

IVG

Marcia acquatica: due alassine in partenza per la Longe Côte Méditerranée

di **Redazione**

12 Marzo 2018 - 14:46



Alassio. Si chiama **Longe Côte Méditerranée** e in italiano viene tradotta con **marcia acquatica**. È una **nuova specialità sportiva** creata nel 2005 nel nord della Francia e introdotta sulla Costa Azzurra nel 2014 da Sophie Chipon, nata dal suo desiderio, comune a molte città costiere, di valorizzare il proprio territorio anche nei periodi che non fossero esclusivamente di utilizzo balneare.

La marcia acquatica, infatti, **unisce la passione del camminare ai benefici del mare**. Non è però una semplice passeggiata nell'acqua. Vi sono **particolari tecniche che, servendosi anche di pagaie e palette da nuoto, mirano all'annullamento del peso corporeo e si traducono in un'attività talasso-aerobica** notevolmente benefica per l'apparato muscolare e cardio-circolatorio.

Due alassine, già dedite al Camminare, che hanno voluto far coincidere la passione per il mare con attività possibili anche nei periodi invernali, **sono state delegate dalla FIE, Federazione Italiana Escursionismo, per prendere parte al corso di addestramento ufficializzato con la sorella francese FFR, Federation Française Randonnée, da mercoledì 14 a sabato 17 marzo, a Mandelieu-la-Napoule, in Francia.**

Maddalena Canepa e Lorena Rasolo hanno conosciuto questa specialità lo scorso mese di gennaio, quando, un po' per curiosità un po' per intraprendenza, si sono cimentate con l'acqua fino al petto insieme alla "ligne francese" camminando tra le onde di quel giorno, per gli 8 chilometri dal molo di Laigueglia al molo di Alassio.

Nei prossimi giorni **saranno quindi loro stesse a rappresentare Alassio, già Città Europea dello Sport, sulla costa francese.** “Il litorale alassino si presta perfettamente per questo genere di camminata che, come ha portato in un fine settimana di gennaio più di cento francesi, potrà rappresentare un nuovo spunto di destagionalizzazione per gli appassionati delle attività all’aria aperta, del mare e di tutti i suoi benefici - affermano le due alassine -. Ci sono già molte persone interessate e non vediamo l’ora di poter mettere in pratica questa attività affinché tutti ne possano fruire, anche poi individualmente, una volta conclusasi la parte burocratica fra le due federazioni”.