



La Voce della Danza



EDIZIONE STRAORDINARIA

LA VOCE DELLA DANZA

Rivista edita, prodotta redatta e distribuita dalla Associazione Italiana Maestri di Ballo

Editore AIMB Presidente Dott. **Nicola AMATO**

Direttore Dott. **Angelo Maria VEGLIANTE** Dirigente Nazionale AIMB

Capo Redattore **Lucio BROCCOLETTI**

REDAZIONE

- **Luciano PANCIROLI** Presidente Vicario AIMB
- **Mauro D'AMBROSI** Presidente WDC ITALY
- **Tiziana CAVICCHI** Responsabile Nazionale Settore Tecnico Disabilità AIMB
- **Sara PIEVAIOLI** Avvocato del Foro di Perugia
- **Gina RICCI** Consigliere Nazionale

NUMERO 3 MESE MARZO ANNO 2022

ARTICOLI DI QUESTO MESE

EDITORIALE

PRIMO PIANO

LA PAROLA AL TECNICO

COMUNICAZIONE

ATTUALITA'

L'INTERVISTA

MUSICA E BALLETTO

LA PAROLA AL LEGALE

SOCIALE

CRONACA

A CURA DEL PRESIDENTE NICOLA AMATO

IX EDIZIONE SCALEA

SWING SWAY FLIGHT

GUERRA E SPORT

LA MIA STORIA

PRESIDENTE REGIONALE AIMB TOSCANA

L'UCCELLO DI FUOCO

LE COMPETIZIONI SPORTIVE DI BALLO AL TEMPO

DELLA GUERRA: TRA DIRITTI ED ESCLUSIONI

DANZA TERAPIA

GUERRA E BALLO

AIMB

Associazione Italia Maestri di Ballo

Sede Generale: NOLA (NA)

Via Nazionale delle Puglie

Telefono e FAX: 0815192387

80035 NOLA

NAPOLI

PUBBLICITA'

SA WORKING srls

Telefono: 3515556590

Via delle Mimose n. 1

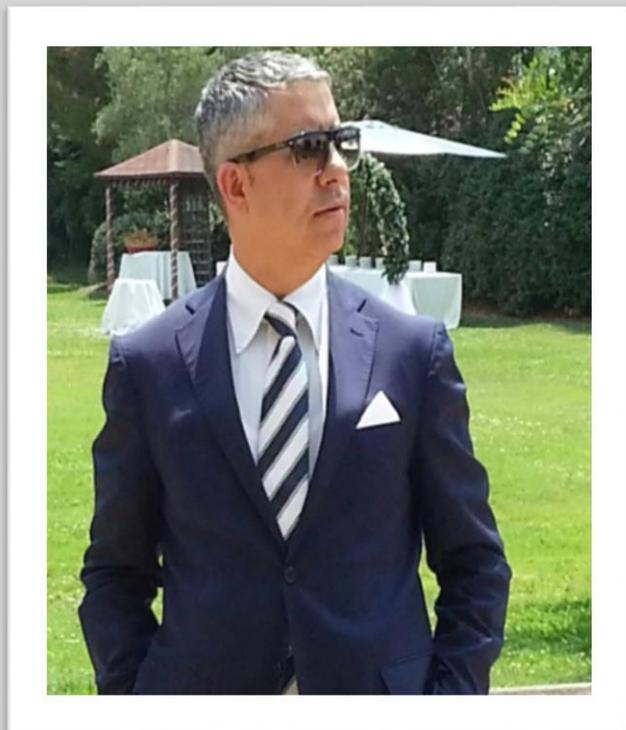
00172 ROMA

Iban: IT86Z0848925401000000385198

PERIODICO DI DANZA SPORTIVA

SCALEA IX EDIZIONE

A cura del PRESIDENTE AIMB Nicola AMATO



Quando, durante la serata di Gala, ho detto che ogni volta che vedo queste Manifestazioni così piene di entusiasmo, tendo ad emozionarmi sempre di più, non sto nascondendo niente al vero.

In particolare durante questa nona edizione del training camp di Scalea, forse perché usciti da un difficile periodo pandemico, vedere il Santa Caterina Village gremito di atleti, coach, relatori, accompagnatori, giudici ha risvegliato in me tantissime emozioni dei tempi passati, di quando il Ballo veniva seguito con grande interesse.

Ho visto aule gremite di atleti che seguivano le lecture, ho visto serate a tema piene di giovani e meno giovani tutti insieme a divertirsi, ho visto una serata di Gala all'insegna della eleganza e dello spirito sportivo, ho visto nascere la prima Nazionale di Ballo della nostra Associazione con atleti pronti a voler

crescere, ho visto una Gara piena di atleti pronti a sfidarsi con grande rispetto ma ho visto soprattutto una compagine di persone UNITA da un unico preciso scopo: Ballare ed Imparare.

Questa Edizione del training camp di Scalea rimarrà indelebile nel mio cuore, perché a dispetto di quello che succede oltre i nostri confini dove, per un pezzo di terra, fratelli dello stesso sangue si stanno trucidando, ho qui invece visto atleti di nazionalità diverse creare un gruppo omogeneo di ballerini che hanno interagito all'insegna del reciproco rispetto, riducendo quelle distanze che lo Sport tutto ha il dovere di ridurre.

Vado fiero, credetemi, di essere il Presidente di due organizzazioni come l'AIMB e la FIDA ITALIA e soprattutto vado fiero di voi tutti, atleti, coach, maestri, relatori, giudici, organizzatori, staff perché in questa edizione avete superato Voi stessi, avete saputo creare un ambiente pieno di armonia e avete fatto respirare a noi tutti un'aria piena di felicità e gioia, e di questo ve ne sono infinitamente grato.

Sappiate che questa edizione in particolare, grazie a Voi tutti, come detto, rimarrà indelebile nel mio cuore.

Pertanto IO ringrazio VOI sì per la partecipazione, ma ringrazio VOI TUTTI soprattutto per quanto avete saputo dare al Training Camp di Scalea in questa edizione.

Grazie di cuore.

Il Vostro Amico Presidente

Nicola AMATO

PRIMO PIANO

IX EDIZIONE SCALEA

Di Lucio BROCCOLETTI

Si è conclusa la IX Edizione di Scalea, edizione che potremmo definire della Ripartenza.



Forse mai come questo anno si è respirata e percepita quella voglia di riprendere le attività come mai nelle precedenti edizioni. Le aule delle lecture stracolme di atleti, una infinità di richieste di lezioni private per i Maestri presenti in questa Edizione, atleti che correvano in lungo ed in largo per le sale del Santa Caterina Village per poter partecipare a più lezioni possibili.

Più Nazioni rappresentate in questa Kermesse hanno reso l'avvenimento internazionale, con una folta rappresentanza di Maestri ed Atleti provenienti da tutto il Mondo.

La immancabile serata di Gala, sempre all'insegna della eleganza, ha permesso la presentazione di tutti i Dirigenti dell'AIMB e della FIDA ITALIA nonché di tutti i Relatori presenti.



La Gara della giornata conclusiva ha visto la

esibizione di circa 350 atleti suddivisi per tutte le discipline di ballo; tanta è stata l'affluenza che l'organizzazione ha dovuto protrarre la manifestazione fino alle 21.00 inoltrate, ben 3 ore dopo la prevista chiusura.

