

DAL TERRITORIO

I nostri ragazzi? Atleti nati

Lo studio: testati 349 studenti bresciani tra gli 11 e i 12 anni

di FEDERICA PACELLA

- BRESCIA -

Giovani bresciani in forma e ben predisposti all'attività sportiva, ma nelle scuole sono poche le ore dedicate all'educazione fisica. La fotografia dello stato di salute ed efficienza fisica dei ragazzi bresciani arriva da un'indagine commissionata dall'assessorato alla scuola del Comune di Brescia all'Università degli studi (Laurea in scienze motorie). «Mancava a Brescia una ricerca così - spiega l'assessore Roberta Morelli - per poter guardare in prospettiva, potenziando le attività sportive scolastiche e non». Complessivamente sono stati valutati 349 ragazzi tra gli 11 ed i 12 anni, di cui 81 stranieri; ripartiti equamente tra maschi e femmine. Al campione è stato chiesto di effettuare una serie di test funzionali (camminata di 6 minuti, test navetta, salto in lungo da fermo); sono stati inoltre rilevati i parametri an-



tropometrici (peso, statura, indice di massa corporea) e sono stati somministrati dei questionari per capire le abitudini allo sport e le sensazioni determinate dallo svolgimento dell'attività fisica. Per quanto riguarda i

dati antropometrici, il confronto con un'indagine simile svolta nel 1986 rivela che, in 30 anni, la popolazione undicenne è cresciuta sia di peso che di statura di circa 3 unità, mantenendo quindi un indice di massa

corporea costante. Quanto alle capacità fisiche, i valori sono tutti mediamente buoni. In particolare, tra i ragazzi italiani si registrano valori più alti per ciò che riguarda la fitness aerobica, muscolare e la composizione corporea; le ragazze spiccano per la flessibilità, che va invece migliorata tra i coetanei. Il quadro globalmente positivo è confermato dagli esiti dei questionari, che indicano che i ragazzi vivono positivamente l'attività fisica e sportiva, anche quando praticata a li-

IL "SEGRETO"

La pratica sportiva è vissuta positivamente Anche ad alto livello

velli impegnativi. «Avere una fotografia della popolazione su cui si vuole intervenire - commenta Claudio Orizio, ordinario di Scienze dell'esercizio fisico e dello sport - è fondamentale per poter proporre poi l'attività fisica».

LA CURIOSITÀ SONO IL 21% DEL CAMPIONE. IL DATO PIÙ ALLARMANTE TRA LE RAGAZZE

E i giovani stranieri sovrappeso sono il doppio degli italiani

- BRESCIA -

Sovrappeso a 11 anni. Se la maggior parte dei giovanissimi bresciani risulta in forma, resta una quota non trascurabile che, invece, ha qualche chilo di troppo. L'indagine dell'Università di Brescia ha rilevato che il 15% dei ragazzi e l'11% delle ragazze è in sovrappeso, con un indice di massa corporea superiore alla soglia specifica per l'età (rispettivamente 22 e 23,6). In un ca-

so, una ragazza ha presentato un indice sopra i 30 ed è classificabile quindi come obesa. Analoghe considerazioni derivano dalla distribuzione della percentuale della massa grassa: circa il 20% di entrambi i sessi ha percentuali di grasso oltre il 30%. La situazione è peggiore tra gli stranieri. E' in sovrappeso ben il 27% delle ragazze, mentre per i ragazzi ci si ferma al 15% (dato simile a quello degli italiani). Per quanto riguarda la massa grassa, la percentuale risul-

ta maggiore del 30% nel 33% dei maschi e nel 36% delle femmine. Dati che aumentano la rilevanza del suggerimento che la stessa ricerca propone: incrementare l'attività fisica nelle istituzioni scolastiche per ridurre il più possibile l'abbandono dell'esercizio in età post-adolescenziale. «Noi abbiamo attivato tanti progetti in questo senso - commenta l'assessore Morelli - continueremo a farlo nel futuro, arricchendo di nuovi studi e contributi la ricerca nell'ambito dei sani stili di vita».



CULTURA IL LIBRO DI GATTA

Tina Belletti, la danza come ragione di vita

- BRESCIA -

BALLERINA classica, coreografa, maestra di danze per migliaia di ragazze che ha avviato all'arte di Tersicore. La lunga, intensa vita di Tina Belletti viene ripercorsa da Costanzo Gatta, giornalista e scrittore, in un libro ampiamente illustrato, "Tina Belletti. La danza nel cuore di tremila bresciane" (Gam editrice). Bresciana, classe 1912, morta a Milano a 94 anni: una esistenza in punta di piedi. Gli anni dello studio, dell'impegno, del sacrificio anche personale una volta presa la decisione di diventare ballerina classica. L'ascesa artistica, fino al successo sancito dalle esibizioni alla Scala di Milano.

