

SELEZIONE STAMPA
(A cura dell'Ufficio stampa Uisp)

16/03/2010

ARGOMENTI:

- L'inno rap dei mondiali di calcio 2010
- Calcio e mafia: in campo con la foto del presidente colpito da daspo per aver omaggiato l'amico mafioso
- Sport e salute: i rischi per gli atleti over 40
- Sport e inquinamento: le donne più sensibili allo smog
- Uisp sul territorio: successo a Orvieto per la tappa di Giocagin; a Brescia corsi di chitarra, filosofia e fotografia (2 pagg.)

K'naan, ex bambino soldato, ora rifugiato
interpreterà la canzone per Sudafrica 2010

“Ecco il mio inno rap per i Mondiali di calcio”

GIUSEPPE VIDETTI

E toccato proprio a lui, che non è tifoso ma rapper, girare il mondo con il Fifa World Trophy Tour. K'naan (Keinan Abdi Warsame), rapper somalo rifugiato in Canada, si esibisce mentre i tifosi sfilano davanti al trofeo, il Santo Graal del calcio: solo i campioni del mondo possono toccarlo e quest'anno finirà nelle mani della nazionale vincitrice di Sudafrica 2010 (dall'11 giugno all'11 luglio). La Coca-Cola, cui la Fifa ha affidato la gestione del tour a impatto zero, ha scelto l'artista giusto per l'inno del mondiale africano che verrà ascoltato e cantato in 150 paesi. «Ma questa canzone, Wavin' flag, l'ho voluta io stesso», precisa l'artista trentunenne, che parlò con la madre da Mogadiscio quando aveva 14 anni per sfuggire alle violenze della guerra civile, dopo anni di orrore che fanno sembrare idilliaca persino l'infanzia di 50 Cent. Per l'occasione ne ha inciso una nuova versione, molto più efficace eritmata di quella dell'album *Troubadour*. «Di calcio non capisco granché, ma sono consapevole del potere che ha questo sport, di quello che significa per i giovani africani. Così ho trasformato Wavin' flag (Bandiera che sventola), all'origine un brano acustico, in un inno che rimarrà scolpito nella memoria dei tifosi». Questa volta non sarà solo un tormentone come «La copa de la vida» di Ricky Martin, che infiammò gli stadi ai mondiali del '98. Perché di spensierato nella vita di K'naan, poeta e rapper militante che si è fatto conoscere dopo la pubblicazione di *The dusty foot philosopher* (2006), non c'è proprio nulla. A meno che qualcuno non trovi romantica la storia di un bambino che a otto anni imbraccia un AK-47 e a undici fa saltare la scuola con una granata esplosa accidentalmente. «Ma la Somalia è anche il paese dei poeti», sospira K'naan, «guerra e poesia, questi sono gli estremi della mia terra. Poeta era anch'io nonno Haji Mohamed, mentre mia zia era la famosa cantante Magool. Sono diventato rapper perché questa è l'unica arte che asseconda la mia urgenza di raccontare, di fare il cronista in musica».

