

Sup all'alberghiero di Ladispoli si parte



LADISPOLI- Primo incontro, mercoledì 29 gennaio all'Istituto Alberghiero di Ladispoli, per il Progetto di Promozione del benessere psicofisico "Vivere il mare" coordinato dalla Prof.ssa Angela Di Sabatino e dedicato al Sup (Stand-Up Paddle), lo sport acquatico che da alcuni anni sta conquistando una crescente popolarità in Italia e nel mondo. "Avevo già provato durante lo scorso anno scolastico a sperimentare con alcuni studenti l'efficacia di un percorso che associasse lo sport alla natura – ha spiegato la Prof.ssa Di Sabatino – ottenendo risultati straordinari che mi hanno indotta a presentare ora un progetto più strutturato con la collaborazione di Roberta Mariani, Campionessa europea, Psicologa, Coach e Istruttrice dell'Associazione ASD Marina di Cerveteri – "Supfit", che opera sul litorale da più di dieci anni.

E basterebbe gettare lo sguardo sugli appunti scritti alla lavagna durante la prima lezione in aula per avere la certezza di un traguardo raggiunto. Cielo, sole, mare, calma, serenità: queste le parole-chiave suggerite dagli allievi della Quinta Turistica in associazione al termine Sup, e su tali aspetti si è articolata la riflessione, accanto naturalmente alle prime nozioni tecniche relative al nome e alla direzione dei venti, ma anche all'attrezzatura necessaria.

“Perché il Sup? – ha aggiunto la Prof.ssa Di Sabatino? – Per la sua versatilità e accessibilità, ma anche e soprattutto perché si propone immediatamente come strumento di un contatto diretto con l’ambiente marino, assicurando a tutti un benefico effetto di riduzione dello stress e di miglioramento del benessere psico-fisico. In altri termini – ha sottolineato la Prof.ssa Di Sabatino – il nostro obiettivo è quello di promuovere un’idea diversa di sport, basata soprattutto sul suo valore sociale, educativo e formativo: uno strumento insostituibile di crescita personale e di maturazione. In questo primo incontro – ha aggiunto la Prof.ssa Di Sabatino – la Dott.ssa Roberta Mariani ha focalizzato l’attenzione soprattutto sulle attese degli studenti in relazione all’attività progettuale che li vedrà protagonisti. Il risultato immediato? Gli allievi non vedono l’ora di sperimentare in acqua tutte le nozioni apprese!”