Insomma cosa dire oggi, dopo due anni di Covid è una guerra alle porte, di Scalea: si può dire che Scalea è il punto di arrivo di molto Ballerini, che partecipano per vedere premiati tutti i sacrifici costruiti durante l'anno, ed il punto di partenza di altrettanti Ballerini, che a Scalea vengono per studiare, approfondire la conoscenza del Ballo e per intraprendere percorsi formativi di non poco conto.

E proprio quest'anno a Scalea la FIDA ITALIA ha deciso di selezionare 50 atleti per la propria NAZIONALE, atleti che dovranno seguire un percorso formativo ben determinato, il cui scopo è quello di formare sia a livello sportivo che disciplinare i ragazzi selezionati.



Il prossimo anno festeggeremo i DIECI ANNI di Scalea, e credo che tutti coloro che questo anno sono stati presenti non vorranno farsi mancare questo speciale avvenimento per niente al Mondo.



Elgraphic
stampa & grafica



B
Balo









APRILE



APRILE

INTERNATIONAL



VILLAGE

SWING... SWAY... FLIGHT... armonia del movimento

Di Luciano Pancioli



lontano raggiunto. A questo punto analizziamo quant'è successo.

Lo Swing della gamba ha puntato il piede come se il giro fosse avvenuto tra i piedi, dando così una quantità di giro e un nuovo allineamento. Il piede è sistemato sul "bordo interno" della punta e questo ci dà il lavoro del piede. Se poi il peso è trasferito a questo piede mentre la caviglia e il ginocchio rimangono tonici, percepiamo che l'elevazione è fatta senza nessuna azione di "spinta". Altra osservazione, se il peso della gamba è stato accentuatamente oscillato verso questa posizione, si noterà che l'anca è sollevata a lato dando una precisa linea al corpo che va dalla testa ai piedi, creando così lo Sway (Inclinazione). In conclusione il risultato ottenuto usando questa tecnica è: ottenere un perfetto Swing in tutte le figure di movimento.

PRINCIPIO DEL PASSO SWING.

Esempio: passi 1-3 di Giro a Destra di Valzer Inglese.

Sul precedente passo di piede sinistro, il peso della testa inizia a muovere avanti nello stesso tempo in cui il ginocchio sinistro muove avanti. I muscoli del piede e della gamba ora sono in grado di guidare il peso del corpo avanti e, poiché il ginocchio continua a flettersi il peso del corpo, si abbassa. Dal momento in cui il ginocchio sinistro muove avanti, viaggia sopra l'alluce del piede sinistro creando così una leggera rotazione a destra, tutto questo da inizio al Movimento Contrario del Corpo sul primo passo del Giro a Destra. Il tacco del piede destro tocca il pavimento e immediatamente scorre alla pianta del piede, questo fa sì che il peso del corpo sia trainato avanti sul ginocchio destro flesso. La punta del piede sinistro mantiene la pressione sul pavimento il più a lungo possibile consentendo alla gamba di raddrizzarsi per iniziare a creare l'elevazione. Il peso del corpo continua in avanti tirando la gamba sinistra in avanti, mentre la parte superiore del corpo gira, stimolando la gamba sinistra in Swing avanti, producendo continuità nell'elevazione, tramite il

Utilizzare l'azione Swing (Oscillare) è l'unico metodo che un ballerino ha per pressare il peso del proprio corpo sul pavimento. Per realizzare questo, è importante che il movimento sia creato da un passo e un'inclinazione piuttosto che un passo e una spinta. I balli più conosciuti che usano Swing sono:

Valzer Inglese, Slow Foxtrot, Quickstep e Valzer Viennese.

Ogni ballo ha la propria caratteristica di Swing, che integra il ritmo e la velocità della musica.

Una definizione del dizionario sul termine Swing è: **"Un movimento attorno a un punto fisso"**.

Come esempio si cita l'azione del pendolo di un orologio, mentre nel ballo, è il corpo che si deve muovere con Swing per cui è fondamentale capire il principio di questo movimento.

Per comprendere l'effetto che lo Swing ha sulla tecnica, un buon suggerimento è: "mettersi di fronte a uno specchio e fare oscillare una gamba attraverso il corpo, avanti e a lato. Dopo aver ripetuto questa azione diverse volte in modo tale per ottenere così un movimento libero, permettere al piede stesso di fermarsi quando ha appena toccato il pavimento nel punto più

piede destro. L'energia di questo Swing, trascina il peso del corpo a continuare il suo slancio in avanti. L'azione di Movimento Contrario del Corpo all'inizio del movimento e poi il giro del corpo curva la linea di Swing in modo che il piede sinistro termini a lato. Lo Sway generato dalla gamba che ha oscillato controlla il movimento e la direzione di marcia. Il peso del corpo continua a spostarsi in volo sopra il piede sinistro con una leggerissima pressione del piede sul pavimento consentendo così al piede destro di chiudere al sinistro con elevazione continua.



Semplificazione:

- ↪ Il peso della testa inizia il movimento
- ↪ La gamba sinistra guida il peso del corpo
- ↪ L'azione del piede destro continua a tirare il peso del corpo avanti.
- ↪ Il peso del corpo tirato avanti sulla gamba sinistra.
- ↪ La gamba sinistra oscilla per tirare il peso del corpo attraverso il piede destro per finire sopra a quello sinistro.
- ↪ Il peso del corpo continua in volo fino al punto, dove è richiesto l'abbassamento.

Lo **Sway** definisce l'inclinazione della linea del corpo attraverso la gamba alla sommità del capo. Lo **Sway** è prodotto dal peso della gamba che fa Swing alterando la linea orizzontale della pelvi non appena la gamba che esegue Sway

raggiunge la sua estensione. La linea di Sway si vede dalla gamba, attraverso il corpo, alla testa. Lo **Sway** è utilizzato per assorbire l'energia creata dalla forza centrifuga dello Swing e per creare un cambio della forma del movimento.

Lo **Sway lineare** è utilizzato principalmente in Slow Foxtrot, dove il movimento lineare richiede uno Sway preso dentro la linea del movimento e non lateralmente attraverso la linea di movimento.

↪ L'uomo deve mantenere il suo equilibrio costantemente in avanti e tramite la posizione delle ginocchia, essere in grado di ottenere una notevole quantità di Sway.

Prendere come esempio lo slalomista che utilizza le ginocchia per creare l'inclinazione del corpo, quindi controllare i movimenti.

↪ La donna che deve mantenere il suo equilibrio costantemente indietro non è in grado di utilizzare le sue gambe allo stesso modo. Quando fa Sway, è minimo. Se la donna cerca di corrispondere all'uomo, si spezzerà in vita, così facendo lo Swing crea rotazione e nessun forte grado di Sway.

↪ La differenza dell'uso dello Sway fra uomo e donna crea un ritmo di corpo bellissimo tra la coppia, cambiando il volume della presa e ritornando al minimo indispensabile su molte figure.

↪ L'inclinazione non è veramente Sway, modificare l'angolazione delle ginocchia senza utilizzare lo Swing crea inclinazione del corpo. Quando il corpo è inclinato, la testa deve rimanere ben in equilibrio sul corpo e non essere lasciata cadere via, così la linea d'inclinazione è vista da ginocchio fermo alla sommità del capo.