Niente Backstreet Boys nella colonna sonora della sua adolescenza, solo grida, spari, esplosioni. E i rap americani che suo padre, già esule, gli spediva da New York; i ragazzini ascoltavano in strada scandendo il ritmo con le pietre che usavano come proiettili. «Non capivamo una parola di quel che dicevano, ma "Paid in full" di Eric B. & Rakim mi fece intuire che quella era la mia strada — e in realtà è stata la mia salvezza. Spavaldi e incoscienti come tutti gli adolescenti, anche io e i miei amici volevamo far parte di quella guerra. Ricordo la volta che entrammo in un supermercato semibombardato a fare razzie. Non sapevo bene cosa prendere, così optai per una bella specchiera da portare a mia madre. Lei, quando la vide, mi guardò inorridita. "Riportala dove l'hai presa", ordinò. "Mamma, è pericolosissimo". "Non più pericoloso di quando l'hai rubata". Così tornai indietro». Mail peggio doveva ancora venire, perché «per tanti ragazzi la guerra è una droga». Aveva 14 anni quando, insieme a tre amici, fu inseguito dai militari per i vicoli di Mogadiscio. Era armato, ma non in grado di affrontare i professionisti della guerriglia urbana. Dei quattro, K'naan fu l'unico a schivare le pallottole. La situazione diventò drammatica, sua madre sfidava quotidianamente il coprifuoco per implorare un visto all'ambasciata americana. Un rifiuto dopo l'altro, «poi il miracolo, proprio il giorno prima che la sede diplomatica di Mogadiscio venisse chiusa. Quella fu la prima volta che incominciai ad apprezzare il valore della vita», racconta K'naan. «A New York non sapevo una parola d'inglese, ma le spalle erano più leggere, potevo quasi volare. E di fatti volammo verso Toronto, ospiti della comunità somala, che lì è numerosa. Co-

sì finii nella schiera degli invisibili, quelli che la città tiene ai margini, i musulmani che dopo l'11 settembre il Canada avrebbe volentieri cancellato dal proprio territorio. Da una grande guerra, alla piccola guerra dei quartieri poveri, al bulismo prodotto dall'ignoranza, alla delinquenza del ghetto».

Le parole di K'naan fanno breccia nel cuore dei ragazzi, anche canadesi e americani, in quel diffuso sentimento anti-Bush di fine decennio. «Venivano da me e mi ringraziavano: ci hai aiutati a capire, dicevano». In Canada diventa un culto, negli Usa *Rolling Stone* lo indica come uno dei pochi emergenti degni di nota, con lui vogliono incidere Metallica, Keane e Mary J. Blige; cinquanta star canadesi eseguono una versione di Wavin' flag per il progetto «Young artists for Haiti». K'naan non ha più bisogno del kalashnikov spara con le parole: «Non capisco perché abbia fatto tanto scalpore la mia dichiarazione sui pirati delle coste somale. La mia opinione è che gruppi di pescatori si siano organizzati per impedire a industrie private di liberare scorie tossiche e/o nucleari nell'Oceano Indiano. Come reagirebbe l'Italia se, approfittando del caos politico, qualcuno cercasse di trasformare l'Adriatico nella discarica del pianeta?».

© R. PRODUZIONE RISERVATA

LA REPUBBLICA

16-03-2010

In campo l'omaggio all'amico del mafioso

AGRIGENTO — Squalificato e allontanato da tutti gli stadi d'Italia si è rifatto vivo domenica scorsa per iniziativa dei suoi giocatori che sono scesi in campo indossando delle strane casacche. Sulle magliette al posto dello sponsor c'era una foto di Gioacchino Sferazza, l'ex patron dell'Akragas che sei mesi fa pensò bene di dedicare una vittoria della sua squadra «all'amico fraterno» e capomafia di Palma di Montechiaro Nicola Ribisi, arrestato qualche giorno prima. Dichiarazioni che non passarono inosservate e che gli costarono oltre alla squalifica anche un Daspo (cioè il divieto di accedere a tutte le manifestazioni sportive) di cinque anni per la prima volta applicato non ad un ultrà ma al presidente di una società di calcio. Ora a finire nell'occhio del ciclone è tutta la sua squadra che milita nel campionato di Eccellenza e che forse ha pensato di esternare in questo modo solidarietà al presidente squalificato. Ma giocatori e allenatore non parlano e dunque non si capisce a chi è venuta l'idea di quelle magliette. In compenso parla proprio Gioacchino Sferazza, che con tono di sfida fa capire che la squadra

