



SOPHIA CAMPANA

AMICHE
sulla TRAVE



FABBRI
EDITORI

FABBRI
EDITORI

Collaborazione ai testi: Tea Orsi
Redazione e impaginazione: Pollici Opponibili studio editoriale

Pubblicato per
FABBRI
EDITORI
da Mondadori Libri S.p.A.

© 2025 Mondadori Libri S.p.A., Milano
Illustrazioni © Elisa Pocetta
Prima edizione: aprile 2025
Terza edizione: ottobre 2025
ISBN: 979-12-234-0060-9

Stampato presso  Grafica Veneta S.p.A.
Via Malcanton 2, Trebaseleghe (PD)
Printed in Italy

SOPHIA CAMPANA

Amiche sulla trave



FABBRI
EDITORI





Una grande giornata



Era un pomeriggio di sole e mi sentivo felicissima. A scuola era andato tutto bene, avevo già pranzato e, finalmente, mi stavo preparando per il momento più bello della giornata: il mio super prezioso allenamento in palestra!

Mi sono pettinata i capelli, li ho cosparsi con un po' di gel super fortissimo (e pieno di bril-

Amiche sulla trave



lantini!) e li ho raccolti in due codini, ma... come sempre non sono riuscita a farli alla stessa altezza, così ho cominciato a disfarli e rifarli tantissime volte. Uff, mi succede sempre: fare due codini uguali è un'impresa difficilissima e, proprio per questo, quando mi preparo finisco per fare tardi!

Capitolo 1

Quel giorno, però, ci sono riuscita al quinto tentativo (non male!), così ho aperto subito il cassetto, anzi, i cassetti delle meraviglie! Quelli che contengono tutti i miei amatissimi body da ginnastica artistica.

Li ho di tutti i colori dell'arcobaleno e anche di più, a tinta unita e fantasia: rosa, azzurro, giallo, verde, viola, rosso, blu, a stelle, con le fiamme, leopardato, lilla e bianco.

Quale mettermi?

Mmm... la scelta ogni volta è difficile, così ho chiuso gli occhi e ne ho preso uno a caso.

«Rosa. Perfetto!»
ho esclamato,
riaprendoli. In
effetti il mio umore
era proprio rosa quel
giorno: ero felice!





Amiche sulla trave

Ho indossato velocemente il body, ho infilato sopra la tuta, ho preso la borsa e la borraccia, ho guardato l'orologio e... ho scoperto di essere in super anticipo. Incredibile: io sono

SEMPRE in ritardo! Era davvero un evento

straordinario, perché mancava addirittura

un'ora all'allenamento! Mi

sembrava di averci messo secoli e, invece, mi ero preparata

in pochi minuti. Ho guardato

fuori dalla finestra per vedere

se, data la situazione insolita,

stesse grandinando, ma...

era tutto okay! Phew!



Capitolo 1

E adesso? Be', potevo ripassare a mente gli esercizi, in particolare il doppio flic sulla trave, che io per gioco chiamo flic flic, che in quel periodo mi faceva un po' paura.

Da spettatori può sembrare un movimento semplice, soprattutto se viene eseguito bene, ma in realtà è faticoso e molto difficile per noi ginnaste. Solo con tanto impegno e allenamento, si riesce a farlo.

Ecco perché mi faceva paura: temevo di bloccarmi e di non riuscire a muovere le gambe, le braccia... NULLA!

Nella ginnastica a volte capita, perché facciamo

