






Martina Federici – responsabile corsi pre-acrobatica Fortitudo Monteporzio

«SPORT – Fare della sana attività fisica divertendosi». E' questo il motto di Martina Federici, la responsabile del settore della pre-acrobatica nella Fortitudo Monteporzio. Una disciplina quasi del tutto nuova sul territorio. «In effetti sono pochissime le società che la propongono qui intorno – dice la Federici - . In pochi la conoscono, ma posso assicurare che ci si diverte molto, faticando altrettanto. Ho riscontrato interesse e curiosità attorno alla nostra disciplina e abbiamo avuto un riscontro concreto da parte delle persone che sono venute a iscriversi. Un picco c'è stato dopo l'esibizione del nostro gruppo nel giorno dell'inaugurazione dell'attività sportiva della Fortitudo Monteporzio, il 14 settembre scorso». Ma di fatto, cos'è la pre-acrobatica? «Si potrebbe definire una "branca" della ginnastica artistica – specifica la Federici – in cui si effettuano soprattutto salti ed esercizi in volo. Insomma bisogna essere un po' spericolati caratterialmente – sorride la responsabile –, ma quello che mi preme sottolineare è che questa disciplina è adatta a tutti, senza nessun problema». In effetti non ci sono limiti d'età per iscriversi al corso e quindi tutti coloro che fossero interessati possono contattare la segreteria della Fortitudo Monteporzio presso il centro sportivo "Ranucci". «Facciamo due lezioni a settimana, il martedì e il venerdì, in orari serali (dalle 20,30 alle 22,30, ndr) per agevolare coloro che hanno impegni di studio e di lavoro. Lo scopo primario – prosegue la Federici – è stimolare tutti i muscoli del nostro corpo con tanto lavoro fisico associato, ci tengo ad evidenziarlo, al divertimento». Gli elementi più esperti e preparati del gruppo si cimenteranno anche in alcune gare federali.

Infine c'è da segnalare un'altra gustosa novità: la Fortitudo Monteporzio ha avviato anche un corso hip-hop per i bambini e i ragazzi dai 6 ai 16 anni. Per tutte le informazioni ci si può rivolgere alla segreteria del centro "Raniero Colucci" al numero di telefono 06/94341200.

[Read More](#)