

## **GRUPPO GINNICO FEMMINILE**

### **Breve istoriato**

Il Gruppo Ginnico Femminile GGF è stato fondato nel 1981 ed ha lo scopo di promuovere l'attività fisica e di mantenersi in forma.

Per migliorare e mantenere la propria condizione fisica in uno stato ottimale, una volta alla settimana, una quarantina di donne domiciliate nel nostro comune sotto l'abile guida di un/a monitore/trice si riunivano per praticare attività sportive.

In un primo tempo le Autorità comunali hanno messo gentilmente a disposizione il locale situato sotto la cancelleria poi la nostra attività si è trasferita nella palestra comunale.

Una tassa sociale di Fr. 30.— annua, era riscossa per far fronte alle diverse spese.

Soci fondatori e presidenti:

- Solcà Valeria
- Bianchi Nirvana
- Bergomi-Veri Carmela
- Mottini Livia

Monitori: Sala-Bernasconi Mariella  
Giovanni Ragonesi  
Cristina Borner ( per ben 22 anni – fino 2003)

### **Oggi:**

Sotto la guida di un'esperta monitrice, pratichiamo una ginnastica adatta a tutte le donne di ogni età e condizione fisica, come ad esempio tonificazione gambe, glutei, addominali, ecc. .

Una trentina di socie partecipano alle attività proposte.

Le attività si svolgono:

il GIOVEDÌ' dalle 20.30 alle 21.30 , seguendo il calendario scolastico alla palestra comunale (sempre messa gentilmente a disposizione dal Municipio),

il MARTEDÌ' dalle 09.00 alle 10.00 al campo sportivo per una camminata all'aperto.

Tassa sociale annua: Fr. 50.—

Chi desiderasse partecipare può presentarsi il giovedì sera in palestra.

Attività marginali: Assemblea annuale con cena sociale  
Panettonata natalizia  
Cena di fine stagione (giugno)  
Uscita di un giorno con racchette da neve o altro.

Monitrice: Carla Scotti

Comitato:  
Presidente: Carla Tela (dal 1991)  
Vice-presidente: Carla Scotti  
Cassiera: Flavia Solcà  
Membri: Carla Riva  
Carla Bernaschina

Revisori: Nelly Solcà  
Carmela Gaffuri

