

A Senna la gimkana ginnica Bentornato polisportivo

Attività sportiva. Domenica oltre 500 giovani atleti hanno affrontato la prova indoor "Presenti quasi tutte le squadre iscritte; allenatori e genitori credono nel progetto polisportivo"

Sono le 17.00 di domenica pomeriggio quando, a Senna Comasco, presso la palestra comunale, si conclude la gimkana ginnica del campionato polisportivo. Qui, per sette ore, ininterrottamente, si sono alternati bambini e bambine dagli 8 ai 12 anni per la seconda prova del campionato polisportivo. Oltre 500 giovani atleti hanno affrontato per ben due volte un percorso ricco di slalom e salti per mettere alla prova velocità e coordinazione. A coordinarli ed incoraggiarli in quella che per molti era la prima prova sportiva individuale c'erano i giudici ciessini, ma anche molti dirigenti e un pubblico numeroso ed entusiasta.

Quattro le categorie coinvolte, ovvero Under 10 maschile e femminile e Under 12 maschile e femminile. 54 inoltre le squadre presenti.

I risultati delle due manche hanno permesso di stabilire la classifica finale, primo importantissimo tassello per guadagnare punti sia a livello individuale che di società. Si aggiudicano la vetta della classifica in questa prima prova alternativa, guadagnando così 600 punti: Francesca Rinaldi (GSO San Luigi) per la categoria Under 10 femminile, Fabio Ronchetti (GSO Buccinigo) per la categoria Under 10 maschile, Lucia



Atleta dell'Under 12 femminile durante la prova indoor

Dominioni (Pol. Comense) per la categoria Under 12 femminile e Tommaso Ronchetti (GSO San Luigi) per la categoria Under 12 maschile.

"Direi che siamo partiti con il piede giusto - commenta il coordinatore tecnico arancio - il 95% delle formazioni iscritte al campionato ha par-

tecipato alla gara. Questo significa che allenatori, dirigenti e genitori credono nel progetto polisportivo e nella sua validità. Al di là dei numeri, che pure sono importanti, mi è piaciuto poi il clima di festa che si è creato, merito dei sostenitori presenti sugli spalti, ma anche della disponibilità di tanti diri-



Due momenti della gimkana ginnica a Senna

genti che hanno collaborato alla gestione della manifestazione. Un sentito ringraziamento va anche alla società sportiva FC Senna per l'ospitalità. La gimkana fa ormai tappa presso la palestra comunale da diversi anni, ci sentiamo un po' come a casa".

Nel mese di dicembre prose-

guiranno le sfide sui campi da calcio e da volley. Le prove alternative torneranno invece a gennaio con il tennis tavolo e il tennis dolce.

Online

PER CONSULTARE LE CLASSIFICHE COMPLETE VISITATE IL NOSTRO SITO: www.csicomo.it

POLISPORTIVO LAGO

Ecco il regolamento del calcio giovanile



Publicato sul sito www.csicomo.it il regolamento del calcio per il settore polisportivo Lago. Frutto della collaborazione tra lo staff tecnico ciessino e i dirigenti della Zona Lago, da oggi questo documento è finalmente online.

FORMAZIONE

Crescere: un gioco di squadra



Martedì 6 dicembre, presso il CDD di Lurate Caccivio, alle ore 20.30, si svolgerà il terzo incontro della proposta formativa dedicata agli operatori sportivi "Crescere: un gioco di squadra". Nel corso della serata verranno presentate idee e strumenti per aiutare gli operatori sportivi a contribuire in modo efficace alla crescita dei minori nella Comunità. Per informazioni 347-2408354.

Polisportività: ecco un corso per allenarla

Per chi davvero crede nella proposta polisportiva è in arrivo un'importante novità. Da gennaio 2017 prenderà infatti il via un corso allenatori pensato per chi allena o vorrà allenare nell'ambito del campionato polisportivo. Un percorso formativo che, attraverso incontri di carattere sia teorico che pratico, fornirà gli strumenti e le conoscenze per educare allo sport con serenità e competenza.

Il Professor Giuseppe Cairoli, affiancato dal Prof. Marco Marazzi e dal Dott. Mattia Ramella, partirà da un'introduzione della didattica e della metodologia dell'allenatore CSI, per poi affrontare l'insegnamento dei fondamentali individuali (volley, calcio e basket) e il loro sviluppo attraverso esercitazioni pratiche e giochi. Dal "saper essere" al "saper fare" per vivere con pie-



rezza e consapevolezza il proprio ruolo di allenatore-educatore.

Il corso si svolgerà dal 18 gennaio e fino al 27 marzo, nelle serate di mercoledì, dalle 21.00 alle 23.00, presso la sede del CSI Como (teoria) e presso la palestra di via Lucini a Como (pratica). A fine corso verrà rilasciato il diploma di aspirante allenatore di I livello. Il calendario completo del corso è reperibile sul sito www.csicomo.it. Per informazioni ed iscrizioni inviare una mail a formazione@csicomo.it.



Esordio positivo a Lenno per il Superminivolley

Buona la prima per il superminivolley della zona Lago che, domenica 27 novembre, a Lenno, ha inaugurato alla grande la propria stagione sportiva. Nel corso del pomeriggio, 30 giovani atlete si sono sfidate senza sosta in match 4 contro 4 sui due campetti predisposti per l'occasione. 6 le squadre che sono scese in campo, due per ciascuna delle società sportive presenti: US Tremezzo, Pol. Lariana Menaggio e Volley2Laghi. Divertimento e tanto sport per queste atlete che iniziano a coltivare la passione per il volley. Per conoscere le classifiche complete visitate il sito www.csicomo.it nella sezione "Attività lago".



Under 7: non solo calcio Slalom e salti a Cantù

US Olympic, CSO San Carlo, ASD San Michele e i padroni di casa del GS San Giuseppe Asnago. Sono queste le società sportive che sabato scorso, con i loro baby calciatori, hanno dato il via all'attività Under 7 maschile per la stagione 2016/2017. Incuranti del freddo ben 30 piccoli atleti si sono confrontati con i coetanei in partitelle 3 contro 3 sul campetto di Cantù Asnago. Per loro non solo calcio, ma anche un semplice percorso ad ostacoli, una sorta di gimkana ginnica per allenare coordinazione e velocità e per prepararsi ad una futura partecipazione al campionato polisportivo.