

DISABILI All'AquaAniene il campionato di sincro per nuotatrici Down Le sirenette siamo noi

Una disciplina nata qui: le uniche atlete che la praticano sono italiane

Natalia Poggi

n.poggi@iltempo.it

■ Volteggiano e piroettano in acqua con la disinvoltura dei pesciolini. A precisi comandi s'inabissano e poi sveltano su con un braccio o una gamba tesa e lo sguardo fiero. Sono danzatrici acquatiche, sirenette, a soprattutto atlete, pardon nuotatrici sincronizzate. Bambine e ragazze affette dalla sindrome di Down che frequentano la piscina fin da piccole per le quali il sincro è stata una meravigliosa scoperta, fonte di gioia e grandi soddisfazioni. Sabato prossimo chi ha voglia di conoscere e applaudire queste fantastiche atlete può andare all'AquaAniene, in via della Moschea 130, dove alle 15,15 si svolgerà il III Campionato Sperimentale di Nuoto Sincronizzato per atlete down. La manifestazione, promossa dalla **ESDIF**,

è organizzata dal Progetto Filippide (associazione sportiva onlus della Capitale per ragazzi e ragazze con diverse disabilità). Sperimentale perché in Europa e nel mondo di nuotatrici sincronizzate con sindrome di Down non ce ne sono proprio. La disciplina è nata in Italia e le atlete, una ventina, sono tutte italiane. Le associazioni sono Assori Foggia, Ass. Chiavari, Ass Gargano 2000 e Progetto Filippide (con nove atlete).

Tutto partì tre anni fa da una scommessa: perché non insegnare il sincronizzato alle ragazze Down? Ad avere questa felice intuizione, alcune istruttrici di nuoto del progetto Filippide, già nazionali della disciplina, tra loro l'olimpionica (Sidney) Alessia Lucchini, laureata in

Scienze Motorie. Una scommessa stravinta: nel 2009 si svolsero in Puglia i primi campionati. E nella seconda edizione del 2010, furono proprio due atlete del Progetto Filippide, Arianna Sacripante e Livia Travia a salire sul primo gradino del podio nella specialità del doppio. A settembre del 2010, Livia e Arianna sono state invitate a Taiwan per esibirsi ai Campionati Mondiali di Nuoto per atleti con sindrome di Down. «Erano lì anche in veste di ambasciatrici delle Olimpiadi di Roma 2020 - dice orgogliosa la loro istruttrice Alessia Lucchini - Al loro ritorno sono state pure ricevute in Campidoglio dal Consiglio Comunale che ha voluto complimentarsi con loro». A scendere in acqua, sabato prossimo, oltre alle due fuoriclasse ci saranno anche Irene, Gabriela, Francesca, Benedetta, Camilla, Silvia, Laura.

Ma come si allena una squadra di ragazze con sindrome di Down? «Con serietà e l'impegno di tutte le altre - spiega la Lucchini - un'ora e mezza per allenamento, due, tre volte alla settimana. Siamo ospitate in diverse piscine a seconda dei giorni. All'AquaAniene, allo Stadio Flaminio e al Circolo delle Muse. L'obiettivo che noi istruttrici ci prefiggiamo è il nuoto sincronizzato vero e proprio». C'è qualche difficoltà nell'insegnamento? «Ci sono piccole variazioni nelle tecniche di apprendimento. Alcune atlete imparano guardando i movimenti, altre hanno invece bisogno della vicinanza in acqua. In generale l'apprendimento è un pochetto più lento. Insomma i tempi sono diversi, ma i risultati e gli obiettivi sono gli stessi di tutti

gli altri». Eppure ci sono ancora tanti pregiudizi sulle potenzialità di queste ragazze. «Tutte le atlete che frequentano i corsi sono abili nuotatrici. Per quanto riguarda il sincro hanno il senso del ritmo. Semmai qualche difficoltà a ricordarsi il balletto, a memorizzare le sequenze. Per questo ci siamo noi a bordo vasca a ricordargliele».

INFO

Novità

Sabato prossimo nella piscina dell'AquaAniene in via della Moschea 130, alle ore 15,15, si svolgerà il terzo Campionato Sperimentale di Nuoto Sincronizzato per ragazze affette dalla sindrome di Down. Organizzato da Progetto Filippide

