



## VOMIEN – CINQUANT’ANNI DI PASSIONE

La prima squadra di pallavolo della Vomien si formò in modo quasi pionieristico oltre cinquant’anni fa. Con il passare degli anni, gli sforzi e la passione dedicati, Vomien è cresciuta notevolmente e diverse squadre hanno dato alla società molte soddisfazioni. Oggi vorremmo rinnovare lo spirito di allora e diventare pionieri a Legnano del Sitting Volley e sognare che, magari fra qualche anno, potremo eccellere anche in questa disciplina.

## COS’E’ IL SITTING VOLLEY?

E’ una disciplina della pallavolo che **si svolge obbligatoriamente da seduti**. Le regole sono simili a quelle della pallavolo: si gioca in sei, più sei riserve, i ruoli dei giocatori sono gli stessi. Cambiano le misure del campo e l’altezza della rete. Si gioca al meglio dei cinque set, chi raggiunge il punteggio di venticinque, con due punti di scarto, vince. Il quinto set si gioca al raggiungimento dei quindici punti.

Ecco un link per approfondire i fondamenti della disciplina:

<https://youtu.be/xDaJdHYLtkQ>

La disciplina fu creata dal neurochirurgo Dr Guttman, che studiò e realizzò dei programmi di allenamento, facendovi partecipare i pazienti del suo ospedale. Fu poi introdotto come sport in Olanda a metà del secolo scorso.



Grazie alla motivazione per lo sport, le persone coinvolte cominciarono a sviluppare la muscolatura delle braccia e delle spalle, raggiungendo rapidamente risultati migliori rispetto a quelli ottenuti con la consueta chinesiterapia. Nel giro di pochi anni, da terapia riabilitativa, lo sport dei disabili divenne attività ricreativa e successivamente agonistica.

Può essere inteso come nuovo modello riabilitativo che coniuga il **recupero psicofisico e l’integrazione sociale**, facendo scoprire nuovi orizzonti a persone con difficoltà e alle loro famiglie ed aiutare loro a **superare i blocchi mentali**, come si può vedere in questo breve video:

<https://youtu.be/SxapU8iwwzY>

## PERCHE' QUESTO PROGETTO?

L'intento di Vomien è quello di creare una squadra che possa accogliere tutti quegli atleti che vogliono approcciarsi a questa specialità. Offrendo alle persone con disabilità e non, la possibilità di praticare attività sportiva in uno schema di **interazione, inclusione, rispetto di se stessi e degli altri, delle regole** e degli strumenti del gioco stesso. Accogliendo il bisogno innato delle persone di socializzazione e sentirsi incluse in ogni contesto sociale, garantisce alle famiglie dei ragazzi la tranquillità di alcune ore, in quanto sicuri di aver affidato il proprio figlio ad un ambiente sano e che lo ha accolto nella sua interezza ed unicità di essere umano. Questa filosofia è poi la medesima che da sempre contraddistingue la nostra società sportiva. Siamo convinti che sia uno sport adatto anche a normodotati che vogliono mettersi in gioco e dove **il ruolo del disabile viene capovolto**, in cui chi non ha difficoltà a muoversi si immedesima nell'altro. Lo scopo è quello di giocare insieme, fare squadra per condividere la **passione per lo sport**, sperimentare la differenza come un momento di arricchimento e crescita, per favorire nuove pratiche che **non escludano le difficoltà, ma le integrino in percorsi alternativi**. L'eterogeneità della squadra invita ad andare oltre l'aspetto riabilitativo per raggiungere una competitività bilanciata, con un'attenzione alla **motivazione e all'inclusione sportiva e sociale**. Ha costi bassi per la pratica in quanto non ha bisogno di attrezzature specifiche e la rete può essere anche sostituita da un nastro, ciò consente la sua diffusione anche nelle scuole o in palestre non particolarmente attrezzate e permette un percorso per gradi di difficoltà crescenti.

## COSA CERCHIAMO?

Stiamo cercando suggerimenti, collaborazioni e contatti per poter sviluppare questo progetto e rendere realizzabile un'idea che a nostro parere, può dare un segnale positivo e di speranza alla nostra realtà cittadina e non solo. Invitiamo le associazioni e chi volesse partecipare attivamente all'iniziativa e condividere con noi questa avventura, di contattarci telefonicamente o mandare una mail all'indirizzo sottoindicato.

Referenti progetto Sitting Volley Vomien:

*Lucio Crotti – Presidente Vomien*

*Giorgio Andrea Zanaldi - responsabile progetto sittingvolley  
tel. 3396058308 - email: vomien.progetti@gmail.com*