a queste lezioni è stata per loro anche l'occasione di conoscersi, di confrontarsi, di imparare a stare assieme nel rispetto delle regole che un'attività di gruppo impone. Anche muoversi in una giungla di attrezzi come quella che possono trovare in palestra è un esercizio piuttosto difficile: imparare ad orientarsi, ad osservare, ad ascoltare e a concentrarsi sono sicuramente degli obiettivi primari per questa fascia d'età così entusiasta ed intrepida. I momenti per stare assieme non si sono limitati alle lezioni: questi piccoli sportivi si sono ritrovati anche in occasioni speciali come "la giornata sportiva", "la festa sociale", "il carnevale" e "l'Accademia": momenti in cui hanno avuto la possibilità di vivere esperienze diverse dalle classiche lezioni e che hanno contribuito alla loro crescita sportiva.

E allora complimenti, piccoli pirati delle palestre, per aver affrontato questo lungo viaggio nell' Oceano, speriamo di incontrarvi presto in palestra per raccontare ai nostri lettori le vostre nuove avventure.

Carolina Brusa

ONIS
ABBIGLIAMENTO SPORTIVO TEL. +41 91 827 40 21

Aria di novità

Da qualche mese, la nostra società si è ulteriormente arricchita. Le nostre palestre sono sempre state affollate di bambini e ragazzi che si destreggiavano sugli attrezzi mentre ora una nuova branca della ginnastica è entrata a far parte del nostro programma: si tratta della Gymnastique, una disciplina armoniosa che unisce movimento, musica ed espressività. Per conoscere la genesi di questo progetto abbiamo rivolto a Denise Dursun, la monitrice di questo giovane gruppo, alcune domande.

Come ti è venuta l'idea di creare un gruppo di Gymnastique nella SFG Chiasso?
Ho deciso di intraprendere questa strada grazie a Ryan. Era già da un po' che, scherzando, mettevamo sul tavolo questa idea, finché, dopo un primo incontro e, grazie alla disponibilità e al sostegno della direzione, ho deciso di buttarmi e di provare a vivere questa nuova esperienza.

Com'è strutturato il gruppo?
Gli allenamenti sono appena iniziati e la palestra ha appena iniziato a ripopolarsi. Anche il nostro gruppo sta prendendo forma: si sono presentate 12 ragazze, di cui 9 nuove nel nostro settore, di un'età compresa tra i 7 e i 14 anni.
L'obiettivo principale è trasmettere alle ragazze la passione per la ginnastica, creare un bel gruppo, fatto di amicizia, divertimento e impegno e, perché no, puntare anche a qualche competizione cantonale.

Come vanno le cose?
Sono molto positiva e, grazie al sostegno sempre presente di Chiara, mi sento fiduciosa. È una nuova avventura che sto affrontando con entusiasmo e che mi sta dando già tante belle soddisfazioni. Quest'anno ho anche la fortuna di avere Tiffany al mio fianco, che mi supporta e sicuramente… mi sopporterà in questa nuova avventura ginnica!

Hai dei progetti particolari in vista del prossimo futuro?
Per ora il progetto più importante è quello di far crescere il gruppo, conoscerci e creare una bella squadra. Vorrei trasmettere alle ragazze la voglia di stare insieme, di allenarsi e di migliorarsi, senza perdere il lato più bello della ginnastica: divertirsi e condividere una passione.
Poi, passo dopo passo, mi piacerebbe iniziare a confrontarci anche con qualche competizione cantonale e vedere dove possiamo arrivare. Non voglio pormi troppi limiti: l'importante è costruire delle buone basi e crescere insieme.

Grazie Denise per questa testimonianza e per la passione che hai portato nella nostra Società.
In bocca al lupo per la tua avventura ginnica.

Carolina Brusa

age acqua gas elettricità

IBSA

Ginnasti in erba

Come descrivere ciò che avviene il giovedì, dalle 16.30 alle 18.00, nella palestra di Via Soave? Così:

				C	A	**P**	R	I	O	L	E				
						R	I	S	A	T	E				
						E	Q	U	I	L	I	B	R	I	O
						A	G	I	L	I	T	À			
				R	O	**T**	A	Z	I	O	N	I			
	D	I	V	E	R	**T**	I	M	E	N	T	O			
				A	R	**R**	A	M	P	I	C	A	R	S	I
				E	N	**E**	R	G	I	A					
			F	O	R	**Z**	A								
	A	M	I	C	I	**Z**	I	A							
		S	A	L	T	**I**									
	G	I	N	N	A	**S**	T	I	C	A					
				E	N	**T**	U	S	I	A	S	M	O		
			M	O	B	**I**	L	I	T	À					
				O	S	**C**	I	L	L	A	R	E			
			C	A	R	**A**	M	E	L	L	E				

Chiara Caletti Rossi

ARIFIDA dal 1976
#nonsolocontabilità • tel. +41.(0)91.695 18 18 • www.arifida.ch • arifida@arifida.ch

> Progetto Stampa SA
Tipografia Via Simen 7A CH-6830 Chiasso T. +41 (0)91 690 50 60 info@progettostampa.ch

I successi dell'attrezzistica giovanile

La ginnastica attrezzistica è uno sport sempre molto amato tra i bambini. Nella nostra società ci sono due gruppi di attrezzistica giovanile: i più piccoli "da Patty" e, a partire dalla C2, "da Bolly".

Patrizia Bianchi e Diego Maspero sono i nostri monitori responsabili da diversi anni. Il gruppo si è molto evoluto e da qualche anno si è ripreso anche con la ginnastica di sezione. Grazie all'iniziativa di Martina Bianchi è stato possibile creare un gruppo alle parallele asimmetriche anche per le più giovani. I vari numeri di sezione stanno portando tante belle soddisfazioni e quest'anno hanno ottenuto due titoli di campione ticinese: il gruppo U17 al suolo e il gruppo U17 alle parallele asimmetriche! Esercizi belli, dinamici e pieni di energia!
Anche qui, notiamo una sempre maggior carenza del settore maschile. Speriamo in bene per il futuro.

Chiara Caletti Rossi

Via Privata Soldati 5
6830 CHIASSO
Tel. 091 682 36 21
ICR SA
INDUSTRIE CHIMICHE RIUNITE SA CHIASSO
Pavimentazioni stradali
Isolazione tetti piani
Emulsioni bituminose DURFIX

mobili fridel
falegnameria in genere - armadi
finestre legno/pvc/alu - finestre per rinnovo
persiane legno/alu - tapparelle - porte entrata
porte interne - porte di sicurezza
porte antifuoco EI 30 - riparazioni
Via Stefano Franscini 1
CH-6833 Vacallo
Tel. +41 91 683 76 39
CHE-101.497.158 IVA
www.fridelmobili.ch
info@fridelmobili.ch

La guerra dei tappetini

Una questione di tolleranza.
Eravamo soli, eravamo i protagonisti, gli inossidabili, gli unici, gli indispensabili. Abbiamo vissuto in quelle mura futuristiche per anni, ci siamo impolverati, appesantiti, incartapecoriti, sgualciti, forse anche un po' strappati, ma non abbiamo mai mollato.
Abbiamo assicurato i piccoli alle loro prime esperienze, abbiamo garantito la sicurezza di molti ragazzi, abbiamo ospitato anche stelle della ginnastica mondiale e mai nessuno ci ha scalfito o si è lamentato di noi. Ci sollevavano in 4, ci trasportavano con fatica verso il carrello, ma mai nessuno ha pensato a noi come ad un peso.

Un giorno, però, l'abbiamo sentito quel ticchettio che scandiva le ore che ci rimanevano, i minuti che ci separavano dall'inevitabile, i secondi che ci restavano da apprezzare, l'arrivo della nostra disfatta.
Abbiamo sentito il rombo raggiungerci, i rumori metallici susseguirsi sempre più vicini ed assordanti. Qualcuno stava per invaderci. Uomini in tuta da lavoro hanno scaricato casse di legno. Cosa potevano contenere? Per giorni è aleggiato il mistero, le guardavamo incuriositi ed impauriti fino al momento in cui sono arrivati i nostri amici, gli allenatori, quelle facce conosciute e rassicuranti che avevamo l'abitudine di incontrare giornalmente. Ed hanno aperto le casse. Orrore! All'interno troneggiavano dei nostri simili, giovani, puliti, lucidi e soprattutto, lo scopriremo solo qualche ora dopo, LEGGERI.

Sembravano tutti euforici: li scaricavano, li ammiravano, li spostavano con facilità. E noi osservavamo la scena inermi, nascosti nel nostro magazzino, ubbidienti e servizievoli. Dove li avrebbero messi? Accanto a noi? Sopra di noi? Non c'era posto!
E invece il posto lo hanno trovato. E noi abbiamo dovuto adattarci alla loro presenza. I bambini li volevano per le loro acrobazie e spingevano per accaparrarseli nel momento del riordino e noi siamo stati ben presto dimenticati. Dal fondo del magazzino osservavamo tristi il loro destino compiersi e faticavamo a farcene una ragione. Non provavamo rabbia, il sentimento era piuttosto quello della rassegnazione.

Ma un'altra sorpresa era in agguato: senza alcun preavviso altri intrusi sono comparsi: erano sgargianti, arancioni, più moderni e glamour dei nostri nuovi compagni. Con qualche occhiata ci siamo subito capiti e ci siamo alleati: noi da sempre blu, noi, gli originali, non avevamo nessuna intenzione di accogliere quegli stranieri. Chi li aveva invitati? Cosa avrebbero potuto offrirci di nuovo? La nostra cultura doveva essere protetta. Sembravano così snob con quell'abitino griffato A&E e quei sorrisi da primi della classe.

Una notte, al cenno del più anziano dei blu, uno di noi, uno di quelli pesantissimi con le maniglie strappate, abbiamo sferrato i nostri colpi. Magnesia, magnesia ed ancora magnesia, li abbiamo colti alla sprovvista e li abbiamo imbrattati per bene. Al loro risveglio si sono guardati l'un l'altro ed erano semplicemente sporchi ed arrabbiati, non avevano proprio più niente che li rendesse superiori a noi. Questo nostro gesto non è stato gradito né da loro né dai custodi che li hanno puliti e separati. I blu da una parte e gli arancioni dall'altra e noi, vecchi, segregati laggiù in fondo a far da sentinelle a questa nuova guerra.
Ma cosa muoveva tutto questo odio? Forse solo il timore di non essere riconosciuti, forse la paura di essere inferiori? E allora aveva la meglio il moto primordiale dell'invidia e dell'odio come metodo di protezione che negava però ad entrambe le parti di conoscersi e di capirsi.