↪ La donna non è in grado di inclinare il suo corpo a qualsiasi livello senza spezzare la vita, quindi lei risponde alla forma dell'uomo tramite la rotazione del ginocchio e una delicata estensione del peso della testa per migliorare la sua femminilità e il volume della presa.

↪ Azione Metronomo. È il cambiamento della forma del corpo dalla linea Sway usando il peso della testa per creare un'inclinazione nella direzione opposta. Esempio: quando l'uomo cambia dallo Sway a destra in Tumble Turn, sul secondo passo di Fine Piuma, mentre cambia l'inclinazione del corpo a sinistra sul quarto passo del Pivot di Punta Aperto.

↪ La donna una volta ancora deve rispondere all'azione dell'uomo con la rotazione e l'uso del peso della sua testa. L'uomo durante lo Sway, inclinazione del Corpo e azione Metronomo, deve sempre mantenere l'equilibrio in avanti.



GIVOVA

FRANCHISING

NOLA VIA NAZIONALE DELLE PUGLIE 351 TELEFONO 081-5127177

NOLA 375.6109416 



seguici su
Givova NOLA Franchising

GUERRA E SPORT

A cura di Andrea DELALUZ



Non poteva essere diversamente. La guerra - perché di questo si tratta senza se e senza ma - ha fagocitato anche ciò che ingenuamente molti di noi pensavano potesse rimanerne fuori, lo sport.

Lo ha fatto con una spudoratezza quasi disarmante. Marcando l'idea binaria del buono e cattivo, del bianco e nero, del giorno e notte. Lo ha fatto e sta mettendo in essere le procedure per la sua realizzazione, dai massimi esponenti che gestiscono lo sport mondiale.

Interviste, prese di posizione, proclami con le quali dal CIO in giù, figure di primissimo piano si svestono della consueta diplomazia che sorregge la carica presieduta, arrivando a fare affermazioni forti - sull'uno e sull'altro fronte delle barricate - per poi quasi ritrattare o sminuire il detto.

Come se il sottolineare che i concetti espressi in pompa magna in veste di presidente della federazione di turno, fossero in seconda battuta marcati come «opinione personale». Cioè, e caliamoci nella nostra realtà di danza e ballo in Italia, il referente italiano di una associazione di categoria sovranazionale rivendica il diritto di dire la sua come un pensionato di Cefalù davanti alla tv.

All'improvviso l'abito non fa più il monaco, ma è il monaco che fa a pezzi l'abito e si consegna in pigiama allo sguardo stupefatto del mondo della danza.

Come in una rissa tra scolaretti, assistiamo sbigottiti alle schermaglie verbali e scritte tra chi si allinea all'idea che sia giusto punire gli atleti russi escludendoli del fatto da competizioni internazionali, e chi rivendica la libertà degli atleti a parteciparvi.

Il politicamente corretto che ormai pervade ogni aspetto della comunicazione, lascia il passo al linguaggio della politica sportiva divenuta improvvisamente brutalmente schietta rendendola una sorta di testimonianza di sincerità.

Schierarsi e difendere le proprie opinioni è sacrosanto. Cercare di comprendere le sfumature lo è altrettanto. È giusto quindi escludere gli atleti russi dalle competizioni in virtù del concetto che così facendo si porrebbe in difficoltà l'establishment

di quella nazione? È pratica già stata usata in passato.

Anche se con le dovute differenze, ricordiamoci per esempio dei veti incrociati sfociati poi nell'esclusione voluta o subita dai Giochi Olimpici. Nel 1976 furono gli stati africani a boicottare e non partecipare ai Giochi di Montreal.

Nel 1980, Giochi di Mosca, furono gli Stati Uniti d'America a non parteciparvi. Nel 1984 a Los Angeles fu invece la volta dell'URSS (assieme ad altre nazioni del blocco sovietico). Oltre a privare lo sport di atleti spesso di primissimo piano, veti e boicottaggi inaspriscono le posizioni con efficacia tutta da dimostrare. Poco sopra, facevo riferimento a presidenti o loro referenti di alto rango, di organismi del mondo della danza e del ballo.

WDC e WDO tanto per intenderci, hanno preso posizione.

Ancora una volta in opposizione.

Da un lato chi ritiene che sia sbagliato escludere gli atleti russi dalle competizioni di ballo, dall'altro chi si allinea ad una posizione di politica sportiva intransigente.

La sottile linea rossa che divide lo schierarsi e difendere le proprie opinioni con il comprendere le sfumature che si cerca in tutti i modi di sminuire o annullare è sotto i nostri occhi. La visione binaria crea assoluti. O con me o contro di me.

Questo modo di ragionare a mio avviso è limitante.

Lo sport, a tutti i livelli, è fatto da bimbi, ragazzi, donne e uomini che si confrontano secondo regole precise.

L'attività sportiva è inclusiva.

Si va dal rapporto uno a uno a quello di squadre. Dalle nazionali ai giochi pan-continentali.

Escludere una nazione alla partecipazione di una manifestazione sportiva, svilisce il concetto di inclusione e di libertà d'espressione. Comprendo altresì che una azione di tal genere può avere risonanza mediatica. Ma credo con poca efficacia sul piano pratico.

Difendere i colori della propria nazione in ambito sportivo, non necessariamente vuol dire assecondare o aderire al pensiero dell'establishment che la governa.

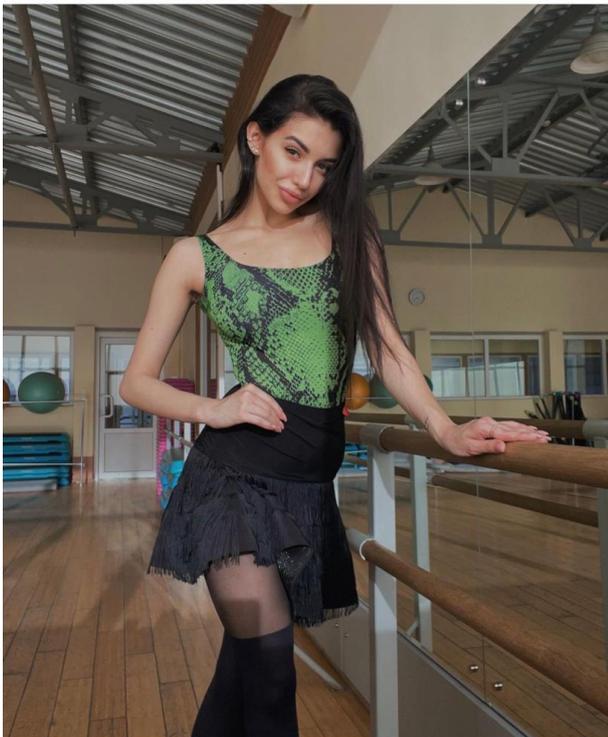
Punire chi vive di sport è puro manichèismo, cioè l'abitudine di arroccarsi il diritto di formulare giudizi radicali senza alcuna possibilità di ammettere alternative o sfumature.

Io a questa visione non ci sto. La guerra è brutta di per se.

Aggiungere lo sport come mezzo di propaganda pro o contro lo trovo deplorabile.

