

ANCORA UNA VOLTA L'APPUNTAMENTO SULLA SPIAGGIA DI PIAZZA ODICINISI È SVOLTO IN UNO DEI GIORNI PIÙ RIGIDI DELL'INVERNO

## Voltri, tuffo gelato per settantuno coraggiosi

Ricerca dell'Università conferma: partecipare ai cimenti aumenta benessere e buonumore

VALENTINA BOCCHINO

A FARLO APPOSTA non ci sarebbero riusciti. Dopo il cimento del 2011, con la spiaggia completamente innevata e le temperature più basse dell'anno, a Voltri settantuno intrepidi amanti del bagno al gelo ci riprovano. E, dopo un inverno che sembrava più un anticipo di primavera, anche quest'anno si sono tuffati nel giorno più freddo, con la prima neve del 2012 e la tramontana gelida che ha fatto scendere la temperatura ad appena un grado. Una casualità, come hanno spiegato ieri

i membri dell'associazione Nuotatori del Tempo Inverso prima di tuffarsi, mostrando il calendario dei cimenti: quello di Voltri era stato già programmato da tempo. Scherzi dei giorni della merla. Così, anche il quarantesimo cimento di Voltri, organizzato dal Municipio VII Ponente, dal Circolo Pescasport Durante e dal Consorzio Utri Mare, si è svolto all'insegna della neve. Un'attrazione in più per i partecipanti, che passeggiavano sulla spiaggia di piazza Odicini con accappatoio e berretti. E guai a sentire parlare di raffreddore e influenza: «Da quando faccio il

bagno d'inverno non ho mai più preso un malanno - dice Roberto Bognesi, arrivato al suo cimento numero 307 - partecipo ai cimenti in tutta la regione dal 1990».

Imelde Littanè, tosta pensionata al decimo tuffo invernale, dice: «Il cimento è salute. Da anni vivo in Liguria e faccio il bagno ogni inverno. Il mio medico me lo voleva sconsigliare, poi quando ha scoperto che mi tuffo già da dieci anni senza problemi mi ha fatto i complimenti».

I membri dell'associazione Nuotatori del Tempo Avverso - che girano la regione di cimento in cimento

- di recente si sono prestati a un esperimento dell'Università degli Studi di Genova: «Ci hanno consegnato delle provette in cui lasciare dei campioni della nostra saliva, al mattino e alla sera - dice Mauro Merlo, socio fondatore dell'associazione - per vedere se gli organismi delle persone che fanno cimenti generano più cortisolo delle altre. Per ora le analisi confermano questa ipotesi, anche se la ricerca si concluderà ufficialmente a marzo. Buono a sapersi, visto che il cortisolo ripristina benessere e buonumore!».

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Il tuffo nel mare di Voltri dei 71 coraggiosi che hanno partecipato al cimento