è ancora sua perché i soldi ce li mette lui. «Forse — spiega l'ex patron — non vedendomi né in panchina né sugli spalti almeno i giocatori mi vogliono vedere sulle magliette. Non capisco cosa ci sia di male». Chiaramente si tratta di una provocazione che potrebbe avere altre conseguenze per la squadra e per lo stesso Sferazza. La segnalazione è stata inviata al giudice sportivo mentre la polizia ha informato la procura di Agrigento che ha già aperto un altro fascicolo. «Al di là dell'inchiesta e del possibile reato — commenta amareggiato il procuratore di Agrigento, Renato Di Natale — si tratta di un gesto insopportabile di malcostume. Sicuramente la conferma che in questa città c'è ancora molta strada da fare per far crescere la cultura delle regole e della

La foto

Sulle magliette della squadra la fotografia dell'ex patron, che dedicò una vittoria al mafioso da poco arrestato



legalità. Pensavano che dopo i provvedimenti nei suoi confronti il presidente Sferazza avesse capito la lezione. E invece siamo al punto di prima. Comunque per quel che ci riguarda saremo inflessibili e soprattutto valuteremo se si tratta di un'iniziativa spontanea della squadra o se è stata ispirata da altri». C'è infatti più di un sospetto che ad organizzare il tutto sia stato proprio Sferazza sfidando gli organi di polizia e la giustizia sportiva. Da mesi ha ormai ingaggiato un braccio di ferro col questore di Agrigento, Girolamo Di Pazio, che è stato inflessibile dopo le sue dichiarazioni in favore del «fraterno amico Nicola Ribisi». Da parte sua l'ex patron dell'Akragas avrebbe vissuto la squalifica e il Daspo come una sorta di oltraggio. E sicuramente non si è mai rassegnato all'idea di stare lontano dai campi di calcio. Ogni domenica se le inventa tutte pur di riuscire comunque a vedere la partita. In molti casi appollaiato sul balcone di qualche palazzo da dove si riesce a vedere lo stadio o addirittura servendosi di gru mobili.

Alfio Sciacca

© RIPRODUZIONE RISERVATA

CORRIERE della SERA

16-03-2010

Over 40 Tutti atleti ma ad alto rischio

MAURIZIO RICCI

Di tutto il gruppo di amici con i quali ho cominciato a correre, negli anni '80, a sgambettare, con qualche regolarità, su e giù per i viali romani di Villa Pamphili o dell'Acqua Acetosa siamo rimasti in due: io e Paolo. Forse perché i più vecchi e i più lenti. Dario e Eugenio, tendine d'Achille; Roberto, ginocchio; Marco, ernia del disco; Angelo, ginocchio. Tre su cinque sono finiti anche sotto i ferri del chirurgo. Un'ecatombe. "Lo sport fa male", borbotta il fisioterapista Franco, mentre stira, per l'ennesima volta, un'articolazione rattrappita. Naturalmente, non è assolutamente vero che lo sport faccia male e Franco è il primo a saperlo e a dirlo. Uno studio scientifico dopo l'altro dimostra che una vita attiva diminuisce fra il 50 e l'80 per cento il rischio di un attacco cardiaco.

Anzi, l'elenco che l'attività fisica aiuta a prevenire è molto più lungo: infarto, cancro, diabete, malattie del fegato e dei reni, osteoporosi e anche disturbi cerebrali come l'Alzheimer e la depressione. Senza contare l'impagabile effetto anti-stress, quella meravigliosa sensazione che, dopo un'ora di corsa, una sgambata in bicicletta, un po' di scambi ben tirati a tennis vi fa sentire i muscoli incordati e la mente sgombra. Il rischio è proprio l'opposto: in quella quota sedentaria di italiani — il 41 per cento e in crescita costante — che non muove mai neanche un muscolo, con grave pregiudizio della salute futura.

Eppure, la battuta di Franco coglie nel segno. Il problema è la particolare interpretazione che, dello sport, dà una larga fetta di quel 30 per cento di italiani che, regolarmente o saltuariamente, si muove. È una interpretazione che non dovrebbe stupire chi, dopo tanti anni, ha imparato a conoscerli. I baby boomers — la generazione del '68 e del '77, degli anni Ottanta "da bere", dell'ansia da consumo elettronico — non si smentiscono mai. E lo sport d'ogni giorno, in Italia, è in larga misura, affar loro.