Nello sport
si vince
senza uccidere,
in guerra
si uccide
senza vincere





Ciao amici mi chiamo Alisa Margulis e sono una ballerina di danze latino Americane. Sono nata e cresciuto a Kharkiv, in Ucraina.

Ho finito la scuola a Kharkiv, la mia famiglia e i miei amici hanno vissuto tutta la loro vita a Kharkiv, in Ucraina.

Il 24 febbraio alle 4 del mattino mi sono svegliata con la telefonata della mia migliore amica, che piangendo mi diceva "È iniziato, Alisa. Ci stanno bombardando... Chiama subito tua madre" ...

Ho chiamato subito mia mamma e lei mi ha detto che sì, la Russia ha iniziato la guerra e ha bombardato le città ucraine e anche la nostra città, e sono sottoterra nel rifugio...

In quel momento ero in Russia, dato che negli ultimi due anni la mia carriera di ballerina è stata in Russia.

Immediatamente in quel giorno ho preparato tutti i miei vestiti e ho preso una decisione molto difficile ma forte per me...

Ho lasciato la Russia il giorno dopo e ho prenotato un volo per l'Europa, in realtà non è stato così facile dato che tutti i voli

per i tre giorni di chiusura sono stati completamente esauriti in 20 minuti...

La mia famiglia è stata sottoterra in un rifugio per circa 2 settimane con mio fratello piccolo, mia sorella disabile, cane e cincillà. Ho chiamato i miei genitori ogni 10 minuti chiedendo "come state? Siete al sicuro? Ancora bombardamenti?" E se non mi rispondevano nemmeno per 3 minuti era come se fosse un'eternità... Gli chiedevo ogni giorno per favore, lasciate la città, per favore. Perché la nostra zona dove si trova la nostra casa è molto critica e ogni 15 minuti ci sono sirene, razzi che cadono.

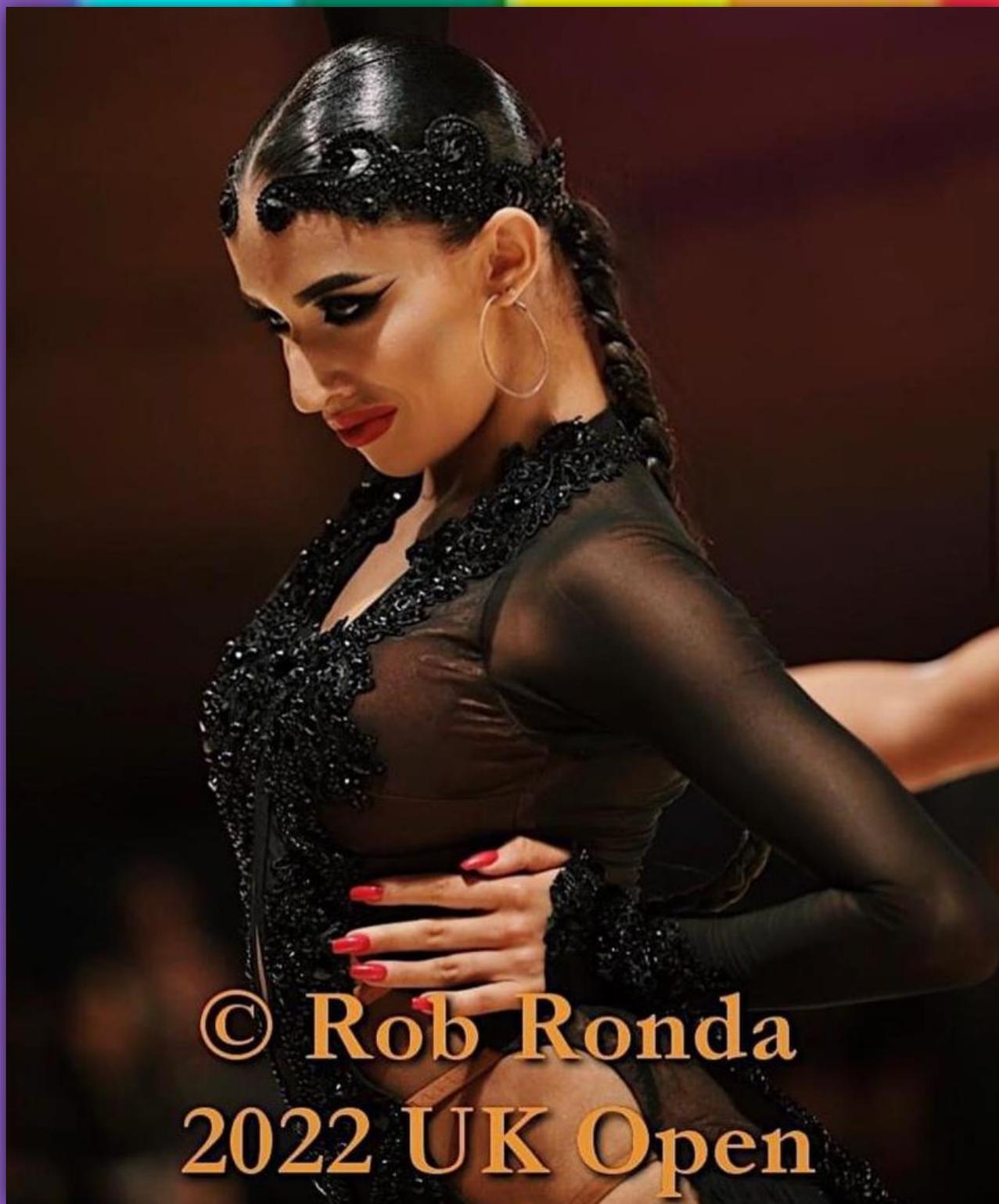
Ma il 1 marzo è successo... un razzo è arrivato nella casa dei nostri vicini ed è esplosivo, e tutte e tre le case, inclusa la nostra, sono state colpite.

I miei genitori hanno preso tutto ciò che era importante, documenti, bambini e animali domestici e sono scappati fuori casa. Quattro auto dei vigili del fuoco hanno cercato di estinguere l'incendio, ma le nostre tre case vicine sono completamente bruciate e la nostra casa è stata estinta dopo 6 ore.

I piani superiori della casa, il tetto e la terrazza sono come volati fuori completamente... È stato questo episodio per cui la mia famiglia hanno deciso di lasciare tutto ciò che avevano.

Il loro viaggio da Kharkiv in Polonia è durato 1 settimana, quando in circostanze normali sono 2 giorni... Per tutto il percorso ci sono state esplosioni, carri armati in arrivo, ma Finalmente sono arrivati vivi al confine.

Ora ci siamo riuniti in Polonia, ma senza la nostra vita... non abbiamo futuro, nessuna vita normale, nessun lavoro, nessuna casa, niente... dobbiamo solo ricominciare una vita dall'inizio perché la nostra vita è stata spezzata a causa del signor Putin, La Russia e le sue follie...



