

Al via il primo Trofeo Vertical 4 sfide per amanti dell'only up

Novità. Nasce il primo circuito arancioblu per gli appassionati della corsa in salita. Pubblicato sul sito il regolamento, si partirà il 17 marzo con il "Como Urban Night Vertical"

Novità in arrivo in casa CSI per il settore atletica. Nel mese di marzo partirà infatti il primo Trofeo Vertical promosso dal CSI Como, una competizione imperdibile per tutti gli amanti della corsa in salita.

Il calendario del trofeo

Un calendario ricco e articolato attende gli atleti che vorranno mettere alla prova la propria determinazione e resistenza. Quattro gare distribuite su un arco temporale che va da marzo ad ottobre, un vero e proprio circuito caratterizzato da percorsi suggestivi e sicuramente impegnativi a cui faranno da cornice i monti lariani e le bellezze del Lago di Como. Il primo atto di questa sfida a fil di cielo andrà in scena il 17 marzo con il "Como Urban Night Vertical", gara a coppie in notturna. Si partirà all'imbrunire nel cuore della città di Volta per arrivare in vetta al monte Bolletto dopo circa 6 km e 1050 m di dislivello positivo. Il circuito proseguirà poi il 14 aprile con il "Vertical Lago di Como", gara individuale con partenza da Carate Urio e un percorso di 4,9 km e 1185 m di dislivello positivo. Il 17 giugno si correrà invece a Mezzegra. Ultimo appuntamento verticale il 28 ottobre, con la competizione organizzata dall'ASD Moltrasio 2013. Sport tra i più duri e nello stesso tempo affascinanti, la corsa in salita mette a dura prova non soltanto il fisico ma anche la psiche degli atleti che si troveranno ad affrontare gare di lunga durata, percorsi accidentati e forti dislivelli. Gli amanti della corsa in montagna e dell'only up

avranno sicuramente di che divertirsi. Soddisfatti ed entusiasti i tecnici arancioblu. "Siamo molto orgogliosi di aver dato vita al primo Trofeo Vertical del CSI Como - affermano i responsabili del settore atletica - si tratta di un'opportunità incredibile per i tesserati ciessini e per il comitato stesso. L'idea è nata dalle società sportive con le quali abbiamo lavorato e collaborato per mettere a punto un calendario variegato e sorprendente che sicuramente appassionerà non solo gli specialisti del vertical ma anche chi vorrà avvicinarsi a questa disciplina. Un grande ringraziamento va in particolare all'ASD Moltrasio 2013, all'ASD Mezzegra e all'ASD Aries Como Athletic Team la cui collaborazione è stata indispensabile".

Il regolamento

Potranno accedere di diritto al Trofeo Vertical CSI tutti gli atleti tesserati CSI di qualunque comitato che abbiano compiuto i 18 anni. Tre le categorie in gara: Assoluti M/F (dal 1983 al 2000), Amatori M/F (dal 1963 al 1982) e Veterani M/F (dal 1982 e precedenti). Si entrerà in classifica partecipando ad almeno 2 prove e per la classifica finale si terrà conto dei 3 migliori punteggi. Per tutte le informazioni è possibile contattare la segreteria CSI inviando una mail: csicomo@csicomo.it.

On line

SUL SITO TROVATE IL REGOLAMENTO COMPLETO DEL TROFEO E I VOLANTINI DELLE PROVE.
www.csicomo.it



L'arrivo della Vertical Lago di Como dello scorso anno



Un momento della campestre di Pasturo

Aletica

Oltre 1000 runner in gara a Pasturo

Intanto prosegue alla grande la stagione del cross arancioblu. Domenica 4 febbraio, a Pasturo, numeri da record per la competizione organizzata in collaborazione con Fidal e CSI Lecco e valevole come terza prova del campionato provinciale CSI di corsa campestre. Nei prati della fattoria Prato Buscante si sono sfidati oltre mille runner. Il circuito provinciale si chiuderà domenica 25 febbraio con la quarta ed ultima prova a Colverde che eleggerà i campioni lariani della stagione 2017/2018.

VOLLEY

On line i calendari della seconda fase



Per il volley pubblicati sul sito www.csicomo.it i calendari della seconda fase del campionato e di Coppa Lario. È possibile scaricarli nella sezione dedicata alla pallavolo.

NUOTO

Interprovinciali di nuoto a Barzanò



Domenica 11 febbraio, la piscina di Barzanò aprirà le sue porte agli atleti arancioblu per la terza prova del campionato interprovinciale. Il riscaldamento avrà inizio alle ore 13.00. A seguire gare per tutte le categorie e premiazioni.

UNDER 7 FEMMINILE

Primi Tocchi in campo a Lambrugo



Nel pomeriggio di sabato 10 febbraio, a Lambrugo, scenderanno in campo le pallavoliste in erba dei Primi Tocchi. Il concentramento avrà inizio alle ore 15.00.

GINNASTICA

1ª prova provinciale per l'artistica



Domenica 11 febbraio, presso il Palaunimec di Arcore, si svolgerà la prima prova del campionato interprovinciale di ginnastica artistica. Prenderanno parte alla gara le società comasche: Ginnastica Cabiate, ASD Side Sport 2006 e ASD San Siro.

ATTIVITÀ GIOVANILE

Gare indoor per il polisportivo basket Under 8 e gimkana

Attività giovanile ancora protagonista sulla scena arancioblu. Due gli appuntamenti indoor che lo scorso weekend hanno coinvolto gli atleti più piccoli.

Esordio stagionale per i Primi Canestri che, domenica 4 febbraio, presso la palestra di Lambrugo, hanno vissuto un intenso pomeriggio di sport e festa. Gli atleti Under 8 della pallacanestro ciessina si sono confrontati e divertiti con i

coetanei partecipando a giochi presportivi e mini partite. La manifestazione, organizzata con cura dall'US Olympic, ha visto la partecipazione oltre che dei padroni di casa anche delle società ASD San Michele, San Luigi/Azzurra e Sport Brianza.

A Senna Comasco invece si sono ritrovati gli atleti Under 10 e Under 12 per mettere alla prova velocità e coordinazione nella gara alternativa di gimkana

na ginnica. Nel corso della giornata hanno gareggiato per conquistare punti fondamentali per la classifica del campionato polisportivo oltre 450 atleti. I più veloci sono stati: Cecilia Guerini (US Albatese) per l'Under 10 femminile, Fabio Ronchetti (GSO Buccinigo) per l'Under 10 maschile, Chiara Somaschini (US Olympic) per l'Under 12 femminile e Davide Castelli (Arco Lomazzo) per l'Under 12 maschile.



Foto di gruppo per i piccoli cestisti Under 8