Una sera, però, accadde qualcosa di insolito, di nuovo.
Una giovane monitrice preparò gli attrezzi per la nuova coreografia alle parallele asimmetriche e creò con i nostri colori un effetto scenico davvero notevole. Ciò nonostante, ci infastidiva la vicinanza con i nostri acerrimi nemici, avevano abitudini strane, il loro odore era sgradevole e, quando le ragazze vi atterravano sopra, facevano dei rumori bizzarri. Alla fine dell'allenamento, fortunatamente, ci separarono nuovamente e ci restò ancora qualche briciolo di energia per sussurrarci alcuni pettegolezzi fin quando "Il Vecchio" ci destò dai nostri arcigni pensieri.

"Non vi siete accorti che insieme siete migliori, che i vostri colori possono essere sfruttati per creare meraviglia e stupore? Perché continuate questa guerra scatenata solo da pregiudizi insensati? Siete uguali, siete tutti dei tappetini e non è il vostro colore a determinare le vostre capacità e le vostre qualità. Smettetela con questa guerra e lasciateci godere la nostra meritata pace, noi che abbiamo servito con umiltà generazioni di promettenti ginnasti."
E dopo queste sagge parole, gli anziani si riposarono mentre gli altri, vergognandosi, abbassarono lo sguardo ed anche la cresta.

Carolina Brusa

Tre giorni di campo estivo

Per un ginnasta l'arrivo dell'estate non coincide necessariamente con il momento di riporre le pelli. L'estate può infatti offrire ai ragazzi della SFG l'occasione di vivere il proprio sport in una dimensione diversa, più libera, in cui la ginnastica rimane protagonista ma viene affiancata da tutto ciò che normalmente, durante l'anno, trova meno spazio.

Da diversi anni una delle possibilità offerte ai giovani ginnasti della nostra società è rappresentata dal campo organizzato dall'ACTG presso il Centro sportivo di Tenero. Un'esperienza che permette di uscire dai confini della palestra di via Francesco Soave e incontrare ginnasti provenienti da altre società, vivendo per alcuni giorni in un ambiente interamente dedicato allo sport.

A questa possibilità si è aggiunta quest'anno quella proposta dal gruppo attrezzistica della SFG Chiasso che, dal 27 al 29 giugno, ha dedicato tre intere giornate ad un campo di allenamento tra Chiasso e Genestrerio. Le attività e gli aneddoti che hanno caratterizzato l'esperienza sono già stati raccontati nella newsletter precedente; vale invece la pena soffermarsi su ciò che cambia quando le consuete ore di allenamento diventano tre giornate a stretto contatto. Che si rimanga nella propria palestra o ci si sposti altrove, lo spirito che accompagna queste esperienze rimane lo stesso: vivere la ginnastica oltre i confini del normale allenamento, condividendone non soltanto la fatica, ma tutto ciò che nasce intorno ad essa.

Avere a disposizione molto più tempo rispetto ad un normale allenamento significa poter provare e riprovare, dedicarsi ad elementi nuovi e concedersi anche qualche tentativo che, durante l'anno, gli orari più serrati rendono difficile inserire. La palestra può rimanere la stessa, gli attrezzi anche, ma cambia inevitabilmente il modo di viverli: viene meno la corsa contro l'orologio e trova più spazio la curiosità, insieme alla possibilità di sbagliare, senza che questo significhi necessariamente dover rimandare il tentativo alla settimana successiva.

Sarebbe però riduttivo misurare il valore di un campo contando solamente gli esercizi imparati. Passare così tante ore insieme significa anche avere modo di conoscersi diversamente. Durante un normale allenamento il tempo è scandito dagli esercizi, dai turni agli attrezzi e dagli orari; in un campo entrano invece a far parte dell'esperienza anche le pause, i pasti, la stanchezza e tutti quei momenti che apparentemente hanno poco a che fare con la ginnastica, ma che finiscono per avere molto a che fare con il gruppo. Quello che durante l'anno si costruisce poco alla volta ha improvvisamente tre giornate intere a disposizione.

La ginnastica, lo sappiamo, nasce come sport individuale. Nel momento in cui si sale su un attrezzo si è inevitabilmente soli, ed è sulle proprie capacità che si fa affidamento; difficilmente, però, lo si è nel percorso che porta fino a quel momento. Ci si osserva, ci si incoraggia, si impara dagli altri e si finisce per conoscere le difficoltà del proprio compagno quanto le proprie, o addirittura meglio.

È forse proprio durante esperienze come queste che la contraddizione di questa disciplina diventa più evidente: uno sport individuale che trova una parte molto importante della propria forza nel gruppo. Per qualche giorno la ginnastica non occupa semplicemente un paio d'ore della giornata, ma diventa il punto attorno al quale si costruisce tutto il resto e, tra nuove parti, tentativi riusciti e altri un po' meno, trovano spazio aspetti che non compaiono in nessun programma di allenamento: la fiducia, la complicità e, qualche volta, anche il coraggio preso in prestito da un compagno quando il proprio sembra non bastare.

Alla fine, tornare a casa sapendo fare qualcosa in più è certamente una soddisfazione, ma farlo avendo condiviso tentativi, paure e conquiste con il proprio gruppo, ha tutto un altro sapore. Perché la ginnastica insegna a reggersi sulle proprie mani, ma una buona parte della sua bellezza sta nelle persone che, nel frattempo, lo hanno reso possibile e meno faticoso.

Alice Pizzato

Attivi: non solo sezione

La ginnastica individuale, quindi il superamento dei test, è a tutti gli effetti la base per poter avere un buon gruppo di sezione.

Negli ultimi anni l'esponente di spicco per la nostra società è sicuramente Giorgia Corti, regina incontrastata della categoria 7 da 10 anni!
Davvero tanta roba, come dicono i giovani d'oggi. La sua tenacia, unita alla tecnica e a una grande sicurezza di ciò che fa la rendono invincibile da così tanti anni. E speriamo ancora a lungo!

Oltre a lei il gruppo di "individuale" è in forte crescita numerica, soprattutto o quasi totalmente dalla parte femminile.

Il settore maschile, infatti, è un po' "in crisi" negli ultimi anni, poche nuove leve sono arrivate in società per restare. Speriamo che il futuro sia più roseo, per ricalcare gli anni d'oro. Forza giovani, fatevi avanti.

Lui & lei
Da quest'anno questa branca della ginnastica attrezzistica ha cambiato nome: Ginnastica a coppie.
Non solo coppie formate da uomini e donne, ma anche coppie dello stesso sesso. La SFG Chiasso è stata precursore di questa disciplina in Ticino diversi anni fa, portando un bel numero di coppie, anche "piccole", a un campionato svizzero. Forse siamo stati la Società che ha mantenuto con più costanza l'appuntamento dei Campionati svizzeri. Negli ultimi anni Giorgia Corti, insieme al bellinzonese Mirò Domeniconi, ha ottenuto il titolo di Campioni Svizzeri per due anni consecutivi, oltre ad altri podi a livello federale. Una bella e proficua realtà!

Chiara Caletti Rossi

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

STUDIO GRAFICO
JAMIRA FUMAGALLI
Via Municipio 11, 6850 Mendrisio
+41 76 296 67 46
jamira.f@bluewin.ch
Realizzazione di progetti grafici, loghi, adesivi, siti web, gadget e oggettistica personalizzata con incisione laser

La forza del gruppo

Il gruppo attivi/e è riuscito negli anni a farsi un nome all'interno del panorama ginnico ticinese e svizzero. A tutti gli effetti quando si va ai Campionati svizzeri il nome SFG CHIASSO risuona come un nome importante. Soprattutto per quanto fatto a livello di sezione, ma anche a livello individuale.

Walter Buoninsegni, Danilo Negro, Chiara Caletti, Carolina Castelletti, Daniela Paggi, Barbara Errigo Negro, Evelyn Poma, Agnese Mombelli negli anni passati hanno contribuito in modo significativo allo sviluppo del gruppo che negli anni è passato da essere diviso in due (maschile e femminile) a diventare gruppo misto.
Ora tocca a Giorgia Corti, Rachele Crivelli, Martina Bianchi, Alice Rossini e Gabriele Varricchio portare avanti questo importante compito.

Una carrellata di foto riassume bene la quantità di esibizioni che sono state fatte, in ambito agonistico e dimostrativo, Campionati ticinesi, Campionati svizzeri, Gala ACTG, Gymotion, Gym for life e festival ginnici nelle varie parti del mondo: dal Portogallo, al Giappone, da Palma di Maiorca a Singapore passando per Riccione.

Chiara Caletti Rossi

Un gruppo nato dalla passione

Era il 2011... un gruppo di mamme che portava sempre i propri figli in palestra ha deciso, un po' per scherzo, di esibirsi all'Accademia.
Come? I propri figli eseguivano una produzione alla combinazione d'attrezzi e loro hanno creato una piccola coreografia alle parallele maschili. Una bella sfida e un bel gruppetto di mamme sprint. Chiaramente una produzione in veste ironica, ma anche con della buona tecnica! E la cosa finisce lì... ma non del tutto!

Sentiamo Patrizia Cedraschi Sala cosa ci racconta:
"Dopo un paio di settimane dalla nostra Accademia, noi mamme eravamo sugli spalti a vedere la produzione dei nostri figli ai Campionati ticinesi. Ad un certo punto lo speaker ha "pubblicizzato" la nuova categoria Gymnastique 35+ invitando le società ad iscriversi.
Noi ci siamo guardate e subito ci siamo dette: "Ok, dall'anno prossimo ci saremo anche noi!". E così è stato! Qualche mese dopo ho partecipato ad un corso di formazione di gymnastique, visto che nessuna di noi aveva idea di come costruire un esercizio di gymnastique libero, arrivando tutte dal settore attrezzistico.
Così io insieme a Patrizia Bianchi e a Barbara Rossini abbiamo iniziato a scegliere le musiche,a inventare l'esercizio ed è iniziata l'avventura con il botto: i Campionati svizzeri a Berna nel 2012!

Io di quella gara ho un bellissimo ricordo. Ricordo ancora che quando siamo andate a prendere la nota (8.82) saltellavamo dalla gioia. Le altre squadre ci guardavamo male, non capivano perché eravamo così felici di un 8.82, ma per noi è stato un successo: la prima volta in un mondo, quello della gymnastique, a noi sconosciuto e con un gruppo composto da persone che nella loro vita non avevano mai praticato questo sport. Eravamo davvero felici!
Ricordo anche che i primi anni non c'erano spazi liberi in palestra in settimana per potersi allenare, per cui ci trovavamo la domenica sera dalle 18 alle 20. A volte arrivavano anche i nostri figli che ne approfittavano per divertirsi nell'altra palestra. Eravamo proprio matte, ma decise a fare qualcosa che ci piaceva."