© Rob Ronda
2022 UK Open

Alisa Margulis

Russian Classification board U19-U21 1st Place
Russian National Championship Finalist 2021
Blackpool Dance Festival U21 Quarter-finalist 2019
European Championship finalist 2017
WDCAL World Championship semi finalist 2016
Dutch Open Championship 2016 4th place
International Championship bronze medalist 2016
Europe Imperial Champion 2016
Blackpool Dance Festival semi finalist 2016

WDCAL European Championship 2016 Top 14
WDC AL Disney Cup Champion 2015
International Open Championship 2021 U21 finalist
International Open Championship Amateur Top 48 2021
UK Open Championship 2022 U21 4th place
UK Open Championship 2022 Amateur Top 37
Napoli International 2022 U21 2 place
Napoli International 2022 Amateur Latin 3 place

LA DANZA È UNA SCELTA; SACRIFICI CHE NON AVVERTI PERCHÉ STAI INSEGUENDO UN SOGNO (M° Antonio TARANTINO)

A cura di M^a. Gina RICCI

"All'inizio ero Ballerino di varie Discipline, poi Maestro, Giudice, Preparatore ed infine Attuale Presidente Regionale "AIMB" Toscana".



M^a. Gina RICCI- M° Antonio Tarantino

D: Non sempre questo passaggio di ruoli riesce. Nel tuo caso, invece, continui a mietere successi e riconoscimenti: perché?

R: "Non so se sono diventato un bravo insegnante.... certamente durante la mia carriera ho sentito forte la necessità di trasmettere il mio messaggio, di regalare agli altri l'esperienza accumulata negli anni di lavoro. Inizialmente, devo ammetterlo, c'era molta ansia. Poi ho capito che era semplicemente cambiata la mia missione.

Dovevo rendermi utile in maniera diversa, tenendo presente che il pubblico di riferimento era cambiato. Ora mi trovo davanti ragazzi che hanno sete d'imparare differente rispetto ai professionisti,

ciascuno con la propria storia, le proprie esperienze di vita e il proprio modo di recepire e vivere una lezione di danza. A loro mi rivolgo e spero di riuscire, nella maggior parte dei casi, a donare qualcosa di me. Per quanto riguarda la coreografia, sto crescendo. Non mi sento ancora affermato in tal senso. Colgo le occasioni che mi vengono offerte e cerco di fare del mio meglio. Ho fatto delle cose belle e tante altre vorrei farne. Le idee non mancano ma sarà la vita a darmi risposte".

D: Se dovessi definire il tuo stile, quali parole utilizzeresti?

R: "Sono sempre stato un Ballerino molto versatile, cosa che mi ha aiutato a lavorare con svariati Professionisti cercando di dare il massimo nella direzione da loro proposta. Questa versatilità la porto ancora oggi con me.

La mia cifra stilistica si sta delineando, il linguaggio si plasma al servizio dell'idea, della musica del messaggio che desidero trasmettere. Quando si parla di uomini è sempre curioso il motivo che ci ha portati a studiare danza"

D: Il tuo motivo qual è stato?

R: "Sin da bambino guardavo i Ballerini in Tv e cercavo di imitarli. Questo desiderio di emulazione è poi sfociato in altro. Ho iniziato a 5 anni con il Ballo Liscio e Ballo da Sala alla Scuola Club Amico Liscio con i Maestri Giuseppe Pizza e Anna Trinchese. Poi ho avuto la fortuna di essere visionato da Maestri Nazionali e Internazionali.

Ho capito guardandoli, che se solo avessi voluto minimamente raggiungere il loro livello, avrei dovuto impegnarmi di più e studiare seriamente. Iniziai ad andare tre volte alla settimana più Esibizioni e Competizioni.

D: La danza è una scelta o un sacrificio?

R: "Assolutamente una scelta. Dei sacrifici ti accorgi dopo, col passare del tempo. Mentre studi o lavori non fai caso alle rinunce perché stai perseguendo un sogno".

D: Quando hai intrapreso la strada dell'insegnamento?

R: "Gli scorsi anni avevo iniziato a dare qualche lezione a parenti amici e qualche vicino, poi l'obbiettivo principale rimaneva però la Scuola. Col passare del tempo la richiesta di avermi come insegnante aumentava sempre di più, di pari passo con la soddisfazione che questo tipo di ruolo mi regalava. Tra il lavoro e la mia nuova esperienza come maestro non passava giorno senza che lavorassi su più fronti. Tant'è che ho avuto il piacere e l'onore di girare tante Scuole Palazzetti e Teatri".

D: Che voto ti daresti come Ballerino?

R: "Credo 7".

D: Come Maestro?

R: "Ripeto, mi piace moltissimo insegnare ma non posso giudicarmi. Bisognerebbe chiederlo agli allievi".

D: E come Giudice?

R: "Non ne ho davvero idea. Ho davanti agli occhi troppi grandi geni per poter anche solo azzardare un voto in tal senso".

D: Che cosa di bello ha portato il Ballo nella tua vita e che cosa, invece, ti ha tolto?

R: "La possibilità di viaggiare, di vivere in tanti posti diversi, conoscere un'infinità di persone, lingue culture differenti, condividere un percorso artistico ed umano con colleghi che sono diventati amici fraterni. Se penso a ciò che mi ha tolto, penso alla mia famiglia, ai miei nipoti che vedo pochissimo, alla lontananza che mi impedisce di vivere con tutti loro momenti importanti o semplicemente la quotidianità. Ma va bene così, la mia vita da freelance mi piace e mi appaga. Posso scegliere quando e con chi lavorare, ritagliarmi momenti di fuga da trascorrere con le persone che amo".

D: Qual è stata la volta più bella, lavorativamente parlando, che hai vissuto?

R: "Avevo 32 Anni e avevo preparato un Gruppo di ragazzini Cinesi che si dovevano Esibire davanti al Console. Per mia fortuna andò tutto alla grande".

D: E la più brutta?

R: "Paradossalmente è legata ad una Competizione dove io ero in Giuria e uscendo

dal Palazzetto vidi una Coppia di bambini appena terminata la competizione, che piangeva per la loro esclusione. Ricordo le lacrime e la sensazione, era fortissima ed io mi sono immedesimato quando ballavo io".

D: Sei ancora giovanissimo, ma se dovessi pensare un sogno tra qualche anno?

R: "Almeno una volta di Giudicare al Festival di Blackpool"

D: Ti reputi ambizioso?

R: "Più che ambizioso sono esigente. Con me stesso prima di tutto".

D: Che persona sei?

R: "Socievole, empatica, senza pregiudizi, forse un po' ingenua. Tendo a fidarmi delle persone e a volte ne ho pagato le conseguenze".

D: C'è una domanda che non ti è mai stata fatta e che invece vorresti ti venisse proposta?

R: "Mi piacerebbe che mi venisse chiesto che cosa cerco in un Ballerino".

D: E quale sarebbe la risposta?

R: "Non riesco a pensare a qualcosa di tecnico o fisico. Se mi rapporto con un ballerino, professionista o allievo che sia, cerco sempre di avvicinarmi all'essenza della singola persona, cerco il compromesso per far sì che il mio messaggio, se pur rielaborato, passi attraverso il suo corpo e venga trasmesso nel miglior modo possibile dall'artista che ne è portatore. La tecnica e l'estetica devono essere rispettate, ma quello che arriva al pubblico è il messaggio".

D: Da un punto di vista umano che cosa ti auguri?

R: "Spesso la vita di un artista di successo è segnata da una profonda solitudine, non è il mio caso e mi auguro che questo non cambi in futuro".



