

## Amiche Ginnaste di Luino: “Non ci interessa il peso delle nostre atlete ma la loro felicità”

Publicato: Mercoledì 16 Novembre 2022



Le **vessazioni** subite dalle atlete di **ginnastica ritmica** hanno fatto il giro del web e **non sono sfuggite ai genitori delle tante ragazzine** che praticano questo sport così come altri che richiedono di essere leggeri (ad esempio, la ginnastica artistica e la danza classica). Ma lo **sport di Uisp è sano per scelta**. E non teme di prendere le distanze da modelli diffusi, ma reputati lesivi per la salute delle atlete.

Lo dimostra l'**esempio di Amiche Ginnaste, società nata a Luino** proprio con l'obiettivo dichiarato di dare ai giovani la possibilità di praticare ginnastica artistica per divertimento, **senza fare competizioni agonistiche, ma comunque partecipando a campionati regionali** e preparando saggi in cui valorizzare l'impegno e mostrare ai genitori i progressi fatti.

«Amiche Ginnaste è nata dopo che noi insegnanti **per anni abbiamo lavorato in una società vicina all'agonismo**. Esperienza che ci ha fatto venire **voglia di fare qualcosa di diverso**. Qualcosa che, a differenza di quello che succede nell'agonismo, desse davvero a tutti la possibilità di fare sport per il piacere di praticarlo, **senza la tensione verso la vittoria o la paura di non rientrare in certi standard**» affermano Martina e Michela, le due fondatrici di Amiche Ginnaste.

Un progetto che è piaciuto, tanto è vero che la società – affiliata a Uisp – ha **numeri in costante crescita**. Quest'anno **le atlete sono un centinaio**. Persone che frequentano la palestra di via Cervinia 54 a Luino, nella scuola ITIS, per il **piacere di incontrarsi, di fare dell'attività sportiva** stando bene

insieme.

«Le società agonistiche, anche senza le violenze di cui hanno parlato le cronache nei giorni scorsi, richiedono grande impegno e sacrificio – dicono le insegnanti – **Non condanniamo lo sport agonistico**, ma per noi lo sport è prima di tutto inclusivo. Il nostro **lavoro è diffondere la passione** per questo bellissimo sport e infondere nelle ragazze sempre più fiducia in se stesse ed entusiasmo. Se riusciamo a fare questo, per noi è come salire sul podio».

Le **Amiche Ginnaste non discriminano nessuno**. Ma non è un mistero che tanti sport, praticati ad alto livello, richiedano fisici minuti, snelli e leggeri. Anche nella ginnastica artistica, ad esempio, peso e altezza possono penalizzare nelle evoluzioni. «Leggevo una **dichiarazione del presidente di Federginnastica** che diceva che il **peso delle ragazze deve essere controllato** da personale esperto nel settore – concludono le istruttrici – È vero che per fare gare di un certo livello bisogna stare in un certo range di peso. Ma è un tema delicato, per affrontare il quale ogni società sportiva dovrebbe incaricare un nutrizionista, altrimenti il **rischio è quello di farsi prendere la mano**, con i risultati gravi che abbiamo già visto».

**SPECIALE UISP** – Tutti gli articoli di VareseNews

di A cura di Uisp Varese