Il gruppo poi negli anni si è evoluto, migliorando sempre di più le loro prestazioni, ma sempre con la stessa convinzione: il divertimento e il piacere di stare assieme sono la base di tutto.

Ma non è finita qui, vero Barbara Errigo Negro?
Raccontaci come è nato il gruppo 35+ alle parallele asimmetriche!
"È iniziato tutto quasi per scherzo, ai CS del 2022. Vitto, Faby, Solda e Pore mi hanno buttato lì l'idea ridendo: "Ricreiamo il gruppo parallela... ma versione Over!" A vederci c'erano anche Evy e Sanci che, senza pensarci due volte, hanno subito detto: "Se si fa, noi ci siamo!"

Io, però, egoisticamente non avevo nessuna voglia di prendermi la responsabilità. Nel mio comodissimo ruolo di ginnasta Over del gruppo libero stavo benissimo: arrivavo in palestra, mi facevo dire cosa fare, eseguivo (più o meno...) e tornavo a casa felice. Zero pensieri, zero responsabilità... praticamente il ruolo perfetto!
Peccato che Vitto e compagnia abbiano deciso che era arrivato il momento di farmi uscire dalla mia comfort zone... e, alla fine, ci sono cascata!

Poi è arrivato il colpo di scena: il nostro mitico gruppo Over libero era a rischio estinzione. Così abbiamo pensato di creare un unico gruppo Over, mantenendo il libero ma affiancandogli anche la parallela. Stesso impegno, stessi allenamenti... ma due produzioni. Sulla carta sembrava un'ottima idea!
Restava solo un piccolo dettaglio: chi si prendeva la responsabilità? Sulla carta i nomi delle responsabili sono il mio e quello di Vittoria Fontes, ma in realtà il nostro compito è soprattutto quello di occuparci della parte burocratica e di creare la base, lo scheletro del lavoro.
Poi, per fortuna, ognuna mette tantissimo del suo: c'è chi propone idee, chi sistema un passaggio, chi si inventa una soluzione, chi dà una mano quando serve... ed è proprio questo che rende speciale il nostro gruppo. In fondo è proprio questo il bello: sulla carta ci sono due responsabili, ma nella realtà la parallela la costruiamo tutte, un pezzettino alla volta.
Sono anche andata a recuperare il messaggio originale di Vitto, del 3 ottobre 2022, che diceva: "Ciao a tutte, come avete già sentito abbiamo in mente un progetto Over 35 con attrezzo... parliamo della nostra mitica parallela. Come da nome del gruppo è vietato dire di no! ."
Direi che il regolamento è stato rispettato alla perfezione!
A rispondere subito presente, oltre a me e Vitto, sono state Faby, Pore, Solda, Scilla, Evy e Sanci. Poi Anna F. è praticamente inciampata nel nostro gruppo e, come dice lei: "Quando sono con voi sento di trovarmi nel posto giusto." Credo che questa frase descriva perfettamente quello che siamo riuscite a costruire.
Nel frattempo ho messo immediatamente Danilo ai lavori forzati per preparare le musiche e così, in nove, è partita la nostra più bella pazzia ginnica! Dopo il primo anno non hanno saputo resisterci nemmeno Anna B. e Marti. Abbiamo avuto Chanty come guest star per una breve apparizione e oggi si è unita anche Nicole.
Siamo un gruppo bellissimo. Sì, anche impegnativo... perché incastrare gli allenamenti non è sempre facile. Tra figli, cani, gatti, lavoro, mariti, compagni, giornate no.. e tutti gli imprevisti che la vita da Over ci riserva, ogni tanto sembra quasi una missione impossibile riuscire a esserci tutte! Eppure, in un modo o nell'altro, ci si prova sempre. Perché appena ci ritroviamo in palestra partono le risate, le prese in giro, i "ma chi ce l'ha fatto fare?"... e puntualmente ci ricordiamo anche il perché siamo lì.

Abbiamo costruito qualcosa di speciale: un gruppo un po' matto, molto unito e con tanta voglia di stare insieme. Insieme al gruppo libero siamo diventate un'unica grande famiglia. Alla fine non siamo solo un gruppo di ginnastica. Siamo un gruppo di amiche che ha trovato una bellissima scusa per continuare a vedersi, mettersi in gioco, divertirsi e dimostrare che la passione... non ha età."

Grazie a Patrizia e Barbara per queste testimonianze!

Chiara Caletti Rossi

MC TRANS S.A.
TRASPORTI INTERNAZIONALI
Maghetti Andrea
CH 6855 STABIO • Via Vite 5
Tel. +4191 695 46 70 • Fax +4191 695 46 79

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

COCHI
FORNITURA DI BIBITE DAL 1936

I "grandi" ginnasti della SFG Chiasso

Lo sport, si sa, è un toccasana a tutte le età. E la ginnastica è sicuramente un'attività dolce che può concorrere positivamente a un buon equilibrio psicofisico perché aiuta a mantenere il corpo attivo e la mente allenata.

Fare attività fisica permette di migliorare la forza, l'equilibrio e la mobilità, riduce il rischio di cadute, mantiene riflessi guizzanti e dà l'impressione di sentirsi più agili e più leggeri. E non solo, favorisce anche il benessere mentale: aiuta a ridurre lo stress, migliora l'umore e può contrastare la solitudine. Praticare attività fisica insieme ad altre persone garantisce infatti la socializzazione e fa sentire parte di una comunità.

Per questi motivi e per moltissimi altri, più intimi e personali, molti uomini trascorrono alcune ore alla settimana nelle nostre palestre. La SFG Chiasso propone, infatti, la pratica della ginnastica anche a chi non ha più vent'anni. Sono tre i gruppi a loro dedicati che si differenziano per l'età dei partecipanti, anche se i più affezionati li possiamo scovare in più d'uno, proprio perché stare insieme è bello e fa bene. "Mens sana in corpore sano "dicevano già 2000 anni fa.

Il gruppo Uomini, diretto da Fabrizio Maspero, è dedicato a coloro che si apprestano a passare negli "enta" e poi negli "anta": una corsetta, degli esercizi di muscolazione, un po' di mobilità articolare, qualche forma ludica e alcuni momenti conviviali sono gli ingredienti vincenti di quest'attività serale che consente di alleggerire la testa dopo una giornata di lavoro.
E poi ci sono i ginnasti di Guido Vanzetta che si incontrano tutti i lunedì con estrema regolarità e che sono orientati più verso un'attività di tipo polisportivo. Amano chiamarsi "Sportivissimi" e non vogliamo di certo contraddirli. Il loro soprannome riassume, con un semplicissimo superlativo, l'obiettivo. Moltissimi di loro hanno passato parecchie ore della loro vita dentro le palestre di Via Soave, prima come piccoli ginnasti, poi come attivi o atleti ed anche, infine, come dirigenti. Ognuno ha una storia che lo lega alla SFG Chiasso e questa serata è l'opportunità per aggiungere altri capitoli alla trama del loro libro personale. Ritrovarsi e fare movimento insieme è un'occasione quindi per continuare a vivere delle stesse esperienze, di proseguire sullo stesso cammino, di rievocare aneddoti e avvenimenti vissuti insieme e di condividere altri piccoli scampoli della propria vita.

E non da ultimo, come non parlare del gruppo dei Veterani. Veterano, ci dice lo Zanichelli, è colui che svolge un'attività da moltissimo tempo e, nel caso del nostro sport, si tratta di un ginnasta di lungo corso. Non so se nel gruppo di Gianfranco Plebani ci siano davvero solo delle vecchie glorie della ginnastica chiassese, ma sicuramente ci sono uomini che sono degli esperti della vita perché di avventure sportive e non ne hanno moltissime da raccontarci.

E non si tratta di un eufemismo perché questo gruppo vanta addirittura un ultranovantenne che diligentemente, come un arzillo ragazzino, rinforza i suoi preziosi muscoli, si prende cura delle articolazioni con degli esercizi di mobilità, mantiene allenata la coordinazione, si esercita nell'equilibrio e afferra al volo qualche pallone che Gianfranco propone nei suoi esercizi. E come lui di uomini pieni di vitalità, energia e voglia di restare in forma ce ne sono moltissimi.

Elaborando questo breve ritratto sugli Uomini della nostra società e riflettendo sull'importanza dello sport per la salute, mi è sorta però una domanda: e le donne chiassesi come provvedono al loro benessere? Mi piace pensare che la lettura di quest'articolo possa essere la miccia che accenda l'interesse di qualche nuovo monitore interessato a proporre un'alternativa rosa allo splendido panorama ginnico dedicato ai senior.

Carolina Brusa

Limescordis

Trovandomi con amici, ogni tanto capita che il discorso tocchi l'argomento ginnastica. Mi è stato chiesto più volte se rifarei tutto di questa esperienza. La risposta è sempre la stessa e mi esce sempre di getto e con un retrogusto amaro: "Assolutamente no!".
La ginnastica (artistica) è stata probabilmente il primo trauma della mia vita (se si esclude quello inevitabile della nascita): a 5 anni avevo l'occasione di prendere la mia prima decisione autonoma riguardante la mia quotidianità, ovvero come impiegare il mio tempo libero nelle ore pomeridiane. La ginnastica non l'ho scelta, mi è stata "caldamente consigliata" (eufemismo) da mio papà e adesso che sono adulto da un ventennio devo ammetterlo: l'ho praticata fino ai 19 anni perché mi riusciva piuttosto bene e sentivo che persone a me vicine ci tenevano, probabilmente più di me.
Oltre all'investimento considerevole di ore, in pedana si paga ogni errore: un centimetro troppo a destra, e manchi la presa, una chiusura delle spalle di pochi gradi superiore a quella corretta e nell'uscita alla sbarra le tibie incontrano lo staggio. Il margine di errore è ridottissimo. E anche quando si esegue un esercizio a regola d'arte, il dolore è sempre in agguato (nel mio caso, alla schiena e alle spalle soprattutto).
Crescendo, la ginnastica è diventata un fardello anche al di fuori delle mura della palestra. Non potevo uscire la sera quanto i miei amici e quando ne avevo l'occasione, dovevo sempre rientrare prima. In generale, non ho vissuto un'adolescenza come quella dei miei coetanei sotto tanti aspetti, e allora mi pesava. Dal punto di vista della salute, essendo io uno spaghettoso e acciughesco ectomorfo, non ero particolarmente potente, né esplosivo. Senza contare la mobilità articolare di una pigna verde per non parlare dell'altezza: ai CS del 2003 a Aigle, pur essendo tra i più giovani ero comunque il ginnasta più alto (all'epoca ero sull'1.72m), tutte caratteristiche che mal si sposano con questo sport e per ovviare a questi "svantaggi" ho sofferto parecchio.

