

## Le punte: a che età iniziare

È risaputo che le ballerine iniziano ad approcciarsi al mondo della danza già da molto piccole, tra i cinque e i dieci anni, mentre cominciano il lavoro sulle punte dai dodici anni in su. In realtà, non esiste un'età standard per iniziare a stare sulle punte: l'età giusta, in effetti, è quella in cui l'ossatura e la muscolatura del corpo sono diventate abbastanza forti e sviluppate da poter sopportare il lavoro sulle punte senza arrecare danni al fisico della ballerina.

Quindi, mentre si attende di essere pronte per le punte, si lavora tenacemente e costantemente per rendere le caviglie più robuste e per sviluppare meglio il collo del piede. Naturalmente questo è un lavoro che non dev'essere iniziato senza essere seguiti dall'insegnante di danza, l'unica figura professionale che può effettivamente esprimersi su un eventuale lavoro sulle punte e che potrà correggere l'allieva e impartirle le lezioni necessarie per affinare il metodo più corretto di stare sulle punte.

## I passi successivi

Ogni ballerina che si appresta a lavorare sulle punte sa che le scarpine vanno preparate in un certo modo: infatti, prima bisogna cucire i nastri e gli elastici. Per quanto riguarda i primi, per trovare il posto giusto in cui cucirli bisogna piegare la parte posteriore della scarpetta verso l'interno della punta: i nastri andranno quindi sistemati ai limiti della piegatura. L'elastico, come detto, è utile da inserire nella scarpetta affinché questa possa aderire meglio al piede e possa star ben salda, per cui va sistemato al centro dietro la scarpetta, così che possa girare intorno alla caviglia. Se volete evitare che le cuciture del tessuto saltino a causa dell'usura della scarpa, potete rinforzare con dei punti l'estremità del tessuto sull'empeigne, intorno alla base. Anche se questa saldatura richiede molto tempo, sicuramente il risultato farà valere i vostri sforzi. Se invece volete affidarvi ad un rimedio più alla mano, potete passare semplicemente della colla o dello smalto trasparente, per tenere fermi eventuali fili che si scuciono.

Ogni ballerina sa anche come riuscire a far durare di più le sue scarpette da punta: l'estremità esterna va infatti rinforzata con una cucitura di rinforzo che andrà eseguita tutta intorno alla base della scarpina, oppure andrà inserito all'interno uno strato di colla o di smalto trasparente per le unghie.

Questo metodo però potrebbe rischiare di far scivolare la ballerina, per cui non appena le punte saranno diventate più molli, bisognerà riporre le scarpette nel frigo: il freddo aiuta infatti a conservare più a lungo le punte. Al posto dello smalto è possibile anche usare una colla tipo quella per il legno, però si tratta di un sistema meno pratico e anche un po' pericoloso perché la colla potrebbe sciogliersi col troppo caldo: tanto vale a questo punto buttare le scarpette.

## Scegliere le giuste scarpette da punta

La peculiarità delle **scarpette da punta** è quella di essere cucite interamente a mano e quindi nessun modello risulta mai essere identico a un altro, ciò sarebbe particolarmente impossibile dato che ogni paio di scarpe dev'essere personalizzato in base a chi le indossa.

Quando si scelgono le scarpette quindi, bisogna provarle con attenzione perché alla fine sarà il piede a risentire del cattivo acquisto. In genere, meglio non sceglierle troppo dure o troppo morbide, e nemmeno troppo grandi o troppo strette: il trucco è controllare che l'alluce possa stare ben steso all'interno della scarpa e che allo stesso tempo non abbia spazio per muoversi.

Se invece si usa una protezione per le punte, al momento della scelta delle scarpe sarebbe meglio indossarle con tutta la protezione e provarle posizionandosi mezza punta: per controllare che non siano piccole, bisogna tendere la punta e se si riesce ad acchiappare tra le dita il tessuto dietro al tallone significa che andranno bene. Altra accortezza è quella di non stringere eccessivamente il cordoncino della scarpa. Se, invece, provando le scarpette da danza la suoletta si piegherà, sarà segno evidente che dopo pochi balletti le scarpine saranno inutilizzabili.

Le mezze punte, invece, possono essere sia in cuoio che in tela: quelle più usate dalle debuttanti sono in cuoio perché permettono di lavorare meglio in quanto meno flessibili, mentre quelle con la soletta interna sono più adatte agli allievi medi perché permettono di lavorare meglio il collo del piede, infine le mezze punte usate dai professionisti sono quelle che presentano la soletta a doppia goccia.

