



SELEZIONE STAMPA

(A cura dell'Ufficio stampa Uisp)

7 marzo 2018

ARGOMENTI:

- Sport e donne: 8 marzo Uisp, tante le attività da nord a sud, in occasione della festa della Donna
- SportAntenne Uisp: a Caserta baseball e lotta alla discriminazione
- "Non è mai troppo tardi per iniziare a fare sport", lo suggerisce uno studio su sedentari di mezza età, pubblicato su Circulation
- La realtà virtuale conquista il fitness, le nuove palestre futuristiche sfrutteranno la tecnologia per rivoluzionare lo sport
- Doping: La Russia ora rischia l'espulsione, la IAAF ribadisce la sospensione della federazione di Mosca e minaccia di inasprire le sanzioni

Uisp dal territorio:

- Giocagin: grande successo per l'Uisp zona del Cuoio, sport e solidarietà i valori fondamentali
- a Siena sabato 10 marzo l'evento "Nuotiamo insieme", realizzato in collaborazione con l'Uisp
- a Grosseto il 17 marzo al via "Run Days", la manifestazione sportiva realizzata con il patrocinio dell'Uisp
- a Grosseto domenica 25 marzo andrà in scena la "Grosseto-Castiglione", la corsa podistica Uisp aperta a tutti gli enti di promozione sportiva

- l'Uisp Cremona, durante il "Torneo dell'Amicizia", ha raccolto un contributo a sostegno della Caritas Diocesana

La proprietà intellettuale degli articoli è delle fonti (quotidiani o altro) specificate all'inizio degli stessi; ogni riproduzione totale o parziale del loro contenuto per fini che esulano da un utilizzo di Rassegna Stampa è compiuta sotto la responsabilità di chi la esegue.

HOME (/) VIDEO (HTTPS://WWW.SULLASCIA.NET/VIDEO/) INFORMAZIONI UTILI (HTTPS://WWW.SULLASCIA.NET/INFORMAZIONI-UTILI/)

ARCHIVIO CARTACEO (HTTPS://WWW.SULLASCIA.NET/MENSILE-CARTACEO-FREEPRESS/) ABBONAMENTO (HTTPS://WWW.SULLASCIA.NET/ABBONATI-SULLASCIA-NET/)

BOT MESSENGER (HTTPS://WWW.SULLASCIA.NET/BOT-FACEBOOK-MESSENGER/) SERVIZI FACEBOOK (HTTPS://WWW.SULLASCIA.NET/SERVIZI-COMUNICAZIONE-VIA-FACEBOOK/)

CHI SIAMO (HTTPS://WWW.SULLASCIA.NET/CHI-SIAMO/) CONTATTI (HTTPS://WWW.SULLASCIA.NET/CONTATTI/)



NCC TORINO
www.ncc-torino.to.it

347 824 63 85
347 010 29 06

(http://www.ncc-torino.to.it/)

AIUTACI ad AIUTARTI!

Iscriviti alla Banca del Tempo Condominiale e ricevi 100 crediti...

www.BancaDelTempoCondominiale.it

ISCRIVITI

(https://www.bancadeltempocondominiale.it)



sulla rotta borgaro
comunità eventi portale
caselle
comunità

SullaScia.net

(https://www.sullascia.net/)

BORGARO (HTTPS://WWW.SULLASCIA.NET/NOTIZIE/BORGARO/) / CASELLE (HTTPS://WWW.SULLASCIA.NET/NOTIZIE/CASELLE/) /
MAPPANO (HTTPS://WWW.SULLASCIA.NET/NOTIZIE/MAPPANO/) / LEINI (HTTPS://WWW.SULLASCIA.NET/NOTIZIE/LEINI/) /
CIRIÈ (HTTPS://WWW.SULLASCIA.NET/NOTIZIE/CIRIACESE/CIRIE/) /
SAN MAURIZIO (HTTPS://WWW.SULLASCIA.NET/NOTIZIE/CIRIACESE/SAN-MAURIZIO-CANAVESE/) /
SAN FRANCESCO (HTTPS://WWW.SULLASCIA.NET/NOTIZIE/CIRIACESE/SAN-FRANCESCO-AL-CAMPO/) /
SAN CARLO (HTTPS://WWW.SULLASCIA.NET/NOTIZIE/CIRIACESE/SAN-CARLO-CANAVESE/) /
TORINO (HTTPS://WWW.SULLASCIA.NET/NOTIZIE/TORINO/) / BLOG (HTTPS://WWW.SULLASCIA.NET/BLOG/)

8 MARZO: GLI EVENTI A BORGARO, CASELLE E MAPPANO

7 MARZO 2018 (HTTPS://WWW.SULLASCIA.NET/NOTIZIE/CASELLE/2018/8-MARZO-GLI-EVENTI-BORGARO-CASELLE-MAPPANO/) / GIADA RAPA
(HTTPS://WWW.SULLASCIA.NET/AUTHOR/GIADA-RAPA/)

Cerca...