Dalle righe scritte finora, si direbbe che io stia componendo l'apologia dell'"odio alla ginnastica". E allora perché all'anticamera dei 40, sono ancora nell'ambiente?
La risposta è tautologica: perché per me è difficile staccarsene. Negli anni, in palestra ho coltivato amicizie vere ed esperienze per me preziose, nonché abitudini ed atteggiamenti che mi hanno molto aiutato in tutto ciò che ho fatto anche in altri contesti. Ho vinto e ho perso, ho avuto gioie e delusioni. A questo meraviglioso microcosmo devo molto, su tutto l'avermi permesso di passare molto tempo con le persone che per distacco mi hanno amato con la più veemente intensità, ovvero i miei nonni. Se dovessi definire il modo in cui mi hanno voluto bene, citerei il titolo della traccia numero tre dell'album d'esordio di un gruppo-meteora australiano di fine anni '90, tali Savage Garden.
Per comprarmelo, nell'estate del '97 ho pulito la macchina dei miei e tagliato il prato del rustico in Malcantone non so quante volte.
Ricordo di aver pagato quei 28 franchi esclusivamente in monete, alla Migros Melectronics di Agno vicino all'aeroporto. Si tratta di un pezzo pop super caramelloso, un lentazzo di quelli seri e il titolo è costituito tre avverbi giustapposti, scanditi da una virgola: truly, madly, deeply. Veramente, pazzamente, profondamente.
Un po' come si dovrebbe vivere. Un po' come si dovrebbe amare. I miei nonni mi hanno voluto bene così: la verità è che l'unica misura con cui accettiamo davvero di essere amati è più-di quello-che-pensiamo-di-meritare. L'amore è sempre sovrabbondante.
Da qualche anno purtroppo non ci sono più, o meglio ci sono ancora ma in una forma ahimé intangibile e mi osservano da una prospettiva eccelsa (nell'accezione più etimologica del termine). Come canta la Gianna, "sono nell'anima e lì li lascio per sempre", ma non sono d'accordo con lei sul fatto che si tratti di "uno spazio indifeso": per me è il luogo più sicuro dove custodire il loro ricordo. Auguro davvero a tutti di sentirsi amati in questa maniera. Non solo da un grande potere, ma anche da un grande affetto derivano grandi responsabilità: la prima e la più importante è certamente quella di avere l'accortezza e il coraggio di ricambiare almeno con la stessa intensità.

A differenza di quelli che erano gli intenti prima di sedermi a scrivere, il tutto ha preso una piega molto personale e visto che abbraccio la filosofia del seguire il flow, continuo su questa strada.
Ho uno zio-genio ormai in pensione (doppia laurea al Politecnico di Zurigo). Ha un bell'appartamento vicino a Uster e la cantina è praticamente adibita a laboratorio domestico. Negli scorsi anni, ogni tanto mi capitava di osservare quella parte di tessuto tra pollice e indice (ho scoperto che il termine anatomico corretto è prima commissura o plica cutanea interdigitale) perché avevo come la sensazione che quella piccola tinta biancastra non potesse essere solo pelle secca. L'ultima volta che è venuto in Ticino a farci visita, l'ho sentito qualche giorno prima spiegandogli che avrei voluto saperne di più a riguardo. Una volta arrivato a casa dei miei, con tutti gli aggeggi degni del miglior Gus Grissom, ha preso un campione della mia epidermide. Qualche giorno dopo il suo rientro sulle rive della Limmat, ecco il responso: oltre a confermare l'effettiva presenza di pelle umana (è stato un sollievo!), indovinate un po'? Tracce di $MgCO$. Un sale minerale naturale, carbonato di magnesio, che naturalmente è la componente principale della magnesia. Mi ha anche consigliato di comprami una crema detergente e di bere più acqua (effettivamente la pelle era poco idratata).

Ginnastica, I've got you under my skin. E forse, anche più in profondità.

Sandro Agosti

Nuovi orizzonti e grandi conquiste

Il gruppo atletico della SFG Chiasso rappresenta da sempre uno dei fiori all'occhiello della società.
Nato sessant'anni fa grazie all'entusiasmo di Antonio D'Incecco, che ancora oggi ne costituisce il cardine e il principale punto di riferimento, il settore atletico ha saputo crescere e consolidarsi nel tempo, diventando una realtà di grande tradizione.

L'atletica leggera è uno sport adatto a tutte le età e permette di sviluppare numerose capacità motorie fondamentali, quali velocità, resistenza, forza, coordinazione e agilità. Proprio per queste caratteristiche rappresenta la base ideale per la pratica di molti altri sport.
I gesti motori che ne costituiscono l'essenza sono semplici e naturali: correre, saltare e lanciare. Per iniziare bastano un paio di pantaloncini, una maglietta, buone scarpe e la voglia di praticare una sana attività all'aria aperta.
Se poi a questi ingredienti si aggiungono impegno, costanza e spirito di sacrificio, è possibile raggiungere risultati di grande valore.

E nella storia della SFG Chiasso di risultati importanti, sia a livello cantonale sia nazionale, ce ne sono stati davvero molti. Basti ricordare atleti come Oriano Catellani, Claudio Piffaretti, Katya Würgler, Daniela Pagani, Marco Torino, Gregory Bianchi, Giorgia Candiani, Emma Piffaretti e Giulio Fugazzi, fino ad arrivare agli attuali portabandiera del gruppo, Laura Torino Imberti e Riccardo Mazzini.
Sarebbe impossibile tra queste righe ripercorrere la carriera di tutti coloro che hanno contribuito a scrivere la storia del gruppo atletico della SFG Chiasso. Ci limiteremo quindi a mettere in evidenza i principali risultati ottenuti nel corso di questa stagione.

La stagione indoor 2026 è stata molto positiva per Riccardo Mazzini, che ha conquistato il suo primo titolo ticinese assoluto nello sprint.
Ai Campionati Ticinesi indoor ha vinto l'oro nei 60 metri in 6"94, eguagliando il proprio record personale e scendendo per la prima volta sotto i sette secondi.
Ha inoltre stabilito il nuovo record ticinese assoluto dei 50 metri con 5"93.
La stagione all'aperto è invece iniziata in salita a causa di un infortunio che ne ha compromesso la preparazione.
Continua nel frattempo a stupire Laura Torino Imberti, soprattutto per la straordinaria costanza e l'impegno con cui riesce anno dopo anno a mantenersi ai massimi livelli.
Anche la sua stagione indoor è stata ricca di soddisfazioni: ha conquistato i titoli ticinesi assoluti nel salto in lungo e nel salto triplo, il titolo svizzero Master W45 nel salto in lungo e ha ottenuto l'eccellente misura di 5,70 metri nel salto in lungo, prestazione che rappresenta un nuovo record svizzero di categoria.

La stagione outdoor ha avuto il suo momento culminante con la partecipazione ai Campionati Mondiali Master di Daegu, in Corea del Sud, svoltisi dal 22 agosto al 3 settembre, dove Laura ha gareggiato nelle sue discipline predilette: salto in lungo, salto triplo e 100 metri. Sull'onda dei magnifici risultati ottenuti nell'ottobre 2025 ai Campionati Europei Master di Madeira, Laura si è confermata anche quest'anno tra le migliori interpreti della categoria, vincendo nuovamente due medaglie d'oro nel salto in lungo e nel salto triplo e un argento nei 100 m. Una prestazione fantastica!
I risultati degli atleti di punta meritano sempre grande attenzione, ma altrettanto importante è il lavoro svolto con il settore giovanile.
Quest'anno, purtroppo, il gruppo ha dovuto affrontare notevoli difficoltà legate alla disponibilità di allenatori, situazione che ha imposto scelte difficili ma indispensabili per garantire continuità all'attività.

Da gennaio il gruppo U16 è stato accolto dall'Atletica Mendrisiotto, una realtà ben organizzata e strutturata che desideriamo ringraziare sinceramente per la disponibilità, il prezioso supporto e la calorosa accoglienza riservata ai nostri ragazzi.

A partire dalla prossima stagione, la SFG Chiasso entrerà ufficialmente a far parte dell'Atletica Mendrisiotto come società affiliata. Gli atleti continueranno ad allenarsi a Chiasso fino alla categoria U14, per poi proseguire il loro percorso sportivo all'interno dell'Atletica Mendrisiotto, come già avviene da tempo per altre società del distretto. Chiudere un capitolo lungo oltre sessant'anni non è semplice. È però importante guardare al futuro con fiducia, perché questa nuova collaborazione potrà offrire ai nostri giovani maggiori opportunità di crescita, permettendo loro di allenarsi in un gruppo più numeroso, competitivo e stimolante. L'atletica è certamente uno sport individuale, ma senza un ambiente capace di motivare e sostenere gli atleti è difficile ottenere risultati.

Per quanto riguarda gli U16, già inseriti da gennaio nel gruppo dell'Atletica Mendrisiotto, sono da segnalare il brillante secondo posto conquistato da Pietro Filacchione alla finale cantonale Visana Sprint e le medaglie ottenute con le squadre CoAS (Comunità Atletica Sottoceneri) ai Campionati Ticinesi di staffette giovanili e ai Campionati Svizzeri Interclub da Achille Bianchi, Carlo Botta, Pietro Filacchione ed Ettore Filacchione.

Infine, ma non in ordine di importanza, meritano una menzione anche i giovani del gruppo scolari, protagonisti di un finale di stagione molto incoraggiante. Da sottolineare la splendida vittoria di Ackeem Casmiro (2018) alla finale cantonale UBS Kids Cup, che gli apre le porte della prestigiosa finale svizzera di Zurigo.

Ottime anche le prestazioni di Filippo Camellini Laguardia (2026) salito due volte sul podio grazie ai terzi posti conquistati nelle finali cantonali della Visana Sprint e della UBS Kids Cup.