Al Censis risultano un milione e mezzo di praticanti di calcio, due milioni, rispettivamente, per l'atletica leggera e il ciclismo, un milione per il tennis. Più o meno, il 30 per cento di questi praticanti ha più di 45 anni. Ma questo ci dice ancora poco. Non ci interessa un'attività occasionale, ma lo sport, praticato con impegno e regolarità. E allora, guardiamo i dati del Coni: inumeri sono più piccoli, ma più significativi. Perché chi si iscrive ad una federazione fa sport sul serio. Per fare un torneo ufficiale di tennis (quelli che danno classifica) bisogna essere iscritti alla Fit. Per fare una corsa a piedi, o in bicicletta, con tanto di numero di gara e cronometristi, bisogna essere iscritti alla Fidal o alla Fci. Ed ecco avanzare i baby boomers.

La Federazione dell'atletica leggera è quella delle grandi leggende olimpiche, la federazione di Usain Bolt o di Jonathan Edwards: la gioventù alla massima potenza. Ma un quarto dei 160 mila iscritti alla Fidal ha più di 45 anni. Nella corsa su strada anche di più. Gianni Giacinti, che ne presiede una, la Rcf, valuta che, nelle società podistiche, il 60-65 per cento degli iscritti viaggia sopra i 45 anni. Alla Federazione ciclistica, 15 mila iscritti su 40 mila sono a ridosso dei 50 o oltre. Alla Federazione tennis, su 229 mila iscritti, un quarto ha più di 50 anni e un altro 17 per cento ha superato i 40. Mentre i figli si ammucchiano davanti alle playstation, i padri affollano piste, strade, campi, ansiosi di competere e gareg-

giare. Lo sport italiano, lo sport popolare, dimassa o, come si dice, "di base", ha i capelli grigi.

Sotto quei capelli grigi, c'è una generazione che, di regola, sprema le proprie passioni fino all'ultima goccia. «Il motto è: domenica non mi risparmio» dice Daniele Pierobon, titolare di uno studio di fisioterapia, a ridosso di Villa Pamphili. Il 30-40 per cento dei suoi pazienti ha superato i 45 anni. «Vengono con dolori da sovraccarico: tendine rotulee, tendine d'Achille, ginocchio, lombosacrale. Però non si fermano mai. Se proprio non mi blocco, dicono, dal dottore non ci vado». Perché interrompere l'allenamento è una resa, una sconfitta. E l'impegno è serio. Un corridore "amatore" che sta preparando una gara (e, di solito, sta sempre preparando una gara) si allena 4-5 volte a settimana. Un giorno, fa tre volte 3 chilometri. Un altro, 10 volte 500 metri. Il terzo giorno 10-12 chilometri a ritmo gara. E, infine, il "lungo": se ha in programma una maratona, anche 28 chilometri. «Sono ritmi severi, paragonabili a quelli degli atleti veri e propri», osserva Claudio Gallozzi, specialista in medicina dello sport. In effetti, velocità e risultati sono diversi, ma, in linea di principio, questo è quello che fanno campioni come Bekele e Baldini. Ed è l'orgoglio di fare "quello che fa Baldini" e di correre, come lui, i 42 chilometri e rotti della maratona che spinge il corridore.

