

UNA MODA INGLESE GIÀ SBARCATO IN ITALIA

“Pedala, piccolo” In palestra con la mamma

Dalla baby sitter al personal trainer Contro i malati di videogiochi

MONICA PEROSINO

Inutile farla tanto lunga: il cortile dove ci si è sbucciati le ginocchia decine di volte a furia di corse e partite a tutti i giochi del mondo non esiste più. È ora di arrendersi all'evidenza che i giardinetti ai quali le mamme di vent'anni fa ci abbandono-

Sale attrezzate anche per i neogenitori e i loro bimbi sotto i diciotto mesi

navano per ore di inseguimenti in bicicletta e interminabili sfide a «fazzoletto» sono praticamente deserti, o presidiati da un cordone di sicurezza di genitori, nonni e baby-sitter.

Il risultato sono mamme centrifugate tra corsi di nuoto, ginnastica, partite di calcio e saggi di danza e bambini che passano sem-

pre più tempo piantati davanti alla tv o alla playstation.

Sarà da questa «crepa» dell'organizzazione familiare che passa la nuova passione per le palestre «formato bambini», un servizio all inclusive che si vende sul mercato come «Baby-gym», che fa più sportivo.

L'inventore

L'idea della palestra per tutta la famiglia è nata in Gran Bretagna, nei «villaggi fitness» di Richard Branson, il boss della Virgin: si tratta di centri divise per attività e, soprattutto per fasce d'età, in cui coesistono spazi e modi per adulti e bambini dai 18 mesi in su. E la moda si è presto diffusa in tutto il mondo, Italia compresa.

Certo fa un po' impressione vedere una batteria di fragoletti pedalare con foga su cyclette elettroniche che, dalla sala palchettata, riscaldata e illuminata non si sposteranno mai di un centime-

Le attività

A misura di piccolissimo

1. Kidscycle

L'area attrezzata con mini bike per bambini dai 5 anni. I più piccoli hanno a disposizione un servizio di baby-sitter

2. Blast

Corso di psicomotricità per entrare in confidenza con la palestra attraverso circuiti di gioco

3. Sportsplay

Per imparare i primi movimenti di atletica, calcio, basket, danza

4. Nuoto in famiglia

Corsi organizzati per diverse fasce d'età (pesciolini, rane, delfini, squali) e per le intere famiglie



Una lezione con le «Kidscycle», mini biciclette da sala progettate per gli under 14

tro, ma se l'alternativa è la tv o l'esaurimento nervoso di mamma che ben vengano.

Le offerte

Gli esperti le hanno pensate di tutti i colori, per far muovere i bambini: c'è la «Quidsimile», fino ai 5 anni, uno spazio per attività creative e giochi di gruppo, dove si ascoltano favole e si assiste a spettacoli di animatori e giocolieri, sorvegliati a vista mentre papà è fa cardiofitness e mamma si rilassa nell'idromassaggio. Per i ragazzini fino ai 14 anni c'è «Blast», un corso di psicomotricità e «Sportelli», per imparare i primi movimenti di calcio, atletica e

basket. Non potevano mancare, come da programma, corsi di danza moderna e nuoto, sia da praticare da soli che con tutta la famiglia. E non si sono lasciati scappare neanche le neomamma, per le quali è previsto un servizio di babysitting per i piccoli fino ai 18 mesi.

Le calorie

Evidentemente, nonostante qualche reazionario paladino dell'aria aperta, la formula funziona, tanto che entro il 2010 si apriranno altri 30 nuovi centri nelle principali città italiane. D'altronde l'allarme per la crescente obesità infantile parla chiaro: i bambini so-

no sempre più sedentari, perché devono fare i conti con la mancanza di spazi e di coetanei, avverte il Moige, il movimento dei genitori. I bimbi evitano sempre più spesso di fare sport (al quale, in media, dedicano un'ora a settimana), la metà di loro non esce mai a giocare con i coetanei e ammette di trascorrere il pomeriggio in casa seduto a fare i compiti, ma soprattutto a giocare al computer e ai videogiochi. I più piccoli, secondo una ricerca della Swg commissionata dal Moige, rischiano anche di crescere sempre più grassi: in Italia quattro bambini su cento sono obesi, 27 per cento quelli in sovrappeso.