La sfida principale per il gruppo atletico sarà quella di rafforzare i propri ranghi, poiché il numero degli iscritti è in preoccupante diminuzione. I monitori sono motivati e pronti a dare il massimo, proponendo un'attività varia e stimolante. Il programma comprende corse campestri durante l'inverno, staffette di paese e meeting su pista nella stagione primaverile e all'inizio dell'estate, offrendo così ai giovani numerose opportunità per mettersi alla prova.
A rendere più stimolante il futuro potrebbe contribuire la realizzazione della nuova pista di atletica di Chiasso prevista per il 2028. Se il progetto diventerà realtà, il gruppo potrà finalmente disporre di una struttura moderna e funzionale: una nuova casa nella quale continuare a coltivare la passione per uno degli sport più belli e formativi che esistano.

Martha Stamm-Croci

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

100 ANNI BAUMGARTNER
OFFICE CENTER
1926 - 2026
Arredamento e Apparecchi per Ufficio · Materiale per Ufficio · Cartoleria · Toner · Cartucce · Carta · Idee regalo
www.baumgartnersa.ch

Obrigado Brasil!

Immaginate spiagge assolate, l'oceano e il cielo azzurro intenso di estati quasi perenni. Siamo a Copacabana, nel lontano Brasile, dove tutto ha avuto inizio.
Addirittura secoli fa i nativi hanno inventato la capostipite "peteca", sport prevalentemente di squadra che però si può giocare anche nella variante individuale.

Nel 1936, un insegnante di ginnastica tedesco si innamorò di questo gioco, proprio osservandolo sulle spiagge di Copacabana e decise di portarselo a casa come souvenir della sua esperienza, per poi farlo radicare anche in Germania, ma con diverse modifiche.
Nasce così l'indiaca, quello stravagante attrezzo costituito da una base di pelle rigida riempita di gommapiuma e con delle piume rosse sopra.

Spesso la si incontra in maniera del tutto casuale e, come per ogni approccio a qualcosa di nuovo o diverso, ci si avvicina più con curiosità anziché per espressa volontà. A volte è come un incontro al buio, ti fai convincere ma rimani diffidente e non la prendi davvero sul serio. La incontri, la guardi, te la studi e magari la provi anche subito, ma non è sempre amore a prima vista perché lei non è "bella e famosa" come sua cugina pallavolo, è un'insolita attività che pochi conoscono davvero. Niente lustrini da primadonna, risulta semplicemente la classica "carina e simpatica".
Alcuni le concedono volentieri un secondo appuntamento, altri invece non le offrono alcuna chance perché non la considerano il tipo ideale, mentre gli scettici arricciano il naso perdendosi l'occasione di scoprire una realtà che esula dai soliti standard.

Sicuramente non proprio tutti i brasiliani l'hanno fatta diventare la loro compagna di vita, ma divenire sport nazionale fin dall'antichità, dimostra sicuramente un notevole valore aggiunto.
Dopo un paio di volte infatti inizi a prendere quella confidenza che non credevi di poter avere e ti esce una vocina dentro che ti dice "ma non è così male, mi piace!" e così, senza quasi accorgerti, sei letteralmente "cotto".
Naturalmente, come in ogni storia che si rispetti, servono costanza ed impegno per mantenere viva una relazione che può rivelarsi molto sorprendente.

L'evoluzione storica vuole che nel 2000 a Berlino venga fondata la IIA, l'International Indiaca Association, con l'intento di uniformare le regole usate nei vari paesi del mondo e organizzare tornei internazionali per dare una maggiore impronta a questa affascinante disciplina.
Dal suo esordio in Germania l'indiaca si è infatti diffusa negli anni in varie nazioni.
Ne fanno orgogliosamente parte Germania, Giappone, Svizzera, Estonia, Slovacchia, Brasile e Lussemburgo, con l'aggiunta di altre in tempi recenti, quali Belgio, Polonia, India e anche Corea.

Alcuni se la "sposano" senza esitazione, altri la vivono come un'importante e duratura convivenza, mentre taluni la considerano una bella amicizia. Non ci sono obblighi, ognuno sceglie il proprio livello di affetto, senza forzature. In fondo non ha grandi esigenze né esistono rigidi protocolli, ma la continuità permette certamente di aumentarne le prestazioni e ottenere risultati anche spettacolari.

Abitualmente ci si allena un paio di volte a settimana durante la stagione, ma se qualcuno, per motivi personali non può presenziare ad entrambi, nessuno gli lascerà le valigie fuori dalla porta o cambierà la serratura.

Il suo fondamento si basa su una buona unione di gruppo, parla di collaborazione e affiatamento. Dedizione e tanta passione sono gli ingredienti principali per riuscire ad arrivare alle nozze di bronzo, d'argento e a quelle d'oro, che si chiamano Campionati Svizzeri, Coppa del Mondo e Campionati Mondiali.

Infatti, nel 2001 in Estonia vedono la luce i primi Campionati Mondiali della storia, seguiti poi dai successivi a scadenza di 4 anni, intercalati dalla Coppa del Mondo, anch'essa fissata con la stessa frequenza. Pertanto, ogni due anni si svolge un evento mondiale che raduna i migliori atleti del pianeta, per società vincente o per nazionale. Manifestazioni che si spostano tra i vari paesi partecipanti a seconda di chi le organizza.

Quella è l'élite, il tetto del mondo dove l'esperienza del viaggio conta anche più del risultato.
Dove esserci significa molto più che ottenere, dove l'orgoglio è condividere e l'amicizia diventa un legame profondo con tutti coloro innamorati di questo gioco, capace di conservare ancora la spensieratezza di una giornata di sole e il profumo del mare.

L'indiaca è un cammino mano nella mano, unico, variegato, diverso per ciascun giocatore.
Può iniziare all'alba, oppure quando il sole è già alto nel cielo o addirittura verso l'imbrunire. Priva di discriminazioni di età, genere o colore si accompagna a tutti coloro che desiderano viverla nella sua purezza, una magnifica emozione che ti entra dentro e non ti abbandona, neppure quando decidi che è giunto il momento di posare il "piumino" e restare a guardare chi viene dopo di te.

"Lei" ti resterà comunque accanto, fedele nel cuore, perché chi ama davvero l'indiaca è per sempre, non svanisce con il tempo. E chi ha avuto l'onore di salire almeno una volta su un podio mondiale sa che rispetto, sacrificio ed entusiasmo non sono stati vani, ma hanno arricchito l'anima con un tesoro di vita inestimabile! Obrigado Brasil.

Cristina Fontana

imageGROUP
GET CREATIVE

AM IDRAULICA sagl
Impianti sanitari · Riparazione · Impianti GAS
Boiler in termopompa · Energie rinnovabili · Impianti di riscaldamento
6830 Chiasso · +41 78 675 51 25 · a.m.idraulicasagl@gmail.com

fiduciariamega tax accounting legal
CH-6830 Chiasso

SPAZIO Polus

Piccoli giocatori crescono

Dietro ogni movimento ed ogni gruppo serve un "ricambio", una sorta di fonte primaria dalla quale attingere per mantenerne la freschezza e dare continuità. Lo sport dell'indiaca non fa eccezioni, così eccomi qui per dare rilievo alla nostra sezione giovani e giovanissimi che da anni ormai culliamo e seguiamo con passione e affetto. Spesso una buona mano viene proprio dal settore degli adulti, nel quale i genitori che amano e competono in questa disciplina introducono poi naturalmente i propri figli, donando un'indispensabile eredità che avrà l'onore di costruire il futuro del gioco. Per gli allenatori che si impegnano nell'insegnamento a questi giovani è un profondo orgoglio poter trasmettere una passione capace di regalare esperienze incredibili, che permette di vivere avventure all'insegna di un sano divertimento mentre si acquisiscono le basi di una condivisione con gli altri. In un mondo sempre più superficiale ed egoista, l'attività sportiva di gruppo più di altre educa che a fare la differenza non è il singolo ma la collaborazione tra tutti gli atleti della squadra, sia nei momenti più positivi che in quelli dove tutto sembra andare a rotoli.
Il 2026 ha sicuramente segnato un passo importante nella storia del gruppo giovani dell'iIndiaca, che per la prima volta ha partecipato alla 7a. edizione della Coppa del Mondo.
L'avvenimento è importante e vi lascio le parole scritte da Bea Cavadini che ho adattato per l'occasione, una degli storici allenatori dei giovani e fiera accompagnatrice della squadra che si è confrontata con una realtà per loro ancora sconosciuta, ma che ha lasciato un profondo senso di entusiasmo ed appartenenza ai giovani atleti che hanno vissuto questo evento.

"Oltre il risultato: il vero successo dei giovani protagonisti della World Cup Junior di indiaca a Vianden - Estonia
Ci sono esperienze che non si misurano con una medaglia o una posizione in classifica. Aver partecipato per la prima volta in assoluto ad una World Cup Junior di indiaca è stata infatti una di queste.
Per i nostri giovani atleti è stato un percorso complesso, costellato da allenamenti, emozioni e maturazione personale nel quale l'impeto e il cuore hanno rappresentato la vera vittoria. Nei pochi mesi avuti a disposizione per prepararsi i ragazzi si sono impegnati affrontando allenamenti intensi, mirando alla realizzazione di un sogno: rappresentare la propria squadra e il proprio Paese in una competizione internazionale. In campo hanno dato tutto, sostenendosi a vicenda nei momenti di difficoltà e lottando su ogni indiaca con determinazione e rispetto per gli avversari. I risultati ottenuti possono non aver rispecchiato pienamente le aspettative con cui si era partiti, però lo sport insegna anche questo: non sempre l'impegno viene premiato dal risultato finale. Ma è proprio in questi momenti che emergono i valori più autentici di un atleta.
La forza di rialzarsi dopo una sconfitta, la capacità di non arrendersi, il coraggio di continuare a credere nel gruppo e il sorriso condiviso con i compagni che valgono quanto una vittoria. Perché il successo non si misura soltanto dal punteggio sul tabellone, ma dalla crescita personale, dalle amicizie nate e dall'esperienza vissuta nella consapevolezza di aver dato sempre il massimo di sé stessi.
Allenatori, dirigenti e famiglie possono essere orgogliosi di questi ragazzi che hanno dimostrato uno spirito di squadra e un'autentica passione per l'indiaca, onorando la competizione con correttezza e rispetto. Gli organizzatori hanno infatti deciso di assegnarci un premio speciale per il cuore ed il coraggio con i quali ci siamo battuti pur non essendo saliti sul podio.
La World Cup Junior si conclude così, lasciando molto più di un risultato sportivo.
Lascia il ricordo di un gruppo di giovani e giovanissimi che ha affrontato questa sfida con un genuino entusiasmo, con grinta e ardimento che nessuna classifica potrà mai raccontare fino in fondo. Le partite si possono vincere o perdere, ma chi scende in campo donando tutto sé stesso ha già conquistato il traguardo più importante: aver posato le basi per un futuro, aver consolidato lo spirito sportivo e raggiunto la consapevolezza di non smettere mai di credere nei propri sogni."

