

Pesistica, le distensioni su panca protagoniste a Legnano

Pubblicato: Giovedì 17 Novembre 2016



Ha visto impegnati quasi cento atleti provenienti da tutta la Lombardia **l'undicesima edizione del Trofeo B.Fit di distensioni su panca**. Si tratta di una disciplina regolata dal CONI tramite la FIPE, Federazione Italiana Pesistica. Consiste nel sollevare un bilanciario mentre si è sdraiati su di una panca piana.

Oltre che di una disciplina della pesistica si tratta di una pratica estremamente diffusa nella preparazione atletica di molti sport, in particolare quelli di esplosività. È inoltre da sottolineare il fatto che le distensioni su panca sono l'unica prova di pesistica inserita nel programma dei Giochi paralimpici.

La manifestazione è stata organizzata dal Presidente regionale FIPE **Sabrina Greco e da Ezio Vinco della Ge.Spo.Le di Legnano**. A sottolineare l'importanza dell'evento erano presenti il Consigliere Federale Nazionale Giovanni Podda ed il Coordinatore Regionale FIPE Maestro Tiziano Bortoluzzi. Entrambi hanno voluto sottolineare il sempre più diffuso ricorso alla pesistica nella preparazione atletica di quasi tutti gli sport ed il contemporaneo impegno della FIPE contro il doping.

Ospite d'onore Vincenzo Caserta di **"Liberi al Centro"** e consigliere dell'attivissima sezione legnanese di **"AssoFante"**. Da segnalare infine tra i giudici Giorgio Braga, ufficiale di gara anche a Rio 2016.

Venendo ai risultati, **dominate la prestazione delle società del Varesotto**. Dietro alla Alex Club Milano nella graduatoria generale a squadre si sono infatti piazzate ben 4 società della nostra provincia nei primi cinque posti. Nell'ordine: la Virtus Gallarate con 103 punti seguita a breve distanza dalla

Castellanza Pesi con 98.

Quarta la **Cinque Anelli Busto Arsizio** con 58 punti e quinto il Gymnic club di Somma Lombardo a quota 44.

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it