





Ginnastica Ritmica Fortitudo Monteporzio

Una giornata-evento per le ragazze della ginnastica ritmica della Fortitudo Monteporzio. Ieri (mercoledì) pomeriggio, presso il pallone del centro sportivo "Raniero Colucci", le ginnaste del club del presidente Massimo Cesaroni hanno avuto la possibilità di una "lezione eccezionale" tenuta dal ballerino e coreografo bulgaro (nonché giudice Nazionale della Federazione di Ginnastica Ritmica) Stefan Ivanov. «Quattro ore di lavoro per le ragazze del mio gruppo agonistico – dice la responsabile del settore ginnastica ritmica della Fortitudo Monteporzio, Simona Martinelli – che hanno lavorato sui passi ritmici a corpo libero e con piccoli attrezzi. Ho conosciuto Stefan nel maggio scorso, a Spoleto, in occasione del campionato nazionale di serie A di specialità in cui lui era presidente di giuria e io ero presente assieme alle ragazze della mia vecchia società. Da lì è nata l'idea di avere questo incontro con il nostro gruppo: le ragazze ne sono state entusiaste». Al di là dell'incontro con Ivanov, sembrano davvero positivi i primi passi della sezione di ginnastica ritmica del club castellano. «La società ha fatto un lavoro davvero importante sia sulla struttura sia a livello di immagine – sottolinea la Martinelli – e la risposta della gente è stata molto positiva. Ho un gruppo molto numeroso di atlete che vanno dai 4-5 anni fino alle più grandi». La Martinelli, che nel suo compito è affiancata dalle collaboratrici Alice Rastelli, Costanza Arveni e Michela De Rossi, entra nel dettaglio della struttura della ginnastica ritmica monteporziana. «Abbiamo tre gruppi: quello delle Bambine (di norma dai 5 agli 8 anni, ndr), quello Pre-agonistico e quello Agonistico. L'attività si svolge all'interno del pallone e su una pedana regolamentare 12x12. Utilizziamo piccoli attrezzi come il cerchio, la palla, il nastro, le funi e le clavette. Il nostro sport sviluppa e fortifica tutti gli apparati muscolari ed è particolarmente benefico per i piedi e le caviglie». Le gare "vere" stanno per cominciare. «Nel corso dell'anno – specifica la Martinelli – parteciperemo sia a gare a squadre, che individuali che di coppia. Il primo appuntamento sarà il 30 novembre a Roma per il campionato regionale a squadre di specialità, poi la settimana successiva (7-8 dicembre) a Norcia è previsto il campionato nazionale della stessa gara».

[Read More](#)