Mi si conceda l'espressione che "ai posteri l'ardua sentenza", ma da ogni parola è sicuramente indubbio che traspare un mantra ben chiaro, un concetto come guida di vita, un ideale da seguire che parla di impegno, passione, divertimento e soprattutto amicizia!
Piccoli giocatori crescono..e noi li guideremo al meglio attraverso il sentiero che li porterà un giorno su quel famoso tetto del mondo.

Cristina Fontana

La voce dei lettori

Concorso: "Cos'è per te la SFG Chiasso?"
Un luogo dove sei cresciuto? Una seconda famiglia? Amicizie, emozioni, sfide, vittorie e ricordi? Raccontacelo con le tue parole!

Prepara il tuo **testo di 2'000–5'000 battute,** spazi inclusi, raccontando che cosa rappresenta per te la SFG Chiasso e quale significato ha avuto, o ha ancora oggi, nella tua vita. Che sia un racconto, una poesia, una storia, delle rime, ciò che preferisci. È possibile inviare un solo testo per partecipante!

Il testo è da spedire a: **info@sfgchiasso.ch** indicando **il nome e il cognome** dell'autore e il **numero di telefono.**

Il periodo di partecipazione va dal **1 ottobre 2026 al 14 aprile 2027**. La giuria comunicherà quale testo ha ritenuto più significativo il **30 aprile 2027** tramite la pagina instagram.

L'autore del testo prescelto vincerà **un buono di 50.– CHF** e il suo testo verrà pubblicato sul prossimo numero della rivista. Il testo vincitore e altri 2 testi verranno affissi alla bacheca davanti alla palestra dal 1 maggio 2026 al 20 agosto 2026.

Chi può partecipare? Possono partecipare bambini, ragazzi, adulti e tutti coloro che vengono a conoscenza di questo concorso. Membri attualmente attivi nella sfg Chiasso, o che hanno fatto parte della società in passato o che ne conoscono le dinamiche perché hanno seguito da vicino un atleta.

La SFG Chiasso ringrazia i suoi partner per il loro importante sostegno a favore della nostra associazione.

Partner oro

Partner argento

Partner bronzo

Partner blu

Tutti i partner con pacchetto rosso visibili nel bollettino.

Per informazioni:
marketing@sfgchiasso.ch

Un sorriso che parla da solo

L'animo tradizionalista del caro Fulvio Castelletti, instancabile redattore e noto collezionista dei nostri bollettini, ha faticato ad accettare la cadenza annuale. Siamo però felici di sapere che, nonostante questo cambiamento, non ha perso il sorriso, ANZI!

Dopo quasi 58 anni di carriera, Fulvio aggiunge al suo prezioso archivio una foto che sa di orgoglio.
Mattia Piffaretti, ginnasta che proprio sotto la guida di Fulvio ha mosso i primi passi in questo sport, dopo anni di allenamenti, sacrifici e soddisfazioni è arrivato tra i big della ginnastica. Arriva direttamente da Zagabria la foto dell'ampio e luccicante sorriso: caro Fulvio, questa grande soddisfazione te la meriti tutta!

Gli elogi a Mattia per lo straordinario risultato? Li lasciamo scrivere dal suo "ex" allenatore, che con carta e penna è sicuramente più abile.

L'articolo segue.
Agnese Mombelli

Eccezionale risultato di Mattia

Mattia Piffaretti bronzo europeo con la nazionale Svizzera. Grande prova anche di Michael Buckley fra gli juniori.
Mattia Piffaretti, ventiquattrenne esponente della SFG Chiasso, nel corso dei Campionati europei di ginnastica artistica svoltisi a Zagabria dal 20 al 23 agosto, è salito sul podio con la nazionale rossocrociata per mettersi al collo una prestigiosissima medaglia di bronzo.
Un risultato eccezionale che giunge a 15 anni dal suo primo titolo nazionale quando, ancora giovanissimo, si aggiudicò la vittoria nella categoria 1 ai Campionati svizzeri giovanili. Un percorso meraviglioso che rende fiera tutta la famiglia della SFG Chiasso.

Mattia ha strameritato questa enorme soddisfazione che lo ripaga per l'intenso lavoro svolto, per la grande costanza e per l'entusiasmo che sempre lo ha caratterizzato.
Accanto a lui anche il diciassettenne Michael Buckley si è superato ottenendo il 4. rango con la Svizzera nella gara riservata alla categoria juniori e l'8. nella finale delle migliori ventiquattro speranze europee.
Due chiassesi a rappresentare la Svizzera in campo continentale. Fantastico !
A entrambi i nostri più sinceri complimenti.

Fulvio Castelletti

Allenatore fiero anche in atletica

Tanti sorrisi anche nella lunghissima carriera di Antonio D'Incecco, che ha ormai ufficialmente superato i 60 anni… anche se, a giudicare dai risultati, non sembra proprio intenzionato a rallentare!

I successi conquistati negli anni, a livello cantonale, nazionale e internazionale, continuano infatti grazie anche alle superlative prestazioni di Laura Torino Imberti, atleta che da parecchi decenni si allena quotidianamente sotto la sua attenta e instancabile guida.
Ore e ore allo stadio, sfidando il freddo pungente dell'inverno e il caldo rovente dell'estate, sono state ripagate anche quest'anno ai Campionati Mondiali Master di Daegu, in Corea.

Nella categoria W45 Laura ha conquistato ben due ori, nel salto triplo e nel salto in lungo, le sue discipline predilette, oltre a uno splendido argento nei 100 metri, a soli 6 centesimi dall'oro.

Insomma, Dinci e Laura volano sulle ali dell'entusiasmo. E chissà quali altri obiettivi si stanno già prefiggendo per il futuro, perché si sa che l'appetito vien mangiando e la voglia di mettersi ancora alla prova non sembra proprio voler andare in pensione.
E allora appuntamento alla prossima sfida!

Martha Stamm-Croci

La SFG Chiasso: non solo ginnastica

Cara SFG Chiasso, è da giorni che rifletto se mettere su carta e condividere dei pensieri che arrivano dritti dal mio cuore. Mi sono ascoltata e ho deciso di seguire questa via...
Nel mese di giugno mia figlia si è infortunata. In modo grave? Beh, sicuramente c'è di peggio!
Diciamo che è un infortunio fuori dall'ordinario. Ha passato 15 giorni in ospedale e subìto tre interventi, ma durante TUTTO questo periodo (e anche ora) non è MAI stata sola, e noi nemmeno! La grande famiglia di ginnastica chiassese si è attivata da subito con messaggi di sostegno e visite quotidiane di ore e ore, rendendo il tutto più leggero!

Io colgo questo canale per RINGRAZIARE DI CUORE TUTTI VOI per la vostra vicinanza! È proprio vero che anche nei momenti poco semplici, il lato positivo c'è e bisogna esserne grati! Questa è la dimostrazione più grande che la ginnastica non è fine a sé stessa, anzi! Perciò, da genitore a genitore vi dico:"Spronate le vostre figlie e i vostri figli ad andare in palestra, per fare ginnastica sì, ma soprattutto per creare rapporti magici che vanno oltre!"
La ginnastica è bellissima, ma l'AMICIZIA VERA, nata grazie ad essa, ancor di più! Grazie,

Anna Weber

Formarsi, sempre!

La SFG Chiasso si congratula con Stefano Caraggià per aver ottenuto il GS All Round partecipando alla settimana di corso che si è svolta a Bellinzona a fine giugno.
Inoltre si ringrazia Nico Franzini che, nonostante fosse già in possesso del GS ginnastica agli attrezzi ha partecipato al weekend di formazione per ottenere anche il GS All Round.

All'orizzonte?
Tante giovani leve pronte a partecipare alla settimana di GS di ginnastica agli attrezzi a inizio novembre.

Agnese Mombelli

3 canali per la raccolta fondi

Ogni allenamento, ogni gara, ogni manifestazione e ogni momento vissuto insieme in palestra presuppone un grande lavoro, ma anche un impegno economico importante. Per poter offrire ai nostri atleti un'attività di qualità, acquistare e mantenere il materiale, sostenere le diverse iniziative e continuare a far crescere la nostra associazione, il contributo delle tasse sociali e i sussidi derivanti da Gioventù e Sport non sono più sufficienti.

Per questo motivo, la raccolta fondi rappresenta una parte fondamentale per la vita della nostra associazione. È grazie al sostegno delle famiglie, dei nostri soci e di tutte le persone che scelgono di partecipare alle nostre iniziative che possiamo continuare a investire nella ginnastica e nel benessere dei nostri ragazzi.
La nostra raccolta fondi si sviluppa principalmente attraverso tre canali.

Sponsorizzazioni: vicinanza delle realtà del territorio

La ricerca di sponsor rappresenta un primo e importante sostegno. Il contributo delle aziende della nostra regione è fondamentale per permetterci di continuare a proporre un'offerta di qualità.
Abbiamo recentemente ottimizzato il nostro **prospetto di sponsorizzazione**, con pacchetti che partono da CHF 100.– e arrivano a formule più complete, che includono diversi servizi e opportunità di visibilità: logo sul nostro bollettino in diverse dimensioni, tendine informative durante i nostri eventi, distribuzione di gadget e molto altro.

Ringraziamo tutti gli sponsor che sostengono la nostra associazione e ci accompagnano nel nostro percorso. Va da sé che ogni nuovo partner è il benvenuto: contattateci senza impegno all'indirizzo marketing@sfgchiasso.ch per richiedere il nostro prospetto di sponsorizzazione.

Fondue e raclette: il gusto che sostiene la ginnastica

Un secondo importante canale è rappresentato dalla vendita di fondue e raclette, che si svolge **tra ottobre e dicembre**.
L'accordo, ormai consolidato da diversi anni, con la **Laiterie d'Arconciel** ci permette di portare alle nostre latitudini il gustosissimo formaggio friborghese a ottimi prezzi, garantendo allo stesso tempo un margine importante per la nostra società.
E c'è una chicca: è proprio buono! Chiedete a tutti coloro che hanno avuto l'occasione di gustarlo negli scorsi anni… non a caso il quantitativo di formaggio richiesto cresce di anno in anno.
Speriamo quindi che tutti i nostri soci attivi, dai più piccoli della Ginnastica genitore e bambino fino ai "diversamente giovani" del gruppo veterani, possano aiutarci in questa vendita, proponendo l'acquisto di fondue e raclette ad amici, parenti e conoscenti.
Le **ordinazioni** avranno luogo nelle prime tre settimane di **novembre**, mentre la **consegna è prevista per sabato 5 dicembre 2026**.
Durante le festività natalizie fondue e raclette sono le regine della tavola. Quest'anno puntiamo a superare nuovamente il record di chilogrammi ordinati. Per rendere la sfida più avvincente, chi effettuerà l'ordinazione più importante si aggiudicherà CHF 100.– in buoni per attività in Ticino.