FEUDAL

CARzone

OFFICINA - CARROZZERIA - GOMMISTA

MINICAR - AUTO - JEEP

VIA GREGORIO VII 249/A - 00165 - ROMA

MOB. +39 3500320320

TEL. +39 06634346

FEUDAL.CAR@GMAIL.COM

L'UCCELLO DI FUOCO

A cura di Giulia BROCCOLETTI

L'uccello di fuoco è un balletto in due scene composto dal grande compositore e direttore d'orchestra russo Igor' Fëdorovič Stravinskij nel 1910. Gli venne commissionato dal direttore artistico e impresario teatrale Djagilev, il quale aveva ben presto intuito lo straordinario talento di Stravinskij già osservando le sue primissime opere.



L'impresario pensò infatti di realizzare un nuovo balletto costruito su di una fiaba russa intitolata "L'uccello di fuoco", in russo Zjar-Ptitsa.

Inizialmente l'incarico di comporre l'opera venne dato a Ljadov, professore di armonia di Djagilev, ma non dimostratosi all'altezza del compito, quest'ultimo pensò di affidarlo a Stravinskij. Il musicista iniziò fin da subito a pensare al balletto prima ancora di ricevere l'incarico ufficiale e quando questo arrivò, Djagilev rimase molto stupito quando seppe che l'opera era in realtà già avviata.

Il balletto ha come argomento centrale lo scontro tra due creature magiche: l'uccello di fuoco, che rappresenta la forza del bene e quella del male, immortalata dall'immortale mago di nome Koshchey. Tuttavia la sua immortalità è conservata sotto forma di un uovo in una scatola

e fino a quando questo non viene rotto, la sua vita non è in pericolo.

La fiaba narra di un giovane principe di nome Ivan Tsarevich, che vagando di notte si imbatte per puro caso in un giardino dove crescono alberi da frutto d'oro. In realtà questo luogo è incantato e appartiene all'infernale mago Koshchey, il quale pietrifica gli uomini e imprigiona le donne.

Addentrandosi sempre di più nel giardino, il principe, nei pressi del misterioso albero del male, incontra l'uccello di fuoco, un essere soprannaturale che vince sempre la morte.

L'unica umana emozione che però Zjar-Ptitsa non sa vincere è la paura di perdere la sua libertà. Quando infatti Ivan lo cattura, l'uccello lo prega di risparmiarlo e di rendergli nuovamente la sua libertà, in cambio lo avrebbe aiutato nel momento del bisogno. Così facendo gli consegna una piuma dai poteri magici promettendo al principe di tornare in suo soccorso nel caso di necessità.

Ivan continua a camminare per il giardino quando trova un gruppo di tredici ragazze e il caso vuole che si innamora subito di una di loro. Il principe scopre però che queste ragazze sono in realtà principesse, le quali sono tenute nel giardino da un incantesimo del mago e che, a causa di questo, all'alba devono tornare al suo palazzo.

Ivan vuole quindi aiutarle, ma quando spalanca il cancello del palazzo viene scoperto dalle guardie. A lui spetterà infatti il destino di essere trasformato in pietra, tuttavia, improvvisamente si ricorda della piuma datagli dall'Uccello di fuoco e agitandola appare l'uccello che lancia un incantesimo sul mago e sui suoi seguaci, questi sono costretti a eseguire una danza infernale seguita dal canto di Zjar-Ptitsa che li farà addormentare.



Mentre il mago e suoi sudditi dormono l'Uccello di fuoco rivela a Ivan il segreto dell'immortalità di

quest'ultimo, lo porta nella grotta dove è nascosto l'uovo contenente l'anima del mago e quando Ivan apre la scatola spacca l'uovo uccidendo il mago e spezzando tutti gli incantesimi, liberando così i prigionieri e le donne. La fiaba si conclude con il matrimonio tra il principe Ivan e la principessa Tsarevna.

Quest'opera ha avuto un ruolo storico determinante nella storia del balletto, soprattutto per quanto riguarda il suo grande valore musicale che ha dato vita ad un genere che non era proprio concepito per la danza.

Si può considerare infatti la sintesi di tutta la produzione creativa di Stravinskij.

Il linguaggio musicale è fortemente stravinskijano, questo si può notare dalla potenza e l'arditezza della scrittura, ma anche dal ritmo dinamico.

La novità dell'opera si può notare già dall'Introduzione misteriosa nel suo andamento e solenne. Questa parte introduce infatti il mondo oscuro e fantastico, il quale viene poi improvvisamente interrotto dall'apparizione dell'Uccello di fuoco, introdotta dagli archi.

Ad un certo punto il ritmo diventa poi sempre più ossessivo. Questo annuncia l'arrivo di Koshchey: ha inizio "la Danza infernale del mago e dei suoi sudditi" che segna uno dei momenti più significativi dell'opera. È proprio in questo punto che lo stile tipico di Stravinskij diventa evidente.

A seguito di ciò, si ha poi un ritmo lento suonato con dolcezza dagli archi.

Il Finale, con il suo tempo veloce e l'effetto grandioso e luminoso sottolineato dai timpani, è esattamente in contrasto con quello dell'Introduzione, la quale è misteriosa e cupa seppur mantiene un carattere solenne.

La coreografia del balletto è stata creata da Michel Fokine, ballerino e coreografo russo. Fokine si è però trovato di fronte ad un tipo di musica totalmente nuovo, per la sua realizzazione ha infatti lavorato a stretto contatto con il compositore Stravinskij.

Attualmente alcuni parti del ballo, come ad esempio le danze del mago, sembrano alquanto arretrate.

I diversi personaggi entrano in scena in sequenza e le loro danze seguono uno schema formale ben preciso. Il coreografo ha inoltre aggiunto delle danze popolari nel balletto che richiamano il folklore russo.

Per il personaggio di Zjar-Ptitsa, Fokine ha invece progettato la coreografia appositamente per la ballerina russa Tamara Karsavina che ne ha ricoperto le vesti. Il ruolo dell'uccello di fuoco contrasta nettamente con quello del principe Ivan

Tsarevich, il quale si presenta per l'appunto con una certa ingenuità.

Il momento in cui quest'ultimi ballano insieme viene chiamato "pas de deux" (coreografia per due ballerini, tradizionalmente un uomo e una donna, che eseguono passi insieme durante il balletto), è un tipico passaggio solitario da danza classica: la ballerina, che interpreta l'uccello di fuoco, balla sulle punte per esprimere la sua libertà e gioia e quando il principe la prende, sbatte le ali e trema di paura. Il pas de deux in questo punto mostra la scena del corteggiamento.



Il personaggio di Zhar-Ptitsa viene spesso confuso con la Fenice. Mentre quest'ultima è una figura che ha a che fare con la vita e con la morte, ovvero con la rinascita in senso lato, invece l'Uccello di Fuoco rappresenta l'ardore, la passione, che riguarda la ricerca della felicità. L'uccello di fuoco fu una delle prime rappresentazioni allestite a Parigi, che sancì, come visto precedentemente, una prima collaborazione tra Stravinskij e Djagilev, coppia destinata a grandi cose. Con quest'opera il balletto del XX secolo si trasforma dando vista ad una nuova dimensione che mette da parte gli schemi del classicismo e attinge ad una nuova linfa nella libertà di movimenti, nella minore durata rispetto ai grandi balletti classici e nella maggiore importanza che viene data alla musica.

