

IN AUMENTO I BAGNI FUORI STAGIONE DEI NUOTATORI DEL TEMPO AVVERSO

Gli "orsi polari" si preparano alla stagione dei cimenti

Presentato il calendario. Nel Savonese apre sempre Alassio

I PERSONAGGI

STEFANIA MORDEGLIA

SAVONA. Finalmente la temperatura atmosferica e quella del mare si sono abbassate. Così loro possono dare il via alla loro stagione più amata: l'inverno. Quando il mare è più blu ed popolato solo dai pesci e sorvolato dai gabbiani, i cimentisti raggiungono il massimo della felicità. Niente più folle roboanti, ombrelloni, cabile, boe e creme solari. La spiaggia è libera e gli "orsi polari" possono apprezzare appieno la loro stagione balneare preferita. Da qualche anno i Nuotatori del tempo avverso si sono riuniti in associazione e hanno raggiunto quasi i cento iscritti. Ma oltre a loro ci sono tanti altri amanti del "brivido" invernale, che nuotano regolarmente quando il mare si raffredda anche senza partecipare ai cimenti.

Qualche sera fa la riunione del direttivo dell'associazione Nuotatori del Tempo Avverso ha festeggiato con un tuffo al chiaro di luna piena a Bogliasco il nuovo calendario dei cimenti invernali 2011-2012. Gianni Billeci ha consegnato il calendario ufficiale al presidente, Roberto Giuria, approvato all'unanimità dal consiglio direttivo composto anche dal vicepresidente Raffaele Ferrara e da Mauro Merlo, Stefano Piazza e Corrado Vagali. «Il numero delle località che organizzano cimenti invernali cresce di anno in anno - spiega Roberto Giuria - Dopo Noli, che è stata fra le ultime ad essere inserita nel calendario, anche Bogliasco avrà il suo primo cimento il 7 gennaio 2012. Inoltre si infittiscono gli eventi culturali che fanno da contorno, come la Settimana Blu di Savona. Nell'arco di 20 anni i cimenti sono quasi triplicati e coinvolgono anche diverse località dell'entroterra, fra cui Osiglia».

Inoltre i Nuotatori del tempo avverso si sono fatti promotori di una ricerca scientifica ("Criomare"), finalizzata a dimostrare che le nuotate refrigeranti hanno un effetto benefico sullo stress attraverso lo studio del livello di cortisolo (l'ormone della coscienza, quello che sveglia al mattino). La ricerca è realizzata insieme ai dipartimenti di



I cimenti invernali in Riviera hanno anche momenti di goliardia

Biofisica e di Medicina del lavoro dell'Università di Genova. Il professor Roberto Eggenhoffner dell'Istituto di biofisica ha addirittura progettato un sensore tascabile per la valutazione del cortisolo salivare, utilissimo nella ricerca.

I cimenti invernali sono ormai 40 in Liguria, 15 nel Savonese. Ad aprire la stagione sarà il 4 dicembre Sesti, mentre il primo nella nostra provincia è quello del 26 dicembre ad Alassio. Inoltre quest'anno è stato "creato" un cimento benefico ad offerta libera da destinare agli alluvionati di Genova. Si terrà al bagni 5 Maggio di Genova.

Ma chi sono i nuotatori fuori stagione, ormai un esercito, considerato che quasi in ogni cimento ci sono oltre cento partecipanti? Un esercito che fa sempre più proseliti: sono infatti in aumento i cimentisti che provengono da Piemonte e Lombardia. Gli "orsi polari" sono medici, professionisti, insegnanti, tantissimi pensionati. L'età va

dai 18 agli 86 anni. Ci sono alcuni "miti", come il vicepresidente dell'associazione Raffaele Ferrara, avvocato non vedente, Gianni Billeci, precisissimo nel tenere il calendario dei cimenti, Carlo Gavazzi, la pimpante Raffaella Aironi, i fratelli Emilio ed Enrico Parodi di Varazze, insegnanti in pensione dal fisico asciutto e dall'abbronzatura perenne, l'ex bancario (oggi poeta) Silvio Craviotto, varazzino anche lui. Senza dimenticare Giuseppe Zimmar-di, savonese, 37 anni, un vero "caso" da studiare. Nonostante il freddo, riesce a stare in acqua oltre quattro ore. «L'età media dei partecipanti ai cimenti invernali è di circa 50 anni, ma molte persone sono avanti negli anni. E per loro il cimento è fonte infinita di benessere - dice Giuria - Purtroppo sono ancora pochi i giovani».

mordeglia@ilsecoloxix.it

© RIPRODUZIONE RISERVATA