La lotteria SFG Chiasso: vendere, divertirsi e....vincere!

Da ultimo, non certo per ordine di importanza, considerati gli allettanti premi in palio, c'è la lotteria SFG Chiasso, che si svolge tra marzo e giugno.
Ogni socio attivo nella società nel mese di marzo riceve un libretto della lotteria, con l'obiettivo di vendere 50 numeri a CHF 1.- ciascuno.
A maggio, il libretto, si spera con i numeri interamente venduti, dovrà essere riconsegnato al monitore responsabile insieme ai CHF 50.- raccolti.
L'estrazione dei numeri vincenti avrà luogo a inizio giugno presso l'Ufficio servizio autorizzazioni, commercio e giochi della Polizia a Giubiasco. La consegna dei premi sarà effettuata sabato 29 maggio 2027 in occasione dell'accademia sociale della SFG Chiasso al Palapenz.
Vista l'ampia partecipazione e il successo della scorsa edizione, anche quest'anno non mancheranno premi particolarmente interessanti: tra questi, una bicicletta elettrica e un aspirapolvere Dyson.

Stai leggendo questo articolo e hai un'attività?
Vorresti mettere a disposizione un premio per la prossima edizione?
Che sia un buono o un articolo, saremo fieri di inserirlo nella prossima lotteria.
Contatta marketing@sfgchiasso.ch entro il 15.01.2027.

L'unione fa la forza

Ricordiamo che tutte queste iniziative sono state messe in atto con un obiettivo preciso: disporre dei fondi necessari per mantenere alta la qualità delle nostre proposte, **coinvolgendo tutti i soci attivi** e facendo in modo che il peso della raccolta fondi non ricada sempre e solo sulle spalle di poche persone che con grande disponibilità, sono costantemente impegnate su più fronti a favore della società.

L'unione fa la forza: è proprio questo il principio che abbiamo deciso di seguire mediante i cambiamenti messi in atto recentemente.
Vogliamo costruire una realtà in cui ciascuno può sentirsi partecipe e contribuire, secondo le proprie possibilità, alla vita e alla crescita della SFG Chiasso.

Ogni atleta, piccolo o grande che sia, può dare un aiuto concreto. Non è necessario fare grandi cose: vendere qualche numero della lotteria, proporre una forma di formaggio a un amico o a un conoscente, mettersi a disposizione per aiutare durante i nostri eventi oppure presentarci un potenziale sponsor, sono tutti gesti che, se condivisi da tanti, possono trasformarsi in un sostegno davvero importante.

Dietro ognuna di queste iniziative c'è il lavoro e l'impegno di molte persone: chi cerca e contatta gli sponsor, chi organizza i premi e distribuisce i numeri della lotteria, chi raccoglie e gestisce gli ordini dei formaggi e, soprattutto, chi partecipa, acquista e sostiene con entusiasmo le nostre proposte.

È grazie alla collaborazione tra tutte queste persone che possiamo portare avanti le nostre attività con maggior serenità e continuare ad offrire ai nostri atleti opportunità e progetti di qualità e di crescita individuale.

Sostenere la raccolta fondi significa contribuire a mantenere viva la passione per il nostro sport.

Agnese Mombelli

Trova le 8 differenze

Crucipuzzle

Trova le parole nascoste nella griglia. Le parole possono essere scritte in verticale, orizzontale e in diagonale.
Le lettere libere ti permetteranno di formare una frase.

A	S	F	S	A	L	T	O	I	N	L	U	N	G	O
L	G	A	T	T	E	F	F	A	T	S	A	L	T	O
L	A	C	R	H	A	I	C	A	C	S	S	O	O	U
E	D	C	N	T	A	S	S	L	Q	O	L	U	A	D
N	R	V	I	R	S	A	T	I	A	O	P	P	I	G
A	O	I	E	T	N	E	N	A	V	V	A	P	A	C
M	C	T	A	D	S	F	L	A	O	P	E	R	A	O
E	A	T	C	I	A	I	L	A	O	P	A	T	E	R
N	V	O	I	N	N	L	Z	D	P	T	M	U	T	S
T	A	R	T	S	A	I	I	Z	O	E	A	A	T	E
O	L	I	E	P	S	O	M	V	E	O	V	U	C	E
G	L	A	L	R	R	A	E	N	D	R	T	A	I	S
E	O	S	T	E	I	R	M	A	P	A	T	A	R	S
S	I	O	A	T	S	P	O	R	T	N	E	T	!	T
N	O	T	A	E	O	T	A	N	O	I	P	M	A	C

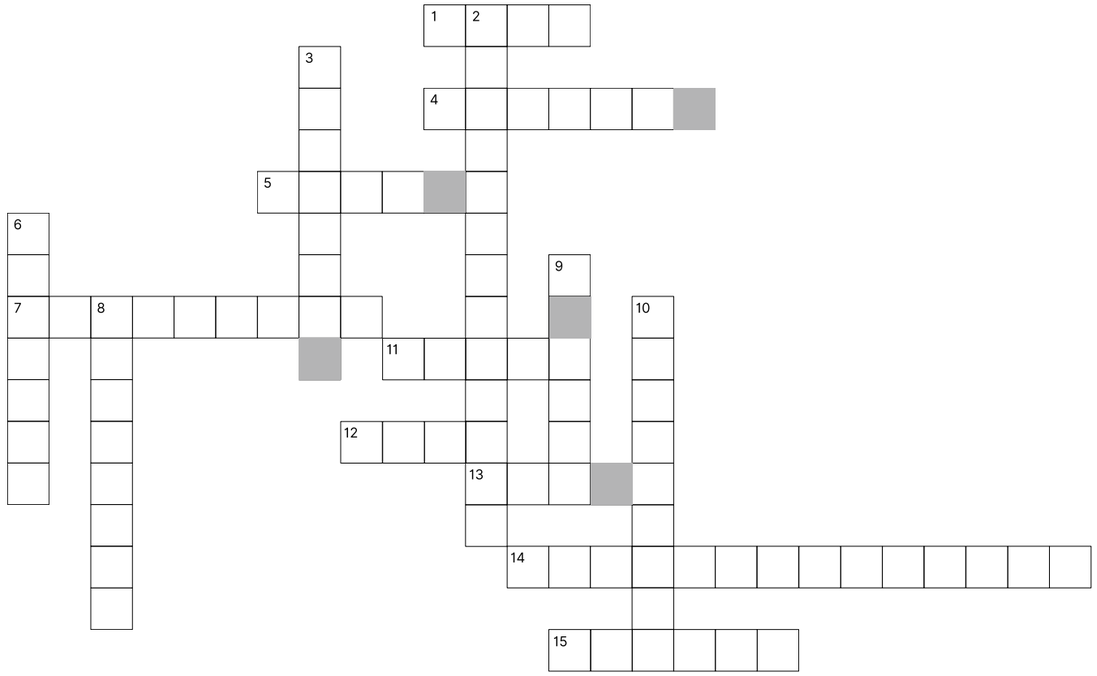
SALTO IN LUNGO
RETE
PODIO
PALLAVOLO
PALESTRA
ALLENAMENTO
ATTREZZISTICA
CAMPIONATO
CAVALLO
CLAVETTE
INFANTILE
STAFFETTA
VITTORIA
TRAVE
ALTO
ASTA
ATLETICA
CAMPO
COPPA
OVER
CORDA
CORSE
GARA
NOTA
SPORT
TUTA

SOLUZIONE:

.....

Parole crociate

Leggi le definizioni, completa lo schema e trova la parola nascosta, anagrammando le lettere oscurate.



ORIZZONTALI

1. Associazione Cantonale Ticinese di Ginnastica
4. Gioco di squadra con rete e piume
5. Attrezzo della ginnastica ritmica
7. Il gruppo ginnico dei più piccini
11. Luogo dove si allenano i velocisti
12. Nome del nostro presidente
13. Mette alla prova l'equilibrio nella ginnastica artistica
14. Nota competizione internazionale di ginnastica artistica che si svolge tra Chiasso e Morges
15. Permettono acrobazie aeree

VERTICALI

2. Gli anni della nostra società
3. Lo saltano gli atleti in pista
6. Una coppia affiatata... anche in palestra
8. La "F" in SFG Chiasso
9. Attrezzo della ginnastica artistica
10. Attutisce le cadute

Le soluzioni dei giochi si trovano nella versione digitale del bollettino che si trova sul nostro sito: www.sfgchiasso.ch

Soluzione trova le 8 differenze

Soluzione crucipuzzle

Trova le parole nascoste nella griglia. Le parole possono essere scritte in verticale, orizzontale e in diagonale.
Le lettere libere ti permetteranno di formare una frase.