«Il problema — osserva Pierobon — è che un atleta è come una macchina di Formula Uno: se anche una piccola cosa si inceppa, interviene una squadra di massaggiatori, fisioterapisti, medici, radiologi. L'amatore, invece, si arrangia e tira finché può». Nell'interpretazione vitalistica del baby boomer, del resto, lo sport è una sorta di corrispettivo diurno del Viagra serale: la prova, quotidianamente ripetuta, della propria capacità, della propria forza. Non proprio della sua immortalità, ma, almeno, di una efficienza permanente, immutabile. «Non si rendono conto — dice Pierobon — che, con l'età, aumenta fisiologicamente anche la rigidità. Se, l'anno scorso, facevo ad un certo ritmo 3 chilometri, può darsi che, quest'anno, abbia birra, a quella velocità, solo per 2. Ma io ne corro tre lo stesso. E mi rompo».

Dal punto di vista medico, questo sportivo attempato è, probabilmente, un inedito. Un atleta si sottopone, normalmente, alla sua dieta severa di allenamenti per i 10-15 anni della carriera agonistica. L'amatore, anche per 30 e oltre. Secondo Gallozzi, tuttavia, questo non è il problema. «L'usura — dice — è un fattore soprattutto individuale. Determinante, piuttosto, per un corridore, è la superficie su cui si allena: sterato, pista, erba, asfalto». La

questione vera, per Gallozzi, è un'altra. «Ed è un fatto, soprattutto, culturale. Molti di loro cominciano tardi, verso i 50 anni. E dovrebbero preoccuparsi di adattare il loro fisico all'impegno cui si sottopongono. Invece, pretendono di fare la maratona in 2-3 anni. Scaricano le tabelle di allenamento da Internet e via. Ci vorrebbero prudenza e buon senso».

Gallozzi si occupa di ossa e muscoli. Ma la questione dell'adattamento di chi comincia tardi è anche più seria. «Corsa e ciclismo — dice Pino D'Amico, cardiologo e medico sportivo — sono attività ad alto impegno dal punto di vista cardiovascolare. Se non sono ben modulate, sono guai». Guai veri: statisticamente, ogni anno, su mille corridori si registrano 2,5 "morti improvvise". Ma, anche se l'infarto non arriva, «tutti corrono grossi rischi, se i carichi di allenamento sono troppo elevati». Chi si iscrive ad una federazione, si sottopone ad una visita medica di controllo, che ne accerta l'idoneità fisica. «Ma questo — osserva D'Amico — è solo un passaggio iniziale». Il fatto che posso correre, non significa anche che posso fare 3 volte i 3 mila a 4 minuti a chilometro, anziché 5. «La fase due è prendere quella tabella scaricata da Internet e confrontarla con il proprio dottore, per vedere se me la posso permettere».

«L'adattamento cardiovascolare, a 50 anni, infatti, non è facile. Anzitutto — continua D'Amico — a quell'età è frequente che ci siano precondizioni di rischio: pressione, glicemia eccetera. In secondo luogo, impegnando il cuore ad alta intensità c'è il pericolo che il cuore si adatti, ma in modo patologico. Invece di allungarsi, mantenendo inalterata la cavità interna, è facile che il sovraesercizio fisico ispessisca, invece, il muscolo: da 10-11 millimetri anche a 13-14. Il muscolo si ispessisce, riducendo la cavità interna e la pompa funziona meno».

Ascoltando Gallozzi e Pierobon si capisce perché molti baby boomers, con il tempo, abbiano deciso di passare dalla corsa alla bicicletta, meno impegnativa per ossa e articolazioni. Ma, sentendo D'Amico, si capisce anche che, al fondo, il problema è un altro. Chiamiamola "ansia da prestazione". E qui, soprattutto per gli sportivi della bicicletta, si nascondono insidie anche maggiori. Dati non ce ne sono, ma, secondo gli esperti, circolano, ai margini delle corse, più confezioni di integratori (quelli del doping) di quanti giustificerebbe anche la platea potenziale degli atleti veri e propri. La capacità di fermarsi quando bisogna, lo sapevamo già, non è un tratto caratteristico dei baby boomers.

