

# Cosenza Nuoto: lavoro a secco e raccolta fondi

4 Aprile 2020



In un anno particolare, diventato surreale, dove qualsiasi settore rischia di collassare, anche lo sport agonistico e il tempo libero pagano dazio. La priorità è la salvaguardia della salute che deve prevalere su ogni altra cosa e dunque, la sanità ha bisogno di nuova linfa, di aiuti concreti per andare avanti e sostenere tutti nel migliore dei modi. In questa ottica le società sportive calabresi AQA Cosenza Nuoto, AQA Hipponion Vibo e Cosenza Pallanuoto hanno avviato una raccolta fondi a favore degli ospedali di Cosenza e Vibo Valentia.

“Abbiamo ritenuto giusto e doveroso fare qualcosa – osserva il presidente Francesco Manna – in un momento così difficile e delicato ed una raccolta fondi ci è sembrata la cosa migliore per sostenere la sanità calabrese”. Sul piano strettamente sportivo, in attesa che si torni alla normalità, AQA Cosenza Nuoto, AQA Hipponion Vibo e Cosenza Pallanuoto si sono organizzate per fronteggiare questa inimmaginabile situazione in modo da consentire ai propri tesserati, alle famiglie, agli utenti delle piscine di Cosenza e Vibo Valentia e in generale a chiunque, di mantenersi in forma fisica e mentale.

“Le società del nostro gruppo – continua il presidente Francesco Manna – si sono organizzate con delle lezioni in diretta su instagram: [cosenzanuotoofficial](https://www.instagram.com/cosenzanuotoofficial/), facendo fare

attraverso i nostri tecnici, del lavoro a secco nei vari settori, dai piccoli propaganda ai master. Ribadisco che i nostri allenamenti sono aperti non solo ai nostri tesserati o agli utenti che frequentavano le piscine da noi gestite ma a tutti coloro, senza distinzione, che vogliono aderire”.

In mancanza dell’acqua gli allenamenti vengono svolti a secco ed in una maniera semplice, utilizzando piccoli oggetti.

“Il lavoro a secco – spiega Francesco Manna – consiste nel fare gli esercizi con sedie, bottiglie, libri o tutto ciò possa fungere da pesi. In questo modo ci si mantiene in forma, impegnando il corpo e la mente, pur rimanendo a casa e rispettando le indicazioni governative”.

Altra iniziativa importante riguarda la sinergia tra le società del gruppo e il settore della regione Calabria per la TMA, la terapia multisistemica in acqua metodo Caputo Ippolito, per i bambini autistici. A spiegare l’iniziativa la coordinatrice della Regione Calabria.

” Non potendo svolgere il lavoro in piscina – sottolinea Annamaria Arena – organizzeremo in maniera sinergica dei percorsi di attività motoria semplici con materiale adeguato, in modo che i genitori possano guidare i bambini autistici da casa. Anche in questa fase non lasceremo famiglie e bambini da soli, seguendoli sia sotto l’aspetto psicologico che motorio”.

Cosenza Nuoto