

# Regionali CSI: lariani al top sul tatami e in vasca

**Sport individuali.** Pioggia di medaglie e grandi soddisfazioni a Mantova per i judoka ciessini. Debutto regionale da incorniciare per gli Esordienti del nuoto comasco a Bergamo

Sport individuali in primo piano nel weekend appena concluso. Judoka e nuotatori lariani si sono esibiti sul palcoscenico regionale e ci hanno fatto sognare.

Domenica, a Mantova, la Grana Padano Arena ha ospitato il Campionato Regionale di Judo; è andata in scena la prima delle due prove che consentiranno agli atleti di qualificarsi per i Nazionali di Lignano Sabbiadoro. Giornata ricca di medaglie e di soddisfazioni per i sodalizi comaschi. Strepitosa prestazione per l'ASD Lenno che torna a casa con 14 ori, 6 argenti e 9 bronzi. Salgono sul gradino più alto del podio: Hirsira Munasinghage, Roberta Savigano, Gaia Calabrese, John Ramponi Asinelli, Marco Miglio, Samuele Schwoerer, Gaetano Mattia Aronica, Chiara e Gabriele Drago, Vanessa Origgi, Vincenzo Barretta, Mattia Galbiati, Nicolò Bordoli e Dalila Sina. Performance da incorniciare anche per le altre società. Per Manudenta mettono al collo l'oro Rayan Guerouane, Gaia Cappelletti, Giulia Sala e Serena Villanova, mentre per il Judo Samurai Grandate sono Shakiratou Sogne, Giordano Contigiani e Leonardo Loria a guadagnarsi il primo posto. Ori anche per Sofia Rocca, Simone Comitti, Matilde Rocca, Aaron Frazzini e

Thomas Persichini del Circolo Guardia di Finanza, per Massimo Iadanza (Tokyo 64), per Virginia Bracchi (Judo Canzo) e per Andrea Bellasio (Judo Jigoro Kano).

Anche in vasca le soddisfazioni non sono mancate. Debutto stagionale per gli esordienti lariani ai Regionali. Domenica pomeriggio nella piscina di Osio di Sotto (BG), i piccoli atleti di SSD Dimensione Sport e Aquavita Erba si sono sfidati fino all'ultima bracciata. Pochi, ma buoni. Erano un piccolo gruppo, ma si sono contraddistinti tra atleti di tutta la regione. Segnaliamo le buone prestazioni tra le ragazze di Terruzzi Sreyvin, Razza Sofia e Chioda Viola (100 dorso), Ferrando Sveva, Zorloni Viola, Alberti Sofia e Suwanda Chiara (100 rana), Bosetti Viola, Di Clemente Caterina, Gagliano Matilda e Addabbo Valeria (50 stile). Per i ragazzi ottime le prove di Caruso Alessandro e Ferrari Leonardo (100 dorso), Conti Dario, Beccarelli Matteo e Tanzi Riccardo (100 rana), Cornati Samuel e Papuc Davide Stefan (50 stile). È stata una bella giornata all'insegna dell'agonismo e del divertimento, ma le fatiche sono appena iniziate: domenica prossima i lariani saranno in vasca a Barzanò, per la 3<sup>a</sup> prova interprovinciale.



Un momento delle premiazioni a Mantova



Foto di gruppo per atleti e dirigenti dell'ASD Lenno

## Atletica

### Runner ad Albate per il Provinciale



Gli inarrestabili runner lariani sono tornati a correre domenica 9 febbraio in occasione della terza prova provinciale andata in scena ad Albate. La gara, valida anche come seconda prova del Trofeo Lanfritto-Maggioni, ha visto la presenza di un nutrito gruppo di atleti ciessini che si sono messi alla prova su un percorso impegnativo ed assolato. Il circuito lariano di corsa campestre si concluderà domenica 16 febbraio con la competizione di Villa Guardia, valida anche come 3<sup>a</sup> prova del circuito regionale. Il programma prevede il ritrovo degli atleti alle ore 9 presso il Palazzetto dello Sport di via Tevere. Inizio gare ore 10. Le classifiche sono pubblicate sul sito [www.csicomo.it](http://www.csicomo.it).