la REPUBBLICA
15-03-2010

**DONNE E SPORT ALL'ARIA APERTA
"SONO PIÙ SENSIBILI ALLO SMOG"**

L'aria inquinata decisamente non giova alla salute di nessuno e colpisce in modo più grave bambini e adolescenti. Ma adesso uno studio americano, condotto da Linsey Marr, ingegnere civile e ambientale della Virginia Tech, Stati Uniti, chiama in causa anche le donne. Il ricercatore, basandosi sull'evidente calo di prestazioni delle maratone, ha scoperto che queste, molto più dei colleghi uomini, risentono dello smog al punto che i tempi di percorrenza della loro gara ne sarebbero pericolosamente condizionati. La ricerca ha esaminato sette maratone avvenute in un periodo di ventotto anni, ne ha analizzato i tempi, le condizioni climatico-meteorologiche, le alte temperature e le concentrazioni degli inquinanti atmosferici presenti nell'aria. Sono stati confrontati i tempi dei primi tre classificati, maschi e femmine, con il record imbattuto della pista e con i relativi livelli di inquinanti atmosferici. Risultato, le elevate concentrazioni di polveri sottili nell'aria hanno coinciso con prestazioni femminili scadenti, viceversa le prove maschili non ne sarebbero state influenzate. La differenza, secondo Linsey

Marr, sta nella trachea femminile più piccola rispetto a quella dei maschi. Le polveri sottili si accumulano più facilmente e inducono una irritazione maggiore.

«Sebbene le concentrazioni degli inquinanti durante le maratone non hanno superato quasi mai i valori nazionali standard — spiega Marr che ha lavorato insieme ad un fisiologo dello US Army Research Institute of Environmental Medicine, Matteo Ely — le performances delle donne ne sono state in ogni caso influenzate».

Le maratone esaminate si sono svolte in città note per gli alti livelli di inquinamento come Boston, New York e Los Angeles. Ricerche antecedenti a questa, pubblicata sulla rivista ufficiale dell'American College of Sports Medicine, hanno evidenziato che i maratoneti durante la gara inspirano ed espirano quasi lo stesso quantitativo di aria inalato in ben due giorni da una persona sedentaria. Chi corre è più esposto agli inquinanti rispetto a chi respira normalmente. Però più che l'ozono e gli altri inquinanti, sembra essere il particolato, proveniente dai gas di scarico delle auto, a rendere l'aria irrespirabile e nociva.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

la REPUBBLICA
16-03-2010



Orvieto Sport .it

notizia dallo sport orvietano

Grande successo al Mancinelli per Giocagin

[Mara Monachino](#)

15 marzo 2010

News2



No Comment

[Stampa Articolo](#)

[Email This Post](#)

L'evento dell'Uisp che unisce sport e solidarietà conferma il suo appeal tra gli orvietani

Un teatro Mancinelli ai limiti del tutto esaurito ha accolto plaudente l'undicesima edizione di Giocagin, un classico fra le manifestazioni nazionali Uisp che unisce sport e solidarietà, esibizioni di qualità e tanto divertimento. Protagonisti dei due spettacoli – uno nella serata di sabato 13 e l'altro nel pomeriggio di domenica 14 marzo – sono stati i tanti atleti, grandi e piccini, che si sono messi alla prova nelle molteplici discipline della grande famiglia delle ginnastiche e della danza. Protagonista insieme a loro anche il pubblico che, come ormai accade da alcuni anni, ha risposto in massa all'appello di solidarietà. Come nella migliore tradizione infatti, i fondi raccolti tramite l'acquisto dei biglietti d'ingresso saranno devoluti ai progetti "Giochi in Rete" della Ong dell'Uisp Peace Games e "Ricostruire l'infanzia" dell'Unicef, che riguardano rispettivamente i bambini della Bosnia Herzegovina e della Palestina.

