

Il Polisportivo parte con sprint A Lenno la corsa su strada

Stagione 2018/19. La prova alternativa della categoria Under 12 apre l'avventura polisportiva. Pubblicati sul sito www.csicomo.it i calendari completi dell'attività e le formule dei campionati

L'attività polisportiva è ai nastri di partenza. Martedì, in sede CSI, sono stati consegnati i calendari alle società sportive e da domenica si parte ufficialmente. Ad inaugurare degnamente il Campionato Polisportivo, giunto quest'anno alla sua 40esima edizione, non saranno soltanto i match di calcio e volley, ma anche una delle prove alternative che contraddistinguono e rendono unico il torneo arancioblu.

Primi appuntamenti

Le atlete e gli atleti Under 12 affronteranno la prova di corsa su strada e lo faranno in una location suggestiva ed affascinante sulle rive del Lago di Como. Sarà infatti l'ASD Lenno ad ospitare questa prima gara. Anche la scelta del luogo non è casuale, ma sottolinea la volontà di continuare a percorrere la strada tracciata nel corso delle ultime stagioni. Come già lo scorso anno infatti il Campionato polisportivo coinvolgerà in un'unica avventura sportiva entrambe le zone che compongono il nostro comitato, la zona di Como e la zona del Lago. I giovani atleti sono attesi presso il centro sportivo di via degli Artigiani. Per l'Under 12 maschile il ritrovo è previsto per le ore 9.30, partenza gare ore 10. Le ragazze si ritroveranno invece a partire dalle

ore 10.45 per poi gareggiare alle 11.15. Domenica 14 ottobre sarà la volta degli atleti della categoria Under 10 che, a Ronago, metteranno alla prova la propria resistenza con la corsa campestre. Ospiti della società sportiva US Mulini anche i ragazzi dell'Under 12 maschile che monteranno in sella per la prova di mountain bike.

Le formule dei campionati

E dopo i primi weekend dedicati alla polisportività e alla sperimentazione spazio ai campionati di calcio e di pallavolo. Non ci saranno cambiamenti sostanziali nelle formule. Le categorie Under 10 e Under 12 maschile, dopo aver affrontato una prima fase a gironi suddivisi per zona, si sfideranno in una seconda fase sempre a gironi ma questa volta suddivisi sulla base della classifica. Le 11 formazioni dell'Under 12 femminile invece si affronteranno come da tradizione in un campionato con girone di andata e di ritorno. Tutto è pronto. Non resta che scendere in campo per vivere insieme una nuova stagione di sport e divertimento.

On line

SUL NOSTRO SITO TROVATE I CALENDARI COMPLETI DELL'ATTIVITÀ POLISPORTIVA.
www.csicomo.it



Atletica

Regionali di corsa su strada



Domenica 7 ottobre la zona Lago ospiterà un'altra importante manifestazione arancioblu. Questa volta protagonisti saranno i runner provenienti da tutta la Lombardia. A Mezzegra infatti, con partenza presso il Centro Sportivo in via S. Abbondio, si svolgerà il 9° Trofeo Zoca de l'Oli, valevole anche come 3° ed ultima prova del 15° Campionato regionale di corsa su strada. Le gare prenderanno il via alle ore 10. Per chi ancora non avesse effettuato l'iscrizione on line sarà possibile iscriversi in loco entro le 9.30. Al termine della competizione verranno effettuate le premiazioni. I risultati ottenuti in gara saranno importanti per guadagnarsi l'accesso ai Nazionali di corsa su strada che si terranno a Palmanova il 20 e il 21 ottobre 2018.

MINIVOLLEY

Riunione in sede per l'Under 10



Lunedì 8 ottobre, alle ore 21.00, presso la sede del comitato provinciale, sono attese le società sportive iscritte all'attività Under 10 femminili. Tema dell'incontro sarà la calendarizzazione dell'attività di mini-volley per la stagione 2018/2019.

FORMAZIONE

AAA cercasi arbitri di calcio



Nei giorni scorsi ha preso il via il percorso formativo dedicato agli aspiranti arbitri di pallavolo. La prossima settimana partirà invece il corso per i nuovi fischietti del calcio. L'appuntamento è fissato per lunedì 15 ottobre alle ore 21.00 in sede CSI. Il corso è gratuito. Requisiti per la partecipazione: passione sportiva e maggiore età. Per informazioni ed iscrizioni: formazione@csicomo.it.

STAGIONE 2018/19

Chiusura iscrizioni attività Under 8



Lunedì 15 ottobre si chiuderanno le iscrizioni all'attività sportiva dedicata ai giovanissimi atleti Under 8. In programma concentranti e raduni per avvicinarsi allo sport giocando e divertendosi. Per informazioni contattate la segreteria CSI.

SOCIAL

Il CSI Como è su Facebook

Seguici sulla nostra pagina ufficiale (@csi.comitatocomo) per essere sempre aggiornato sugli eventi targati CSI Como.

Mister di calcio Open a 7 Corso al via l'11 ottobre

Se una volta era una novità oggi il corso per allenatori Open a 7 è diventato un appuntamento irrinunciabile nel calendario formativo ciesino. Negli ultimi anni oltre 130 nuovi mister si sono diplomati e sono stati iscritti all'Albo Nazionale. Un vero e proprio successo!

Dalla scorsa stagione poi la presenza in panchina di un allenatore abilitato è stata resa obbligatoria per la serie A. Eccoli allora a riproporre questo percorso formativo strutturato in 8 lezioni a cadenza mensile durante le quali si parlerà della storia e dell'evoluzione dei moduli di gioco, di tecnica e tattica calcistica, di preparazione fisica, ma anche degli aspetti psicologici indispensabili per gestire al meglio il

gruppo squadra.

Teoria, esercitazioni pratiche e filmati tratti direttamente dal nostro campionato Open a 7 si alterneranno per offrire ai corsisti un'esperienza formativa arricchente, ma anche avvincente e coinvolgente. In cattedra e sul campo si alterneranno relatori d'eccellenza. Accanto al responsabile della formazione Prof. Marco Marrazzi ci saranno Stefano Faletti, preparatore atletico professionista, Christian Boscolo, ex calciatore e allenatore professionista e il Dott. Mattia Ramella, psicologo e psicoterapeuta.

La prima lezione si terrà giovedì 11 ottobre, alle ore 21.00, in sede CSI. Per informazioni ed iscrizioni scrivete una mail a: formazione@csicomo.it.

Formazione

Dirigenti-arbitri di calcio e volley

Figure indispensabili per lo svolgimento dell'attività sportiva giovanile, i dirigenti-arbitri sono chiamati a seguire un breve percorso formativo prima di poter dirigere le partite dei campionati Under 10 e Under 12 del calcio e Under 12 del volley. Il corso avrà inizio lunedì 8 ottobre, alle ore 21.00, presso la sede di via del Lavoro. Al centro della prima lezione ci saranno il Patto Associativo e le peculiarità del ruolo di dirigente-arbitro. Nelle prossime serate invece si entrerà nel vivo del regolamento arbitrale e si affronteranno lo studio delle regole e la casistica.

