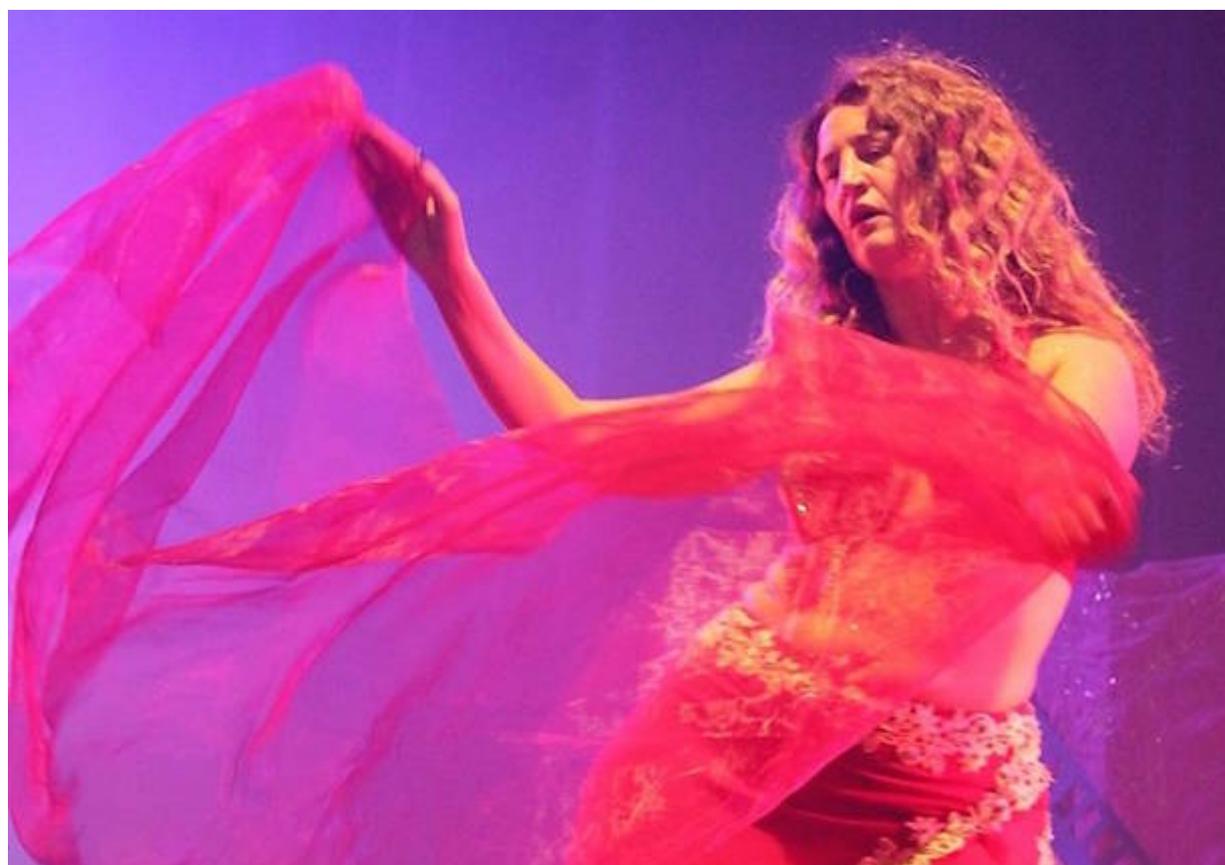


VareseNews

Nashat: “Balliamo on line, la zona rossa non ci ferma”

Pubblicato: Mercoledì 24 Marzo 2021



«La zona rossa? Non ci spaventa. Sapevamo che non avremmo potuto garantire un anno di lezioni in presenza, così fin da settembre abbiamo puntato tutto sull'on line». **Ileana Maccari, anima dell'asd Nashat**, racconta l'impatto dell'asd con il nuovo stop dello sport.

Questo strano anno, per Nashat, è un anno di sperimentazione: «**L'on line ha dei vantaggi** – spiega Maccari – Soprattutto in una **danza “individuale” come quella del ventre**, dove non hai bisogno per forza di un compagno, lo strumento delle teleconferenze è particolarmente efficace perché la concentrazione delle allieve è molto più alta del solito. In palestra ci sono mille fattori di distrazione, on line per capire i movimenti **non è possibile distrarsi**. Non solo: il **confronto con gli altri è molto meno pressante** di quando si è “in presenza”, e questo rende più sciolte e libere di esprimersi moltissime allieve». E non è finita, perché «c'è anche la possibilità del doppio feedback: a **fine lezione chiedo alle mie allieve di mandarmi anche dei filmati** dove mi fanno vedere come eseguono i nuovi movimenti. Così posso osservarle meglio, con calma, una per una. E **correggerle in modo ancora più efficace**».

Ileana Maccari ha trovato i **vantaggi dell'on line anche da allieva**: «Per chi è ad un livello avanzato, le lezioni on line annullano le distanze: posso **seguire maestri prestigiosi in tutto il mondo** direttamente dal mio salotto. Un sogno, per chi ama danzare!».

Non è una prassi possibile per tutti gli sport, ma Nashat non è l'unica realtà ad essere rimasta on line: i corsi di ginnastica e pilates guidati da **Sara Giusti a Varese, il CSK di Busto Arsizio**, sono solo

alcune delle realtà targate Uisp Varese che non hanno abbandonato le nuove tecnologie. Non per tutti gli sport può valere, certo, ma **chi ha intravisto uno spiraglio ha affinato le tecniche** in questo strano anno, pur di mantenere il gruppo, l'attività. La speranza.

«Il **primo mese del lockdown, l'anno scorso, è stato durissimo** per tutti – racconta Maccari – le notizie che arrivavano dagli ospedali erano spaventose. Ma dopo poche settimane abbiamo iniziato a capire che **avremmo dovuto ripensare l'organizzazione** delle nostre vite, non farci vincere dalla paura. Le lezioni on line sono diventate un appuntamento importante, e hanno confermato, a me e alle mie allieve, che una **passione come la danza è fondamentale nelle difficoltà**. Ti salva da qualsiasi cosa, per me è sempre stato così».

Da parte sua, il Comitato Territoriale quest'anno ha permesso **un'affiliazione senza costi per le asd**: un passo verso un settore che è stato colpito più di altri dalla crisi pandemica. «Ma sono sicura che, **appena sarà possibile, ripartiremo meglio di prima** – dice Maccari – avremo entusiasmo e volontà per fare tutto. Dobbiamo solo resistere ancora un po'».

SPECIALE UISP – Tutti gli articoli su VareseNews

di Chiara Frangi – redazione Uisp Varese