LE COMPETIZIONI SPORTIVE E DI BALLO AL TEMPO DELLA GUERRA: TRA DIRITTI ED ESCLUSIONI

A cura di Sara PIEVAIOLI



La danza, al pari di ogni attività sportiva, nasce con l'uomo e ne rappresenta la massima espressione sportiva, legata, non soltanto al suo corpo, ma anche al suo pensiero.

Coinvolgendo le abilità umane basilari, tanto fisiche, che mentali, il costante e ripetuto esercizio, finalizzato al relativo miglioramento, ne permette di stabilire uno stretto collegamento con lo sviluppo stesso dell'intelligenza umana.

L'individuo nasce libero di muoversi, di parlare, di relazionarsi, di vivere.

Danza e sport sono quindi prima di ogni altra cosa espressione di libertà, per poi divenire diritto, allorché si decida di farle assurgere ad una ragione di vita, che, per esplicarsi, necessita di collettività, di associazionismo, di strutture e, conseguentemente, di regole.

Il passaggio dalla spontaneità all'osservanza della regola sposta quindi l'attenzione dalla sfera delle libertà a quella del diritto.

Quando poi lo sportivo diventa atleta di una Federazione, allora si afferma il diritto allo sport e nello sport.

Sulla base di questo presupposto, la Carta Europea dello Sport adottata dal Consiglio d'Europa nel 1974, afferma, all'art. 1, che chiunque ha il diritto di praticare lo sport e, all'art. 2, che lo sport, in quanto fattore importante dello sviluppo umano, deve essere incoraggiato e sostenuto in maniera appropriata con finanziamenti pubblici.

La Costituzione italiana, nel suo testo originario, pur non occupandosi esplicitamente di sport, riconosce comunque la cultura e le pratiche sportive quali strumenti di promozione umana e sociale, attribuendo alla Repubblica, ai sensi dell'art. 3, 2° comma della Cost., il compito di favorirne la diffusione.

All'art. 32, 1° comma, la nostra Carta Costituzionale statuisce inoltre la tutela la salute come fondamentale diritto dell'individuo e interesse della collettività, che per definizione annovera tra le sue massime espressioni lo sport e, nello sport, nella danza. Se così è, non v'è chi non veda come la pratica sportiva dovrebbe essere un ambito capace di andare oltre le barriere e contro ogni brutalità, ogni guerra e, prima di tutto, denunciarne l'orrore.

Sì, perché se si pensa alle vicende del Libano e della Ex Jugoslavia, così come ad altri contesti di conflitto, ci si avvede di come l'arte e le discipline atletiche e sportive abbiano dimostrato il loro straordinario e concreto potenziale diplomatico, nonché la capacità di svolgere un ruolo costruttivo, favorendo il dialogo tra le persone anche nei momenti più difficili, anche laddove la diplomazia fallisce.

In un contesto come quello attuale, in cui quotidianamente i nostri occhi sono costretti a guardare scenari di guerra, distruzione ed orrore, non certo per scelta dei popoli, ma dei pochi che li governano, la partecipazione alle

competizioni artistico-sportive acquista un significato importante, assumendo il valore simbolico di pace e di fratellanza, oltre che di una evidente presa di distanza dei popoli tutti dalle quelle scelte scellerate.

Appare pertanto un controsenso l'esclusione dalle competizioni internazionali sportive degli atleti russi, nel contesto delle cosiddette sanzioni, costituenti il deterrente pacifico con cui l'Europa, nella gran parte dei suoi stati aderenti, inclusa l'Italia, intenderebbe riuscire a dissuadere la Russia dal proseguire lo spargimento di sangue dei propri uomini, come di quelli ucraini che ne subiscono l'attacco.

Anche nel ballo, massima espressione della libertà delle forme, dei movimenti e dei corpi che attraverso questi creano spazi neutri di libertà, è stata recentemente operata questa esclusione.

Viene quindi spontaneo chiedersi se, in questo caso, la vera sanzione non sia indebitamente rivolta alle persone più che ad uno stato, ovvero ad una popolazione rea di essere governata da uno statista per che per tutti decide e opera; così come viene spontaneo interrogarci sull'efficacia di queste sanzioni, per così dire *ad excludendum* e, ancor di più, sul buon esito delle stesse.

A mio modesto avviso le distanze, al contrario, si colmano con l'inclusione.

Per dare vita ad una "normalità" globale in presenza di una guerra senza senso - perché, a prescindere dal merito delle ragioni, ammesso che di ragioni si possa parlare, il conflitto non è mai la soluzione al problema e dopo due anni di pandemia, che ha distanziato popoli e persone, generando di per sé cumuli di macerie relazionali, è necessario perseguire l'unione dei popoli e creare occasioni di inclusione, come le competizioni di ballo.

Questo rappresenta un segnale evidente di reazione pacifica alla bellicosità degli eventi e di dialogo tra popoli, quel dialogo che è il primo segnale di diplomazia.

Nella prospettiva di un futuro difficile - poiché, se anche la guerra finisse domani, è evidente che rimarrebbero macerie fisiche e umane di dimensioni inimmaginabili da ricostruire - credere nell'utopia della pace e dell'Europa come spazio ove realizzarla, comporta dare alle discipline artistiche e sportive, tra cui *in primis* la danza, la possibilità di svolgere il ruolo che loro appartiene per natura e definizione, quello di cambiare il mondo, per dirla come Nelson Mandela ci ha insegnato, iniziando dalla ricostruzione psico-fisica e sociale, ci cui c'è e ci sarà sempre un immenso bisogno.

Spazio quindi all'inclusione, all'unione, alla partecipazione di ogni atleta e ballerino, ora e non domani, qui e ovunque.



LA DANZA COME TERAPIA

A cura di Sandra TOMASI

Ciò che accade nel corpo si riflette sulla mente e viceversa, ovvero ciò che avviene nel cervello ha delle conseguenze sul corpo.



La danza terapia è una pratica che fa parte dell'arteterapia. Si basa sul principio secondo cui i movimenti e l'espressività del corpo, in combinazione con la melodia della musica, favoriscono risultati terapeutici in diverse patologie o disturbi riguardanti anche la sfera emotivo-psicologica.

Lo psichiatra Jung aveva intuito come le arti espressive, dalla musica alla pittura fino al teatro, abbiano un effetto positivo sulla psiche.

Se prima l'applicazione di questa tecnica avveniva solo a fronte di difficoltà categorizzate come di genere psicologico, oggi si tende a superare la suddivisione tra corpo e mente. Le neuroscienze sostengono che quest'ultime sono un tutt'uno e che non ha senso separarli anche nel

momento in cui si applichi una terapia.

Il ballo viene utilizzato per lavorare su vari fronti: capacità di coordinamento, equilibrio, attenzione, concentrazione, memoria, recupero muscolare.

Se ballare è considerata un'attività positiva per la salute di chi la pratica come hobby, oggi è scientificamente provato che ci sono molti benefici anche per chi sceglie la danza a scopo terapeutico.

Il ballo libera endorfine

Sono sostanze prodotte dal cervello, dall'ipofisi e dalle ghiandole surrenali e hanno un impatto positivo sulla sfera emotiva. Durante l'attività fisica, come il ballo, si ha un rilascio maggiore di endorfine, hanno una funzione di alleviare il dolore e di provocare eccitazione e buonumore. In molti casi anche i pazienti che si mostravano scettici, una volta lasciatisi andare, hanno mostrato soddisfazione oltre che miglioramento da un punto di vista terapeutico.

