

Sincronizzato, la dodicenne messinese Giada D'Arrigo ai nazionali di Civitavecchia

## Descrizione

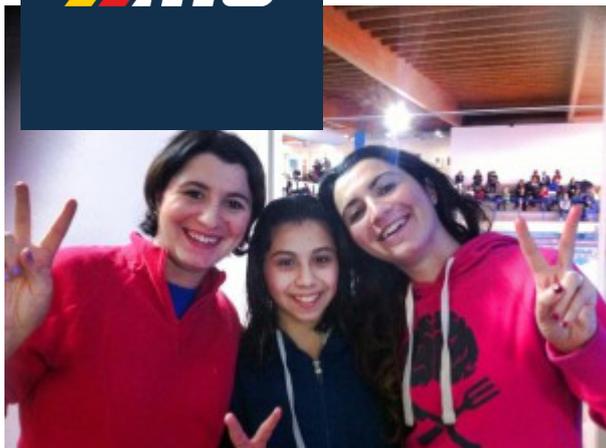


Giada D'Arrigo mentre esegue l'esercizio "a gamba di balletto"

Una giovanissima ma promettente "ondina" messinese si è qualificata ai prossimi **Campionati Nazionali di Nuoto Sincronizzato** che si terranno sabato prossimo, 22 marzo 2014, a **Civitavecchia**. Si chiama **Giada D'Arrigo**, è nata nel 2002, e sarà l'unica atleta a rappresentare la città dello stretto in questa manifestazione gareggiando nella categoria "Esordienti A".

Un percorso che per lei è iniziato lo scorso 12 gennaio allorquando, presso la piscina di **Paternò**, si è imposta nelle prove obbligatorie con il punteggio di 51,600 (il punteggio minimo richiesto era di 46,000).

Il 9 marzo, presso la piscina di **Acireale**, ha ottenuto il punteggio di 89 (il minimo richiesto era 67, il massimo 90) e la conseguente "stella" valevole quale "pass" per i campionati invernali nazionali.



Giada D'Arrigo, assieme alle allenatrici Cinzia e Consuelo Cucinotta

Giada fa parte insieme ad un gruppo di 14 ragazze (di varie categorie) della squadra **Waterpolo Messina** di nuoto sincronizzato, allenate da **Cinzia** e **Consuelo Cucinotta**. Atlete che si allenano con costanza, impegno e passione, presso l'impianto natatorio della piscina "Cappuccini", sperando di raggiungere sempre obiettivi più prestigiosi per questo sport.

Il nuoto sincronizzato è uno sport acquatico, ibrido di nuoto, ginnastica e danza, in cui le atlete eseguono esercizi coreografici in acqua in sincronia con la musica. Le competizioni si dividono in esercizi obbligatori ed esercizi liberi. Questi ultimi possono essere di singolo, doppio e squadra (da 4 a 8 componenti) e combinato (alternanza di esercizi di solo, duo, trio e squadra). Sono richieste capacità acquatiche, forza, resistenza, grazia, abilità artistica, un'esatta coordinazione dei tempi e controllo della respirazione. E' una disciplina praticata prevalentemente dalle donne, alla quale però negli ultimi anni anche gli uomini si sono sempre più avvicinati.

### Categoria

1. Nuoto
2. Sport Vari

### Data di creazione

20 Marzo 2014

### Autore

redazione