

VareseNews

101 anni e fa ginnastica al Parco Alto Milanese

Pubblicato: Venerdì 11 Settembre 2009



Si è concluso questa mattina il corso di ginnastica a cielo aperto al Parco Alto Milanese dedicato a tutte le persone anziane della zona che, quest'anno, hanno partecipato numerose toccando le **200 presenze**. La ginnastica a cielo aperto conclude la sua ottava edizione con un successo che cresce di anno in anno e con una centenaria, **nonna Regina** (nella foto a sin.) di **101 anni** per l'esattezza, che ha fatto da mascotte e non solo visto che ha preso parte attiva agli esercizi alla sua veneranda età. Attivissima, nonna Regina, è conosciuta da tutti, gioca a carte regolarmente e chiacchera amabilmente con i "giovannotti" di 80 anni che stanno con lei alla **Casa di riposo Accorsi di Legnano**.

Da 8 anni il consorzio del parco, guidato da **Luca Rossi**, e la cooperativa Totem di **Stefano Bottelli** portano avanti un'iniziativa che permette agli anziani di poter stare all'aria aperta per fare movimento, poco o tanto che sia, e per passare qualche ora in compagnia alla Baytina, il bar del parco. Quest'anno l'iniziativa ha visto la partecipazione di ben cinque case di riposo della zona tra Busto Arsizio, Castellanza e Legnano che sono, poi, i tre comuni che condividono il parco, ormai unico polmone verde della zona.

Grazie alle condizioni atmosferiche favorevoli le lezioni di ginnastica si sono svolte da metà giugno a metà settembre e l'ultimo appuntamento di oggi è stato l'occasione per salutarsi e fare i discorsi finali



con la promessa di continuare in questa direzione anche per i prossimi anni. Gli **"atletici nonnetti"** (nella foto a destra) hanno portato all'attenzione di Luca Rossi le migliorie da apportare per fare in modo che la ginnastica sia più agevole e **hanno chiesto che un'area precisa del parco venisse dedicata alla ginnastica**, magari facendo crescere un po' più d'erba e vietando ai cani e rispettivi padroni di lasciare ricordini laddove si svolgono gli esercizi. Da parte del presidente Rossi e di Stefano Bottelli sono piovuti i complimenti ai partecipanti e a tutte le persone che

hanno collaborato per organizzare gli esercizi e accompagnare gli anziani. Unica assente, questa mattina, era proprio nonna Regina che è rimasta alla casa di riposo ma ha promesso che l'anno prossimo non mancherà per ricominciare a fare del sano movimento per il quale, lei ne è la prova, non c'è un limite di età.

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it