A	S	F	S	A	L	T	O	I	N	L	U	N	G	O
L	G	A	T	T	E	F	F	A	T	S	A	L	T	O
L	A	C	R	H	A	I	C	A	C	S	S	O	O	U
E	D	C	N	T	A	S	S	L	Q	O	L	U	A	D
N	R	V	I	R	S	A	T	I	A	O	P	P	I	G
A	O	I	E	T	N	E	N	A	V	V	A	P	A	C
M	C	T	A	D	S	F	L	A	O	P	E	R	A	O
E	A	T	C	I	A	I	L	A	O	P	A	T	E	R
N	V	O	I	N	N	L	Z	D	P	T	M	U	T	S
T	A	R	T	S	A	I	I	Z	O	E	A	A	T	E
O	L	I	E	P	S	O	M	V	E	O	V	U	C	E
G	L	A	L	R	R	A	E	N	D	R	T	A	I	S
E	O	S	T	E	I	R	M	A	P	A	T	A	R	S
S	I	O	A	T	S	P	O	R	T	N	E	T	!	T
N	O	T	A	E	O	T	A	N	O	I	P	M	A	C

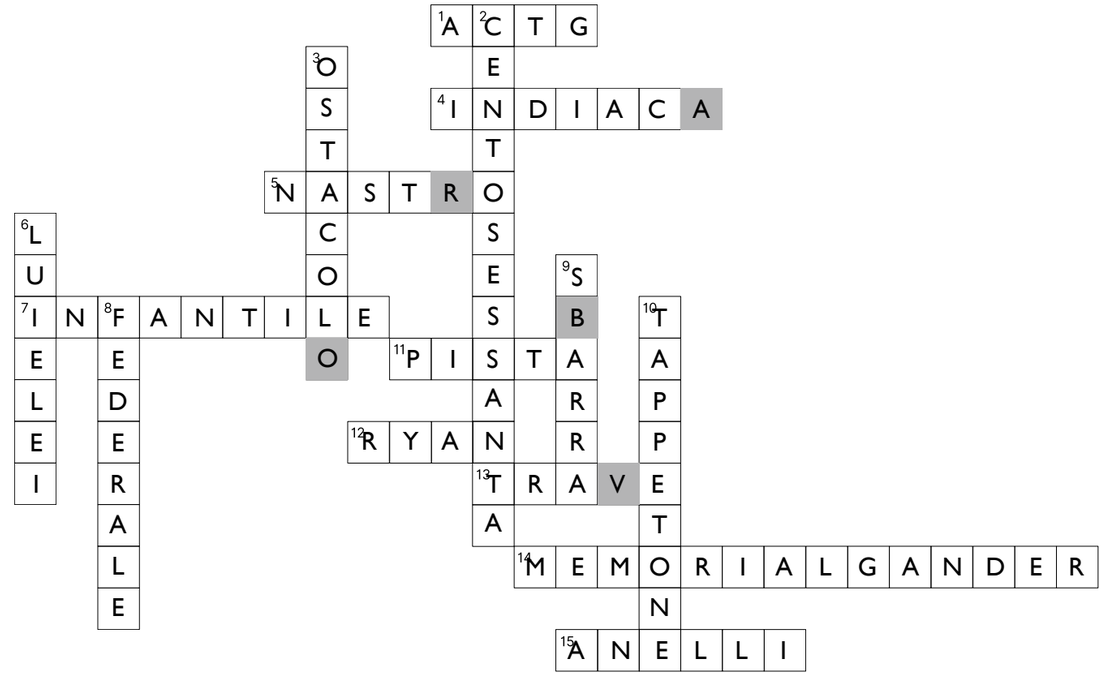
SALTO IN LUNGO
RETE
PODIO
PALLAVOLO
PALESTRA
ALLENAMENTO
ATTREZZISTICA
CAMPIONATO
CAVALLO
CLAVETTE
INFANTILE
STAFFETTA
VITTORIA
TRAVE
ALTO
ASTA
ATLETICA
CAMPO
COPPA
OVER
CORDA
CORSE
GARA
NOTA
SPORT
TUTA

SOLUZIONE:

SFG CHIASSO UNA SQUADRA PIENA DI ENTUSIASMO E GRANDISSIMA PASSIONE!

Soluzione parole crociate

Leggi le definizioni, completa lo schema e trova la parola nascosta, anagrammando le lettere oscurate.



ORIZZONTALI

1. Associazione Cantonale Ticinese di Ginnastica
4. Gioco di squadra con rete e piume
5. Attrezzo della ginnastica ritmica
7. Il gruppo ginnico dei più piccini
11. Luogo dove si allenano i velocisti
12. Nome del nostro presidente
13. Mette alla prova l'equilibrio nella ginnastica artistica
14. Nota competizione internazionale di ginnastica artistica che si svolge tra Chiasso e Morges
15. Permettono acrobazie aeree

VERTICALI

2. Gli anni della nostra società
3. Lo saltano gli atleti in pista
6. Una coppia affiatata... anche in palestra
8. La "F" in SFG Chiasso
9. Attrezzo della ginnastica artistica
10. Attutisce le cadute

Programma attività

GRUPPO	GIORNO E ORA	LUOGO	CONTATTO
Genitore-Bambino Età 2-4 anni	ME 17.00-18.00	Palestra Via Soave Chiasso	Martina Livio 079 228 44 54
Infantile Età 4-6 anni	MA 16.45-18.00	Palestra Via Soave Chiasso	Martina Livio 079 228 44 54
Pre-attrezzistica Dai 5 anni	GIO 16.30-18.00	Palestra Via Soave Chiasso	Patrizia Bianchi 076 321 41 97
Attrezzistica Introduzione e C1 Dal 2020	LU 18.00-20.00 ME 18.00-20.00	Palestra Via Soave Chiasso	Patrizia Bianchi 076 321 41 97
Attrezzistica C2 + C3 + C4 Se hai già praticato ginnastica	MA 18.00-20.00 + GIO 18.30-20.30 VE 17.30-20.00	Palestra Via Soave Chiasso	Diego Maspero 079 827 86 62
Attrezzistica attivi In possesso di C4	MA 20.00-22.30 VE 20.00-22.30	SportAcademy Palestra Via Soave Chiasso	Giorgia Corti 076 450 45 05
Gymnastique Tra 2015 e 2018	MA 17.15-18.45 LU 17.00-18.00 o ME 16.00-17.30	Palestra Via Soave Chiasso Palestra Balerna	Denise Dursun 079 932 73 21
Gruppo over 35 Donne dai 35 anni	LU 20.15-22.00 ME 20.15-22.00	Palestra Via Soave Chiasso	Isabella Buttà 079 257 71 14 Barbara Errigo 076 615 94 56
Atletica scolari Dalla 1a elementare	LU 18.00-19.30 ME 18.00-19.30	Stadio Riva IV Palestra CPC Chiasso	Martha Stamm 079 547 06 86
Indiaca junior Tra 6 e 15 anni	LU 17.45-19.15 VE 18.00-20.00	Palestra Lattecaldo Palestra CPC Chiasso	Beatrice Cavadini 078 840 19 30
Indiaca open e senior Dai 16 anni	LU 20.30-22.30 ME 20.30-22.30	Palestra Via Soave Chiasso	Elia Albisetti 079 949 65 50
Veterani Uomini dai 50 anni	GIO 16.30-17.30	Palestra Via Soave Chiasso	Gianfranco Plebani 079 375 18 64
Uomini Uomini dai 25 anni	GIO 20.30-22.00	Palestra Via Soave Chiasso	Fabrizio Maspero 076 414 66 13
Polisportiva adulti Uomini dai 50 anni	LU 20.00-21.00	Sala pesi Via Soave Chiasso	Guido Vanzetta 076 342 85 89
Artistica maschile **Artistica femminile** **Ritmica**	INFORMAZIONI www.gymelitemendrisiotto.ch	Palestra SportAcademy Genestrerio	Fulvio Castelletti 076 322 08 42 Eleonora Mazzeschi Davide Rusca 0039 345 504 42 32 Veronica Baggi 0039 342 160 89 47

Calendario eventi SFG Chiasso

DATA	EVENTO	LUOGO
5 novembre 2026	Memorial Arturo Gander	Palapenz Chiasso
28 novembre 2026	Cena monitori	Da definire
29 novembre 2026	Campionato Open Indiaca	Palestra Via Soave Chiasso
5 dicembre 2026	Giornata sociale	Palestra Via Soave Chiasso
13 dicembre 2026	Campionato Over Indiaca	Palestra Via Soave Chiasso
15 gennaio 2027	Torneo Notturno Indiaca	Palestra Via Soave Chiasso
30 gennaio 2027	Kids Cup	Palapenz Chiasso
31 gennaio 2027	Campionato Over Indiaca	Palestra Via Soave Chiasso
12 marzo 2027	Assemblea Sociale	Sala Diego Chiesa Chiasso
14 marzo 2027	Campionato Over Indiaca	Palestra Via Soave Chiasso
10 aprile 2027	Torneo pallavolo	Palestra CPC Chiasso
29 maggio 2027	Accademia Sociale	Palapenz Chiasso

Seguite la pagina instagram @sfgchiasso o il nostro sito www.sfgchiasso.ch per restare aggiornati.
Qui troverete il calendario dettagliato degli eventi interni e delle competizioni a cui parteciperanno i nostri gruppi.

P.P.
CH-6830 Chiasso 1
Posta CH SA

Sostieni la SFG Chiasso

Partecipa al nostro progetto sportivo. Con i nostri ragazzi, per i nostri ragazzi.

Cara Sostenitrice, Caro Sostenitore,
la nostra società sportiva è presente da quasi 160 anni nel tessuto sociale di Chiasso e dintorni; gode di un passato illustre e ricco di gloria, ma anche di un presente altrettanto vitale e dinamico, orientato al futuro ma sempre con un occhio di riguardo alle sue origini.
Siamo molto orgogliosi di poter offrire alla popolazione un'ampia gamma di attività che permette di prendersi cura della propria salute, di praticare dello sport e tessere nuove amicizie. La società è cresciuta nel corso degli anni e oggi offre molteplici attività sportive che si adattano a tutte le esigenze, dallo sport amatoriale a quello di competizione. La SFG Chiasso è attiva nell'ambito della ginnastica (in tutte le due declinazioni), dell'atletica e dell'indiaca e propone corsi rivolti a tutte le fasce d'età; dalla prima infanzia fino ai corsi per adulti e anziani, concentrandosi principalmente sulle offerte per i giovani.

Solo grazie al vostro aiuto e al sostegno finanziario possiamo continuare a garantire la nostra attività; il vostro contributo è per noi fonte importante di sostentamento per permettere ai nostri giovani, ma non solo, di poter praticare lo sport in un ambiente sano e stimolante. Tutto questo è possibile solo grade alla vostra solidarietà e a quella di coloro che, dandoci il proprio appoggio finanziario, ci permettono di svolgere le attività quotidiane.

Aiutare e sostenere la SFG Chiasso è una scelta di cuore:
fai parte anche tu di questo meraviglioso progetto.

Ringraziandovi di cuore per la generosità che ci vorrete dimostrare,
vi porgiamo i nostri più calorosi e sportivi saluti.

Il Presidente
Ryan Lehmann

Ricevuta

Conto / Pagabile a
CH19 3000 0001 6900 4237 2
Società Federale Ginnastica Chiasso
6830 Chiasso

Riferimento
00 00000 00000 00000 00000 00011

Pagabile da (nome/indirizzo)

Valuta Importo
CHF

Punto di accettazione

Sezione pagamento

Valuta Importo
CHF

Conto / Pagabile a
CH19 3000 0001 6900 4237 2
Società Federale Ginnastica Chiasso
6830 Chiasso

Riferimento
00 00000 00000 00000 00000 00011

Informazioni supplementari
Socio sostenitore

Pagabile da (nome/indirizzo)