



Il progetto Swim'n'Swing mira a definire un modello innovativo nell'ambito dello sport e delle disabilità che rivoluzionerà il modo di vivere l'allenamento ed il rapporto con la piscina

L'idea nasce dall'esperienza di Dario Masala, istruttore FIN, istruttore FINP (Federazione Italiana nuoto Paralimpico), musicista e musicoterapista e nasce soprattutto dall'intenzione di promuovere l'attività natatoria con l'ausilio della musica e della musicoterapia.

Nel concreto la metodologia elaborata alla base di Swim'n'Swing, unica nel panorama nazionale e probabilmente internazionale, applica l'indipendenza ritmica dei quattro arti, la stessa richiesta ai batteristi, per migliorare stile ed efficienza energetica della nuotata e la fluidità ritmica dei bassisti. "L'integrazione tra persone che hanno disabilità e persone non disabili - dichiara Dario Masala - avviene grazie all'arte e all'acqua: verranno svolti infatti dei laboratori di musica e di sensibilizzazione ritmica ai quali parteciperanno allievi ed atleti. Il lavoro di analisi tecnica delle nuotate viene fatto poi in studio di registrazione, dove vengono arrangiate e suonate delle composizioni affini alle caratteristiche degli atleti. L'analisi consentirà anche di poter sentire musicalmente i difetti di una nuotata"

In questa innovativa metodologia la musica infatti non solo aiuta a creare un senso di comunità fra coloro che si uniscono nella fruizione della performance artistica ma, essendo basata su ferree regole matematiche e ritmiche, si interfaccia pienamente con i movimenti del corpo umano e stimola la concentrazione ed il miglioramento del gesto atletico.

In piscina si studieranno e si "suoneranno" gli stili degli allievi e degli atleti su pattern musicali

estrapolati dalla musica funk, jazz e dal pop e l'atleta, dando un'interpretazione motoria degli stessi, avrà quindi la possibilità di muoversi in acqua mostrando caratteristiche diverse a seconda del brano ascoltato. Questo sistema consentirà a tutti gli atleti, paralimpici e non, dilettanti o professionisti, di seguire allenamenti adattati alle loro esigenze specifiche, ottimizzandone i movimenti e migliorando la performance.

Il progetto Swim'n'Swing, già in fase esecutiva da alcuni mesi, prevede che le nuotate vengano valutate da un punto di vista didattico-scientifico e ciò sarà interessante per capire se le performance degli atleti possono arricchirsi in termini tecnici. Per questo motivo è di grande importanza la partecipazione come consulente tecnico dell'ingegnere biomeccanico sassarese Stefano Nurra, attualmente operativo presso il centro tecnico di Bursa, in Turchia, dove studia e allena atleti internazionali di fama mondiale. Importante inoltre l'intervento di musicisti molto validi come Mauro Mulas (pianista e compositore) e Daniele Piu (batteria) che si occupano di didattica ritmica e Daniele Sanna (chitarra dei Getsemani) che darà il suo contributo in studio per gli arrangiamenti dei brani.

La serata di presentazione del progetto, a chiusura della prima fase di test e che si terrà a Sassari nei primi giorni di Gennaio, vedrà scendere in vasca Filippo Magnini, pluricampione di livello internazionale, Luigi Usai, medaglia di bronzo di nuoto stile libero categoria S3 ai campionati nazionali paralimpici di Brescia del 2018, e Arianna Talamona, campionessa mondiale di nuoto paralimpico.

In tale occasione, musicisti di altissimo livello fra cui Massimo Moriconi, bassista italiano che ha collaborato con i big della musica nazionale ed estera, suoneranno i movimenti dei due nuotatori che, da parte loro, nuoteranno sulle note e sui ritmi dettati dai musicisti.