Sul palco si sono susseguiti i rappresentanti di ben 13 realtà associative del territorio orvietano, con circa 400 atleti: Centro Fitness Uisp, Area 51, Uisp Scherma Orvieto, Laboratorio Teatro animazione, Harmonia, Perseide, Daniel Danza 2000, Kynesis, Scarpette Rosse, New Art School, Dinamic Line, Vertycal, Imperial. Esilaranti gli intermezzi di alcuni fra gli iscritti ai corsi della "Grande età", che con estrema ironia hanno dato dimostrazione di come lo sport sia fonte di aggregazione e di stile di vita sano a tutte le età.

A guidare lo spettacolo, nei panni di presentatore, è stato l'attore Gianluca Foresi, a lui è toccato il compito, peraltro assai apprezzato da tutti, di tirare le fila delle varie esibizioni, con quell'umorismo e quell'arguta improvvisazione che gli competono.

Soddisfazione del locale comitato Uisp di Orvieto, che ha curato egregiamente l'intera organizzazione, grazie ad uno staff, fatto in gran parte di volontari, che si sono messi ancora una volta al servizio della solidarietà, come ha ricordato nel suo intervento il presidente Fabrizia Mencarelli. A

portare il saluto dell'amministrazione comunale si sono alternati l'assessore al turismo Marco Sciarra, presente al primo spettacolo, e il sindaco Antonio Concina, nel pomeriggio di domenica.

Ringraziamenti da parte degli organizzatori vanno, oltre ovviamente a tutti i partecipanti e agli spettatori, alle istituzioni che hanno patrocinato Giocagin – Comune di Orvieto, Provincia di Terni, Regione Umbria e Associazione Te.Ma. – e agli sponsor Cassa di Risparmio di Orvieto, Professional Training – Formazione Professionale, Compass Multimedia di Massimo Morri, Macelleria Doriana Rellini, La Dolceria di Enio Spallaccia, Gemme & Gioielli di Giuseppe Pepere, "Quick Service Foto" di E. Mariani, Foto Video Mancini.

[la fotogallery dell'evento](#)

SHARE

Vota per primo [?]

Ai nostri lettori è piaciuto anche:

- [Tecnocaravan caparbia e tenace, ma non basta](#)
- [Vota la squadra orvietana del 2009](#)
- [Montevarchi – Orvietana: quasi uno spareggio](#)
- [Maria Vittoria Scurti, quando il volley è passione, vita, divertimento](#)

Questo post è stato letto: 141 volte



Home Cronaca

Chitarra, filosofia e fotografia L'Uisp ne ha per tutti i gusti

LA PROPOSTA. Il Circolo offre tre corsi per gli appassionati, l'offerta è valida anche per chi non è socio «Teorie e immagini della ragione» a cominciare da questa sera sotto la guida di Franco Manni e al costo totale di 70 euro

15/03/2010

- A +

Riflettere, inventandosi una melodia, magari davanti al fermo immagine di un attimo che conta: Platone o Nietzsche come mentori, lo spartito del compositore preferito davanti, la macchina fotografica sul tavolo. Basta saperle masticare un po': filosofia, musica e fotografia. Ed è proprio per chi volesse avvicinarsi a queste tre forme d'arte tanto indipendenti quanto intersecabili, che il circolo Uisp di via Maggi in città organizza altrettanti corsi ad hoc per i prossimi mesi. Non per inventarsi professionisti, ma per mettersi alla prova e confrontarsi con una passione, un talento, o il semplice desiderio di imparare.

Si comincia con le note, o meglio, con la chitarra. Per imparare a strimpellarla in previsione delle serate estive con gli amici, o anche solo per ripassare nozioni arrugginite da tempo.

Per conoscere ed esplorare la musica, e divertirsi in compagnia, è cominciato il 4 marzo il corso dedicato ai «Primi passi con la chitarra»: 11 lezioni per un totale di 16 ore, ogni giovedì dalle 18 alle 19.30 nella sede Uisp.

EDIZIONE SERALE, invece, per il corso di filosofia, che aprirà i battenti proprio oggi: 10 gli incontri in programma, tutti i lunedì, dalle 20.45 alle 22.45, per una spesa di 70 euro, a cui si aggiunge la tessera Uisp.

