## **Tendenze**

CRISTINA BENENATI
SAVONA

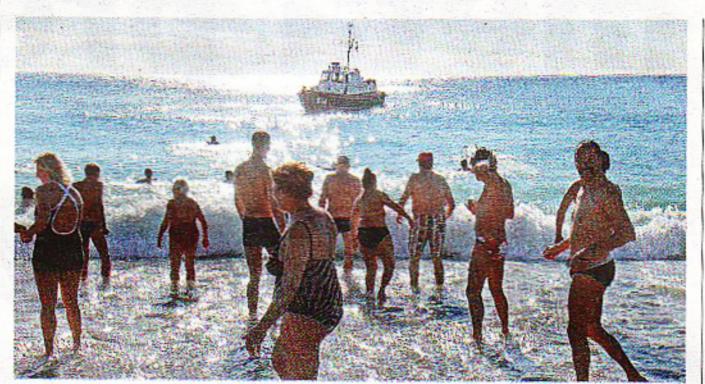
lu. Come il mare e come la settimana di iniziative che torna per il sesto anno a Savona, grazie alla collaborazione tra assessorato ai Quartieri, le associazioni «Nuotatori del tempo avverso», «Oca nella bottiglia», «Amici dello Scaletto» ed Sms Furnaxi.

Tre le iniziative della sesta «Settimana blu», che inzierà lunedì 31 e si concluderà domenica 6 febbraio: una mostra, un convegno sui benefici dei cimenti e il tradizinale tuffo in mare.

L'esposizione di fotografie, dal titolo «Il mare c'è sempre», resterà allestita per tutta la settimana nell'atrio del Comune, in piazza Sisto IV. Sempre nel palazzo comunale, sabato 5 febbraio alle 17, si cercheranno di svelare i segreti dei cimentisti, capire meglio chi sono, ma soprat-

## Settimana Blu, cresce il popolo dei cimentisti

A Savona mostra fotografica, convegno e tuffo in mare



Un'immagine del cimento invernale che si era svolto nel 2010

tutto si spiegheranno i numerosi benefici dei bagni nelle fredde acque invernali.

I relatori saranno il poeta Silvio Craviotto, i medici Carlo Gavazzi ed Erica Luzzo, rispettivamente acquamotricista e psicomotricista funzionale. Saranno coordinati da Roberto Giuria, presidente dei «Nuotatori del tempo avverso».

Il momento-clou dell'inizia-

tiva domenica 6 febbraio, con l'atteso tuffo in mare, alle 10, presso l'Sms delle Fornaci, in corso Vittorio Veneto. «L'anno scorso eravamo più di cento racconta Roberto Giuria - ma contiamo di battere ogni record. Abbiamo contribuito a infrangere i tabù sul cimento grazie a spiegazioni mediche sui reali benefici. Il popolo dei cimentisti è fatto di donne e uomini di ogni età, normodotati o diversamente abili. Nessuna barriera. Molti comuni ci stanno chiamando per organizzare il cimento, è un fenomeno in espansione e stiamo anche facendo degli esperimenti sui livelli di stress prima e dopo un tuffo nelle fredde ma benefiche acque invernali».