

Polisportivo: buona la prima Esordio per le strade di Lenno

Stagione 2018/2019. Oltre 160 atleti Under 12 hanno affrontato la prova di corsa su strada. Giovanissimi protagonisti anche nel weekend con campestre e mountain-bike a Ronago

C'è chi ha corso con le gambe e la testa e chi lo ha fatto con il cuore. C'è chi si è allenato per questa gara e chi proprio in questa occasione si è misurato con la strada per la prima volta. C'è chi ha corso per sé stesso e chi lo ha fatto per portare punti alla squadra. C'è chi ha tagliato il traguardo in 3 minuti e 32 secondi e chi invece ha impiegato qualche minuto in più ma comunque non si è arreso. Differenti approcci alla gara, emozioni diverse eppure sempre uniche.

La prima prova alternativa del campionato polisportivo, che la scorsa domenica ha richiamato sulle rive del nostro lago oltre 160 atleti Under 12, è stata un vero successo. Complice una location di invidiabile bellezza e un'inaspettata giornata calda e soleggiata.

A Lenno ragazze e ragazzi hanno affrontato un percorso di 800 metri che si snodava per i vicoli della cittadina, costeggiava il lungo lago per poi concludersi all'interno del centro sportivo. Una prova sicuramente impegnativa ma che ha permesso ai giovani atleti di mettersi alla prova a livello individuale e di assaporare la fatica e la soddisfazione di una vera corsa su strada.

Per la categoria Under 12 maschile si sono classificati ai primi tre posti: Riccardo Pozzi



Un atleta durante la gara

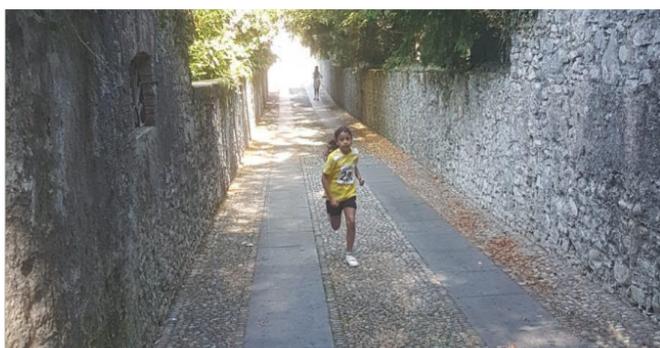
(US Mulini), Elia Zappa (GSO Buccinigo) e Isaia Bordoli (ASD Lenno). Per il volley Under 12 invece complimenti a: Alessia Ghezzi (San Giorgio Luraghese), Francesca Rinaldi (Kaire) e Marco Esposito (GSO Novedrate) che hanno realizzato i tempi migliori.

Anche il weekend in arrivo

avrà per protagonisti i giovanissimi atleti che saranno nuovamente impegnati in una prova alternativa. Domenica 14 ottobre toccherà infatti alla categoria Under 10 confrontarsi con le fatiche della corsa. Per questi atleti lo staff ciessino, in collaborazione con la società sportiva US Mulini, ha



L'arrivo della competizione presso il centro sportivo di Lenno



In corsa per le vie di Lenno

organizzato la tradizionale corsa campestre. La competizione si svolgerà a Ronago nel corso della mattinata; il ritrovo per la categoria maschile è previsto per le ore 10.15 presso il Centro sportivo di via Asilo. Le gare cominceranno invece alle ore 10.45. A seguire correranno le bambine. Per loro ritrovo al-

le ore 11.15 e inizio gare alle 11.45.

Sempre a Ronago l'Under 12 maschile sperimenterà invece la gara di mountain-bike che avrà inizio alle ore 9.30.

On line

SUL SITO TROVATE LA CLASSIFICA DELLA COMPETIZIONE E SU FACEBOOK LA FOTOGALLERY.
www.csicomo.it

A Mezzegra gran finale per la strada regionale

Mezzegra è stata ancora una volta splendida protagonista del panorama podistico lombardo. Domenica 7 ottobre, la cittadina lacustre ha infatti ospitato la prova conclusiva del 15° Campionato regionale di corsa su strada richiamando oltre 200 atleti provenienti da tutta la Lombardia. La gara, ottimamente organizzata dall'ASD Mezzegra, ha chiuso nel migliore dei modi il circuito lombardo.

In una mattinata assolata i runner si sono sfidati su un tracciato impegnativo e muscolare che ha regalato non poche soddisfazioni ai comaschi. Nella gara di giornata sono saliti sul podio: Mattia Spinzi (ASD Mezzegra) 2° per i Cadetti, Raffaele Morganti (ASD Mezzegra) 3° per gli Juniores, Andrea Gligora (OSG Guanzate) 3° per i Ragazzi, Wladimiro Graziani e Ennio

Ariazzi (US Albatese) rispettivamente 1° e 3° classificato per i Veterani B. La classifica finale del campionato regionale ha visto proprio per la categoria Veterani un podio tutto comasco con Wladimiro Graziani che si aggiudica il titolo di campione lombardo, alle sue spalle conquistano il podio anche Ennio Ariazzi ed Enrico Merlo (GS Villaguardia). Non sono mancate le quote rosa. Conquista il titolo di vicecampionessa regionale per la categoria Amatori A Sara Taraschi (GS Bernatese).

Ora i runner arancioblu si ritroveranno a Palmanova (UD) il 20 e il 21 ottobre per sfidarsi nel 7° Campionato nazionale di corsa su strada.

On line

SUL SITO REGIONALE TROVATE LA CLASSIFICA COMPLETA DELLA COMPETIZIONE.
www.csi.lombardia.it



I medagliati: Enrico Merlo, Sara Taraschi e Wladimiro Graziani

Vertical CSI Il 28 ottobre c'è il "Trofeo La Culman"

Non temete le sfide? Ecco allora l'evento che fa per voi! Arriva la terza edizione del "Trofeo La Culman", gara di corsa in salita lungo un tracciato impegnativo di 2,8 km e 920 metri di dislivello positivo che vi lascerà letteralmente senza fiato. L'appuntamento è fissato per domenica 28 ottobre. Si partirà alle ore 10.00 dal lido di Moltrasio per raggiungere il rifugio Bugone dopo aver superato la leggendaria "Scala Santa", il borgo di Moltrasio, il bosco e il sentiero "della costa". La competizione, organizzata dall'ASD Moltrasio 2013, è valida anche come quarta ed ultima prova del primo Trofeo Vertical griffato CSI Como. Per informazioni ed iscrizioni e per conoscere il regolamento completo visitate il sito: www.trofeolaculman.it.

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 concentramenti e raduni per avvicinarsi allo sport giocando e divertendosi. Per informazioni contattate la segreteria CSI.

ATLETICA

Campioni di pista Premiazioni in sede



Lunedì 22 ottobre, alle ore 20.45, sono attese in sede CSI le società sportive di atletica per le premiazioni dell'attività di pista 2018. Saranno premiati i campioni provinciali per le varie categorie e i sodalizi sportivi che si sono distinti nella speciale classifica per società.

FORMAZIONE

Corso per allenatori categoria Under 10

Mercoledì 17 ottobre, alle ore 21.00, presso la sede del CSI Como, prenderà il via il percorso formativo dedicato ai mister Under 10. Pensato per chi accompagna gli atleti più giovani nell'avventura polisportiva, questo corso chiarisce i termini dell'avviamento sportivo dei bambini. Info sul sito.