

Scarpe da tennis e pantaloncini, a Besozzo si cammina insieme

Pubblicato: Venerdì 21 Luglio 2017



A Besozzo si cammina tutti insieme. Si è tenuto mercoledì l'ultimo appuntamento dei "Gruppi di cammino" e iniziato a maggio; ritrovo alle 20 al Parco di Besozzo Superiore in abbigliamento sportivo e scarpe da tennis e si inizia l'attività sportiva.

Un'iniziativa messa in pratica da diversi comuni ma che a Besozzo ha avuto un successo inatteso. «Il tutto è iniziato tre anni fa. All'inizio eravamo una decina di persone, l'anno successivo una ventina mentre **oggi siamo almeno una quarantina per ogni appuntamento**», spiega il vicesindaco **Gianluca Coghetto**.

Il "Gruppo di cammino" infatti, per molti besozzesi è diventato un'occasione per fare sport ma anche per passare del tempo insieme: «Ho partecipato a tre camminate e mi è piaciuto molto – **spiega Paola Giuliani, 48 anni, di Besozzo** –. Ho saputo dell'iniziativa tramite il passaparola ed è una bella occasione per fare attività fisica stando in compagnia, si ha l'impressione di fare meno fatica. **Oltretutto, mi ha permesso di conoscere dei sentieri e dei luoghi del paese** che non conoscevo, nonostante io abiti qui da anni. Spero che continui». Ad accompagnare Paola, a volte, c'è la sua bambina di nove anni: «credo si unirà anche nelle prossime camminate».

La partecipazione ai "Gruppi di cammino" è gratuita e vede la partecipazione di uomini e donne di tutte le età, compresi i più piccoli. «Sono molto soddisfatta ed è un'iniziativa bella. Io vado a correre ma è un

tipo di sport per cui non si ha mai tempo di relazionare. In questo caso invece, **si ha l'occasione di conoscere persone nuove e i luoghi che ci circondano**. Tra chi partecipa non c'è competizione ed è un'attività che fa bene al fisico e alla mente», continua Mariangela Soma di 58 anni.

A guidare il gruppo c'è Stefano Benini, personal trainer e coordinatore dell'iniziativa e i percorsi vanno dai cinque fino ai dieci chilometri. «Questa terza edizione è stata caratterizzata dalla scelta di percorsi a tema – **ha spiegato il Sindaco Riccardo del Torchio** -, ovvero il percorso della futura pista ciclabile, il percorso verso la Bozza a Lago e il percorso due Pini a Cardana. I gruppi di cammino sviluppano un grande senso di comunità. Mentre si cammina si parla ci si confronta e si gode del paesaggio. Si scoprono luoghi non conosciuti, oltre alle ricadute sul benessere fisico. E' un modo di stare insieme sostenibile e di promuove i proprio territorio».

Gli appuntamenti continueranno in autunno con un incontro alla settimana, il giovedì mattina mentre per gli altri bisognerà aspettare che torni la bella stagione.

[Adelia Brigo](#)

adelia.brigo@varesenews.it