LA DANZA come compagna di vita. Dal 1968 al '95, Tina dirige la sezione danza della "Forza&Costanza", la più importante scuola di balletto classico di Brescia, ospitata all'epoca nella palestra di via Cavallotti. E' un ambiente severo, da college inglese. Ci sono diverse classi e corsi, da quelli di preparazione a quelli di perfezionamento. Niente balli moderne, soltanto il classico, puro classico. Alla fine dei corsi il tradizionale saggio al Teatro Grande, articolato in tre o quattro serate per dare modo a tutte le numerose allieve di salire sul palcoscenico. Tina Belletti trascorre gli ultimi anni a Casa Verdi. Oggi riposa nel cimitero di Musocco.

G. Mor.

Piccoli Annunci

Per pubblicare gli annunci economici su

IL GIORNO

Il Resto del Carlino, La Nazione, Il Giorno rivolgersi a:

Speed

Per conoscere l'agenzia SPEED più vicina:

UFFICI E SPORTELLI:

MILANO: Tel. 02/29529111

Via Tadino, 30

Orario: 9,00-12,30/14-16,15

• SONDRIO

Tel. 0342 200380 - Via Nazario Sauro, 13

• BERGAMO:

Tel. 035/222100 - Via G. D'Alzano, 4/F

• LEGNANO:

Tel. 0331/594147 - C.so Magenta, 64

• COMO:

Tel. 031/3100885 - Via Petrarca, 31

• LECCO

Tel. 0341 357400 - Via Raffaello Sanzio, 21

• VARESE:

Tel. 0332/280281 - Via San Martino della Battaglia, 12

• MONZA:

Tel. 039/2301008 - Via C. Alberto, 5

Le date di pubblicazione sono da considerarsi indicative e non di rigore. Il numero minimo di parole è pari a 20. Tutte le tariffe sono disponibili presso gli sportelli. Tutta la piccola pubblicità andrà pagata anticipatamente al momento dell'ordine. L'informativa sulla privacy è visibile in internet all'indirizzo <http://annunci.quotidiano.net> (anche gli annunci sono pubblicati allo stesso indirizzo). Gli annunci di ricerca di personale devono alla legge n. 903 del 9/12/77

10

COMUNICAZIONI PERSONALI

A.A.A.A.A.A.A.A.A.A. GIUSSANO

Novità!!! bellissima orientale brava massaggi completi sensuali cell.3664256530

A.A.A.A.A.A.A.A. MILANO

Via Benaco...vicino corso Lodi Metro Tel. 3337175957 Orientale 25enne dolce, magra.

A.A.A.A.A. SESTO SAN GIOVANNI

Bella ragazza orientale 25enne affascinante, 4° misura, snella, vicino Sesto Rondò Metropolitana Cell.3662320610

A.A.A.A.A. SONDRIO

Asiatica 22enne, dolce, simpatica, carina. Massaggi speciali. Ambiente discreto, delizioso, pulito. Solo italiani Cell.3347368181

SEREGNO

Biondina formosa bella sexy... 5^ misura da sogno (Ambiente elegante riservato) Aria climatizzata Manuella 3881219902

TRANS Cinisello Balsamo Jasmine mora capelli lunghi occhi azzurri 1,75 4° misura abbondante a/p Cell.3276586744

11

MATRIMONIALI

CIAO Mi chiamo Giorgia 39enne impiegata biondina occhi azzurri allegra socievole discreta altruista vorrei conoscere uomo solare scopo serio 3926972802

SERVIZIO NECROLOGIE
2 semplici soluzioni per pubblicare il tuo annuncio

annunci.speweb.it

800.017.168

L'EVENTO IL 23 GIUGNO LA KERMESSE IN CITTÀ

Festa della Musica, ci siamo
Iscrizioni verso quota 500

- BRESCIA -

QUASI 500 ISCRITTI (480 per la precisione), per un numero di persone coinvolte che si aggira intorno ai 3500 musicisti e quasi 100 situazioni live in tutta la città, con palchi e altri spazi che ospiteranno le esibizioni. Sono questi i numeri provvisori e destinati a crescere (stanno arrivando ancora adesioni e nuove proposte di palchi) della Festa della Musica di Brescia 2018, l'evento organizzato sabato 23 giugno in tutta la città dall'Associazione Festa della Musica di Brescia con il patrocinio di Palazzo Loggia e il sostegno degli sponsor Fondazione ASM, Centrale del Latte di Brescia, AON e Brescia Mobilità. La Festa della Musica più grande d'Italia coinvolgerà anche quest'anno solisti, band, orchestre, cori e altri tipi di ensemble di tutti i generi musicali (dal pop alla classica, dal jazz al rock, dall'etno al funky, passando per il soul, l'elettronica, il folk, la musica da parata, il reggae, il metal e ogni altro genere immaginabile). I primi palchi si attiveranno a partire dalle 10 del mattino e proseguiranno sino a mezzanotte (con un prolungamento per la dance) trasformando Brescia in un grande strumento musicale vivo e multiforme.