Potenzia l'equilibrio

Pur trattandosi di un movimento dolce, per ballare è necessario mantenere la postura corretta. Il ballo come terapia funziona in modo quasi automatico: senza accorgersene, il paziente si

sottopone a un esercizio molto efficace che aiuta a mantenere l'equilibrio anche in altre situazioni.

Permette di bruciare calorie

Sebbene sia un'attività da condurre con ritmi leggeri, permette di bruciare parecchie calorie. Spesso chi lo pratica non se ne accorge perché l'attenzione è più puntata sui passi e sulla musica, pertanto, si ottengono risultati importanti senza avere la sensazione di faticare.

Ballare è un buon allenamento per cuore e polmoni, durante la quale questi organi vengono stimolati. Inoltre migliora la circolazione sanguigna e permette un'ottima ossigenazione.



Tonifica i muscoli

Sottoposti a sollecitazione durante il ballo, non riguardano solo le gambe, ma anche busto, spalle e glutei, così come gli addominali e i dorsali impegnati nel mantenimento della postura corretta e può essere utile anche come coadiuvante nella terapia per chi soffre di patologie alla schiena.

Gli impieghi della danza a scopo terapeutico oggi sono molti e grazie ai buoni risultati che si sono riscontrati, si sono ottenuti esiti positivi in ambito fisioterapico, nella cura del morbo di Parkinson e nella riabilitazione cardiologica.

Tango e Parkinson

Negli ultimi anni il tango è entrato tra gli strumenti usati dagli specialisti nella cura del morbo di Parkinson. Il ballo come terapia si è infatti affiancato ai metodi tradizionali, ovvero farmaci, fisioterapia e supporto psicologico.

Sembrerebbe che il tango abbia la capacità di migliorare il controllo motorio e posturale dei pazienti affetti da questa malattia grazie all'attivazione di una area del cervello preposta alla programmazione del movimento.

Un'altra importante applicazione della danza in ambito terapeutico, riguarda la riabilitazione cardiologica. I suoi vantaggi nascono dalla carica positiva che il ballo porta ai pazienti. Questi sono invogliati a esercitarsi in modo dolce, ottenendo importanti riscontri a vari livelli, dalla regolazione pressoria alla diminuzione dei livelli di colesterolo nel sangue. Uno studio dell'università di Houston avrebbe dimostrato come il ballo liscio sia un'ottima prevenzione per patologie cardiache come l'infarto.

Quindi danza che ti passa!

GUERRA E BALLO

Di Angelo Maria Vegliante

Il conflitto UCRAINA RUSSIA ha fatto non poche vittime, soprattutto tra i civili. Purtroppo la Guerra va sempre a scapito dei più deboli e la famosa massima "LA GUERRA SI FA PER COLPA DI DUE CHE SI CONOSCONO LITIGANO E NON SI UCCIDONO E MANDANO AL MASSACRO MIGLIAIA DI PERSONE CHE NON SI CONOSCONO E NON LITIGANO" calza a pennello. Ma oltre alle vittime sul campo esistono anche altri tipi di vittime di questa Guerra e sono le vittime della indifferenza.

Per rimanere nel campo del ballo e per usare un esempio calzante la WDO, la nuova organizzazione mondiale di ballo ha deciso di VIETARE ai ballerini Russi di competere.

Questa è l'ennesima dimostrazione di dove la deficienza umana possa arrivare.

Una organizzazione che non conosce quasi nessuno, che non conta niente, fatta di disperati che hanno tradito la WDC e con lei Donnie BURNS, che conta zero VIETA ai ballerini Russi di competere, fregiandosi di questa presa di posizione attraverso un comunicato nazista di emarginazione.

La nostra legge vieta ogni tipo di discriminazione sociale, religiosa, culturale eppure questa massa di idioti concentrati sotto una sigla WDO cosa fanno? Incitano alla emarginazione e quindi, indirettamente, all'odio.

Secondo il mio modesto parere chiunque oggi sta con la WDO sta con una organizzazione filonazista e ne approva certe vergognose determinazioni. Come ha scritto la Maestra Caterina ARZENTON niente e nessuno può separare chi balla anzi, accogliere oggi i ballerini Russi è una chiara dimostrazione di distensione e non di astio.

Quindi per me devono essere condannate tutte le forme di emarginazione, che portano solo verso l'odio, e deve essere dato spazio alla integrazione e alla interazione sociale.

Nessuno è colpevole del conflitto tra Russia e Ucraina se non solo chi lo ha deciso e nessuno può permettersi di assumere certi atteggiamenti nazisti che ricordano quando i Tedeschi emarginavano gli Ebrei dalla vita sociale o quando gli Americani vietavano agli Americani di Color e definiti allora con disprezzo Negri di accedere ai luoghi frequentati dai Bianchi.

La WDO attraverso la sua dirigenza internazionale BIZOKAS, VESCOVO, ROMANO, CHAO, DOKMAN,

HOWSON, KUSUNOKI, LEE, LEE, LAY ha creato per la prima volta nella storia del ballo una distinzione sociale attraverso la emarginazione dei ballerini Russi.

Credo che niente altro possa dirsi su quanto se non che tutte le altre Organizzazioni Internazionali, con in testa la WDC nella persona del Presidente Donnie BURNS e con lei la WDC ITALY nella persona del Presidente Mauro D'AMBROSI hanno scelto la strada più logica, continuando ad invitare nelle loro manifestazioni i Ballerini Russi, a dimostrazione che l'accoglienza, l'abbraccio, la socializzazione possono aiutare alla distensione e non all'odio, possono unire tra loro i "fratelli" di ogni razza, religione, colore, cultura dimostrando che con l'amore si ottiene la pace, non certo con l'odio e l'emarginazione.

Come diceva Gesù: "Non cercare nell'occhio del tuo prossimo la pagliuzza quando nel tuo c'è un trave".

Del resto, e questa è una mi personale considerazione, se la WDO è nata da persone che hanno tradito Donnie BURNS e la WDC cosa possiamo aspettarci? Non certo niente di buono. Riflettete gente prima di scegliere con chi ballare, perché questi forti segnali sociali devono pesare sulle coscienze di chi li commette.



Il Ballo è amore.

**QUESTO SPAZIO E' STATO
GENTILMENTE
ACQUISTATO DAL
COMITATO AIMB EMILIA
ROMAGNA PER TUTTO
L'ANNO 2022,
CONTRIBUENDO ALLA
NOSTRA INIZIATIVA.
A LORO VANNO I NOSTRI
PIU' SENTITI
RINGRAZIAMENTI
IL PRESIDENTE
NICOLA AMATO
IL DIRETTORE
ANGELO MARIA VEGLIANTE**

**SPAZIO ROSSO EURO 45,00/ MESE
PER UN ANNO EURO 39,00 /MESE**

PUBBLICITA'

**SPAZIO BLU EURO 25,00 /MESE
PER UN ANNO 20 EURO MESE**

PUBBLICITA'

**SPAZIO NERO EURO 90/MESE
PER UN ANNO EURO 79/MESE**

PUBBLICITA'

