

# SaronnoNews

## Nashat: “Balliamo on line, la zona rossa non ci ferma”

Damiano Franzetti · Wednesday, March 24th, 2021

«La zona rossa? Non ci spaventa. Sapevamo che non avremmo potuto garantire un anno di lezioni in presenza, così fin da settembre abbiamo puntato tutto sull'on line». **Ileana Maccari, anima dell'asd Nashat**, racconta l'impatto dell'asd con il nuovo stop dello sport.

Questo strano anno, per Nashat, è un anno di sperimentazione: **«L'on line ha dei vantaggi** – spiega Maccari – Soprattutto in una **danza “individuale” come quella del ventre**, dove non hai bisogno per forza di un compagno, lo strumento delle teleconferenze è particolarmente efficace perché la concentrazione delle allieve è molto più alta del solito. In palestra ci sono mille fattori di distrazione, on line per capire i movimenti **non è possibile distrarsi**. Non solo: il **confronto con gli altri è molto meno pressante** di quando si è “in presenza”, e questo rende più sciolte e libere di esprimersi moltissime allieve». E non è finita, perché «c'è anche la possibilità del doppio feedback: **a fine lezione chiedo alle mie allieve di mandarmi anche dei filmati** dove mi fanno vedere come eseguono i nuovi movimenti. Così posso osservarle meglio, con calma, una per una. E **correggerle in modo ancora più efficace**».

Ileana Maccari ha trovato i **vantaggi dell'on line anche da allieva**: «Per chi è ad un livello avanzato, le lezioni on line annullano le distanze: posso **seguire maestri prestigiosi in tutto il mondo** direttamente dal mio salotto. Un sogno, per chi ama danzare!».

**Non è una prassi possibile per tutti gli sport**, ma Nashat non è l'unica realtà ad essere rimasta on line: i corsi di ginnastica e pilates guidati da **Sara Giusti a Varese, il CSK di Busto Arsizio**, sono solo alcune delle realtà targate Uisp Varese che non hanno abbandonato le nuove tecnologie. Non per tutti gli sport può valere, certo, ma **chi ha intravisto uno spiraglio ha affinato le tecniche** in questo strano anno, pur di mantenere il gruppo, l'attività. La speranza.

«Il **primo mese del lockdown, l'anno scorso, è stato durissimo** per tutti – racconta Maccari – le notizie che arrivavano dagli ospedali erano spaventose. Ma dopo poche settimane abbiamo iniziato a capire che **avremmo dovuto ripensare l'organizzazione** delle nostre vite, non farci vincere dalla paura. Le lezioni on line sono diventate un appuntamento importante, e hanno confermato, a me e alle mie allieve, che una **passione come la danza è fondamentale nelle difficoltà**. Ti salva da qualsiasi cosa, per me è sempre stato così».

Da parte sua, il Comitato Territoriale quest'anno ha permesso **un'affiliazione senza costi per le asd**: un passo verso un settore che è stato colpito più di altri dalla crisi pandemica. «Ma sono sicura che, **appena sarà possibile, ripartiremo meglio di prima** – dice Maccari – avremo entusiasmo e volontà per fare tutto. Dobbiamo solo resistere ancora un po'».

---

**SPECIALE UISP** – Tutti gli articoli su VareseNews

This entry was posted on Wednesday, March 24th, 2021 at 8:30 am and is filed under [Sport](#), [Tempo Libero](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.