## UNDER 8

### Primi Calci: raduno a Solbiate



Sabato 15 febbraio, l'Oratorio di Solbiate ospiterà il raduno dei Primi Calci Girone C. A partire dalle ore 15.00 scenderanno in campo al fianco dei padroni di casa dell'Oratorio Solbiate le società GS San Giovanni Bosco, GS Grisoni e US Mulini Blu. Buon divertimento!

## UNDER 10

### A Fecchio il raduno del minivolley

Domenica 16 febbraio, a Fecchio, presso la palestra dell'oratorio, si svolgerà il terzo raduno di minivolley. Il programma prevede il ritrovo degli atleti alle 8.30. Inizio attività ore 9.00.

## VOLLEY

### Finali di Coppa Lario per Misto A e Open

Sabato 15 febbraio, a Montano Lucino, andranno in scena le finali di Coppa Lario per la categoria Misto A. Alle ore 17 scenderanno in campo a caccia del terzo posto Nuova Terraneo e US Olympic. A seguire la finalissima tra Pol. Aurora e CSO San Carlo. Domenica 16 febbraio, a Novedrate si concluderà invece la Coppa Lario Open. Alle 16.30 Pallavolo Lomazzo e GSO Novedrate si sfideranno per il terzo posto, a seguire la finale tra Pol. Aurora e Cassina Rizzardi.

## IL RICORDO

### Il nostro saluto a Mario Pozzetti



Per anni presidente del GS San Giuseppe Asnago e grande appassionato di sport ci ha lasciato in questi giorni l'amico Mario Pozzetti. Portiamo nel cuore la sua semplicità e l'entusiasmo con cui sapeva trasmettere ai più piccoli la sua passione per lo sport. Il CSI Como e tutto il suo staff esprimono la loro vicinanza alla famiglia.

# Defibrillatori: in CSI retraining e corso base

Il CSI Como, in collaborazione con Cardiopulsafety, torna a proporre nel mese di marzo due corsi di formazione sull'uso del Defibrillatore Semiautomatico Esterno (DAE), Rianimazione Cardio-polmonare e Disostruzione delle vie respiratorie. I corsi sono certificati AREU 118 Lombardia e sono validi su tutto il territorio nazionale.

Il primo corso proposto è quello di Retraining, in programma mercoledì 4 marzo a partire dalle ore 20. Si tratta del corso di aggiornamento che avrà una durata di 3 ore. A seguito del corso base, infatti, il personale formato ed addestrato nell'uso del Defibrillatore deve effettuare un periodico retraining (con cadenza biennale) per mantenere le compe-

tenze e le capacità di intervento. Costo del corso €30 a persona (per le società sportive affiliate al CSI). Termine ultimo per l'iscrizione giovedì 20 febbraio. Il corso è a numero chiuso (max 18 partecipanti). Per prendere parte alla serata di formazione sarà necessario portare con sé l'attestato ottenuto a seguito del corso base.

Mercoledì 11 marzo, invece, a partire dalle ore 19 si svolgerà il corso base. Dedicato a coloro che non hanno mai effettuato corsi sull'uso del DAE avrà una durata di 5 ore. Costo del corso €40 a persona (per le società sportive affiliate al CSI). Termine ultimo per l'iscrizione giovedì 27 febbraio. Anche in questo caso il corso è a numero chiuso, saranno accettati massimo 18 partecipanti.

## Formazione

### Corsi DAE: modalità di iscrizione e info

Sia il corso di aggiornamento che il corso base si svolgeranno presso la sede del CSI Como di via del Lavoro 4. Per iscriversi ai corsi è necessario scaricare il modulo di iscrizione presente sul sito [www.csicomo.it](http://www.csicomo.it), compilarlo in ogni sua parte e inviarlo alla mail [eventi@csicomo.it](mailto:eventi@csicomo.it). Ricordiamo che le date di chiusura delle iscrizioni sono tassative. Per qualunque informazione è possibile contattare la segreteria CSI al numero 031-5001688 o inviare una mail a [eventi@csicomo.it](mailto:eventi@csicomo.it). Nel caso in cui le richieste superassero il numero di posti disponibili si valuterà l'attivazione di altri corsi.