«Teorie e immagini della ragione» è il filo conduttore delle lezioni, condotte dal docente Franco Manni, che si svilupperanno secondo un percorso preciso: ragione, verità, errore; sensi e ragione; ragione pratica e ragione teoretica; ragione e tradizione; ragione individuale e ragione interpersonale. Un approccio immediato quindi, per trasferire i concetti della filosofia storica e moderna nella vita quotidiana, individuale e sociale.

Dopo l'allenamento delle dita sulla scia del pentagramma, e la ginnastica della mente sul tappeto delle citazioni che hanno fatto la storia, non potevano mancare le immagini: scatti inediti per immortalare momenti speciali. Ma quale la luce giusta? Come regolarla? E i flash?

PER AVVICINARSI O perfezionare l'arte fotografica, il circolo Uisp propone un corso di fotografia, proprio per acquisire una preparazione di base sulle tecniche principali di ripresa e sull'utilizzo delle apparecchiature, rivolto, quindi, sia ai principianti sia a chi desidera affinare le proprie nozioni. Due ore la durata delle lezioni settimanali, ogni lunedì dalle 20 alle 22, per un totale di otto settimane più una prova in esterna da concordare, al costo di 110 euro.

Sotto la regia di Alessandro Rizzi, gli incontri toccheranno svariati aspetti di questa disciplina: fotografia analogica e digitale; tipi di macchine fotografiche, struttura e funzionamento, composizione dell'immagine; obiettivi e focali; la luce, misurazione e dosaggio, Ev, luminosità; coppia tempo-diaframma, sensibilità e uso dell'esposimetro; caratteristiche dell'immagine digitale; compressione e formati; ingrandimento, aliasing e rumore; accessori, filtri, flash. Già fissato il calendario degli incontri: 12, 19, 26 aprile e 3, 10, 17, 24, 31 maggio 2010.

Per informazioni ed iscrizioni sui corsi è possibile chiamare il numero 030. 47191, dalle 15 alle 19.

Mara Rodella

Mara Rodella



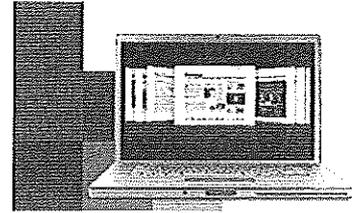
Anche i corsi di chitarra tra le iniziative programmate dal circolo dell'Uisp di via Maggi in città

FOTOGALLERY

Tutte le foto



Premiati i deportati e internati



CON BRESCIAOGGI.IT
SIAMO TUTTI UNA
GRANDE COMMUNITY.

PIÙ VISTI

1. Abusi su baby calciatori arrestato un ...
2. Abusi sui minori, in cella 25enne ...
3. Carte di credito, Beccalossi furiosa «Se ...
4. Ragazze aggredite in bagno In cella ...



**ISTITUTO
SANTA MARIA
DEGLI ANGELI**

MADRI ORSOLINE

*... per un'azione formativa
e pedagogica che si ispira
al Vangelo e ai principi
educativi di S. Angela Merici*



Annunci

Occasioni su
AutoScout24:
235.000 annu
online. C'è la
auto.
www.autoscout24.it

Laurea on line
Ti vuoi laureare
non puoi
frequentare? (info!
www.uniecampus.it

Nuovo Doblò
Da € 13.900 +
finanziamento
tasso zero e
anticipo zero.
www.fiatdoblò.it

Hotel a Napo
€72
La qualità Best
Western al mi
prezzo: Scopri
l'Offerta!
www.BestWestern.it

Annunci Premium Publisher Network



Hotel a Napoli da €72
La qualità Best Western al miglior prezzo: Scopri l'Offerta!
www.BestWestern.it



Parla di alcol con i tuoi
Si può fare. Basta trovare le parole giuste.