

Dare un calcio alla “vecchiaia” Ecco il campionato Over 50

Attività sportiva. Dopo i primi tornei, il calcio Over 50 sogna di diventare un campionato. Per chi ha superato gli “anta” un bel modo per divertirsi e godere di buona salute

Chi l'ha detto che dopo una certa età bisogna smettere di giocare a calcio? Quando la passione per il pallone ti travolge è difficile, quasi impossibile, appendere le scarpette al chiodo. Sono molti gli atleti sempreverdi che ancora sognano di prendere a calci un pallone, jogging e ginnastica dolce non fanno per loro. Ecco allora che nasce un'iniziativa pensata per chi, pur avendo superato gli “anta”, vuole ancora tornare in campo con regolarità; si tratta del calcio Over 50, partito in questa stagione in via sperimentale, ma già pronto a trasformarsi in un vero e proprio campionato.

A farsi promotore di questa iniziativa è il Dott. Cosimo Savoia, medico fisiatra e medico sociale dell'FC Chiasso. “In provincia di Como – racconta Savoia – sono attivi molti gruppi che hanno passato abbondantemente gli “anta” e che si ritrovano con settimanale frequenza a giocare a calcio. Non esistono però manifestazioni a loro dedicate; chi è più volenteroso emigra nel vicino Canton Ticino dove la presenza di “frontalieri” nei tornei è massiccia. Per ovviare a questa lacuna si è pensato di avviare un torneo Over 50 con la speranza di risvegliare l'interesse di quegli appassionati che vogliono continuare a praticare il loro sport preferito in modo continuativo e organizzato ma soprattutto guidato da un “fair play” che dovrebbe essere il carattere distintivo di queste manifestazioni”.

Ma siamo sicuri che il calcio sia un'attività sportiva adatta anche a coloro la cui carta d'identità non è più verdissima?

“Lo sport, si sa, fa bene alla salute a qualunque età tanto da essere indicato in ambito medico come prevenzione e cura di molte patologie – spiega il Dott. Savoia – Quello che è meno considerato è che l'attività fisica, per apportare vantaggi sulla salute, deve essere praticata con costanza e preparazione adeguata. Il calcio è considerato da molti uno sport non adatto oltre una certa età perché prevede un contatto fisico e perché ha delle caratteristiche di sforzo massimale anaerobico. In verità le ultime ricerche di neurofisiologia rimarcano come il mantenimento e lo sviluppo della forza migliorino la coordinazione neuromotoria a qualsiasi età e siano molto utili per la prevenzione di alcune patologie tipiche dell'anziano. Certo occorre tener conto delle condizioni fisiche di partenza, ma sicuramente non è una semplice artrosi che può bloccare uno sportivo appassionato”.

Proprio nelle prossime settimane si concluderà la fase estiva del torneo che ha visto ciascuna delle 4 formazioni iscritte affrontare 10 match. Si gioca a 7 giocatori, secondo il regolamento CSI (che presiede l'organizzazione con arbitri e commissione giudicante), con cambi liberi su modello del basket. Molto soddisfatti gli iscritti che affermano di aver finalmente avuto la possibilità, dopo tanti anni, di tornare a giocare con un giusto mix di agonismo e sportività.

Partita con il piede giusto, l'attività Over 50 non si ferma e ora pensa al futuro. “Speria-



Le formazioni Over 50 dell'USD Cacciatori delle Alpi e del Bernate Bis

mo di riuscire ad organizzare un vero e proprio campionato – afferma Savoia – Per ora ci siamo divertiti ad organizzare un torneo autunnale e a replicarlo in questo periodo godendo del meteo favorevole. Inoltre prossimamente tra i partecipanti al torneo verrà fatta una selezione, una sorta di rappresentativa provinciale che a settembre giocherà con i pari categoria di Bergamo”.

Chi fosse interessato può richiedere informazioni alla mail: csicomo@csicomo.it. E per chi non avesse il supporto di una società sportiva, nessun problema! “Stiamo convenzionando dei campi e possiamo fornire noi il supporto societario per il disbrigo della burocrazia – conclude Savoia.



Le squadre Over 50 del Bernate Calcio e della Libertas San Bartolomeo

STAGIONE 2018/2019
Aperte le iscrizioni alla nuova stagione



A partire dal primo di luglio si sono aperte le iscrizioni alla nuova stagione sportiva targata CSI Como. Le società sportive sono attese in sede per le operazioni di affiliazione e per l'iscrizione ai campionati 2018/2019. Da quest'anno sarà inoltre possibile effettuare i pagamenti con bancomat o carte di credito. Per qualunque informazione non esitate a contattare la segreteria inviando una mail a csicomo@csicomo.it o chiamando il numero 031-5001688.

EVENTI
Nazionali Open a Montecatini Terme



In questi giorni e fino al 15 luglio, a Montecatini Terme, si stanno svolgendo le finali nazionali degli sport di squadra dedicati alle categorie Top Junior e Open. A tenere alti i colori del comitato lariano ci sarà la formazione dei Ravens Cafferino Lasergame di Albavilla che andrà a caccia dello scudetto per il basket Open. In bocca al lupo!

STAGIONE 2018/2019
On line sul sito la programmazione

Publicata sul sito www.csicomo.it la programmazione ufficiale della stagione 2018/19 con costi, età, categorie e date di chiusura delle iscrizioni per tutte le discipline sportive promosse dal CSI Como. Un piccolo aiuto per programmare al meglio una nuova, entusiasmante stagione sportiva.

COMITATO
Chiusura estiva uffici provinciali

La segreteria provinciale del CSI Como chiuderà venerdì 27 luglio. Gli uffici di via del Lavoro riapriranno al pubblico, secondo i consueti orari, a partire da lunedì 27 agosto

STAGIONE 2018/2019

Pallacanestro: torna l'Under 8 Novità per le altre categorie

La prossima stagione porterà con sé novità nel settore del basket arancioblu.

Tornerà anche nell'annata 2018/2019 l'attività dedicata ai piccoli cestisti Under 8. I nati negli anni 2011, 2012 e 2013 si sfideranno come già nella passata stagione durante i concentramenti e, come da tradizione, prenderanno parte alla festa finale del campionato polisportivo. Il termine ultimo per l'iscrizione a questa attività è il 15 di ottobre 2018.

Per quanto riguarda invece le categorie maggiori quest'anno il CSI Como non proporrà direttamente l'attività di pallacanestro. Dal momento però che alcune società sportive hanno espresso il desiderio di rimanere nel circuito CSI sarà possibile partecipare ai campionati promossi dai vicini comitati di Lecco o di Milano.

Affiliazione e tesseramento dovranno essere effettuati

presso il CSI Como che rilascerà il nulla osta per partecipare all'attività di Lecco o Milano. Per eventuali chiarimenti la segreteria del CSI lariano rimane a disposizione al numero 031/5001688 o alla mail csicomo@csicomo.it.

On line
SUL NOSTRO SITO TROVATE LA PROGRAMMAZIONE DI LECCO E MILANO PER IL BASKET.
www.csicomo.it