CERCA

SPONSOR

In occasione della Giornata Internazionale della Donna, sono diverse le iniziative organizzate dalle amministrazioni comunali e dalle associazioni locali.

di Giada Rapa

Borgaro/Caselle/Mappano –

Come di consueto, sono molteplici le iniziative messe in campo dalle amministrazioni locali in occasione della **Festa**

Internazionale della Donna.

Un'occasione per riflettere sui pregiudizi che ancora oggi accompagnano il gentil sesso nel **mondo del lavoro**, in **campo sportivo** e in quello **familiare**, ma anche per ricordare l'apporto della **figura femminile**, sia oggi che in passato.

CASELLE – E' senz'altro il Comune più ricco di iniziative con una kermesse che prende il nome

di **"365 Giorni Donna"**. Si inizia domani, **giovedì 8 marzo**, con un evento particolare, ovvero una



Spettacolo di burattini a Caselle, domenica 11 marzo

Law & Senior Agency

Consulenze specializzate in separazioni e amministrazioni di sostegno

Scopri tutti i nostri servizi

(http://lawandsenioragency.it/)

RISTORANTE PIZZERIA

Menù fisso a mezzogiorno

011/2766910
Via Lanzo 105, Borgaro T.se

cb cashback world

partita di calcio a 5 femminile, con la collaborazione del **Comitato Territoriale UISP Ciriè Settimo Chivasso**, che inizierà a partire dalle **18.30** presso il Campo di Calcio Comunale in **via Fabbriche 127**. Domenica 11 marzo alle ore **16.30**, ai **pupi siciliani** sarà affidata la **"Storia di una Staffetta Partigiana: Teresa"**, per "permettere il passaggio di testimone anche ai più piccoli". L'incontro si svolgerà presso la **Sala Fratelli Cervi**. Lo sport sarà ancora protagonista **mercoledì 21** alle ore **20.45** e **domenica 25 marzo**, dalle ore 16: si partirà dal contrasto alle mafie con la serata **"In Punta di Piedi"**, per finire con l'inaugurazione della palestra a cielo aperto situata nelle vicinanze del **Palatenda** di via Torino. In quest'occasione, istruttori qualificati del Comitato UISP Ciriè Settimo Chivasso proporranno esercizi di **Attività Fisica Adattata**. Il **23 marzo** e il **13 aprile**, giorno di conclusione della manifestazione, verrà dato spazio agli aspetti più ostici ed attuali nella struttura della nostra **società civile**: protagoniste economia e finanza nel quotidiano, nonché e le cariche ed il ruolo che le donne stanno pian piano conquistando nelle **assemblee elettive**. Entrambe le serate si svolgeranno presso la **Sala Consiliare** a partire dalle **20.45**.

MAPPANO – "Le donne hanno sempre dovuto **lottare doppiamente**. Hanno sempre dovuto portare due pesi, quello privato e quello sociale". Sono queste parole del premio Nobel per la medicina **Rita Levi Montalcini** il filo conduttore della serata **"Le Donne tra lavoro, famiglia, impegno sociale e tempo libero"** che si svolgerà presso il palazzo comunale, **Sala Lea Garofalo**. L'evento si svolgerà **giovedì 8 marzo**, a partire dalle **20.45**. Chiunque lo desidera potrà testimoniare la propria esperienza, raccontando la **propria storia lavorativa**, fatta di difficoltà e successi, inviando un messaggio attraverso la pagina Facebook **"Ho diritto"**.

BORGARO – Le condizioni meteorologiche delle ultime settimane non hanno invece favorito lo svolgersi della manifestazione organizzata dall'ente borgarese. "Avevamo previsto l'inaugurazione di **due nuove panchine rosse** -spiega l'assessora all'istruzione **Marcella Maurin**- ma a causa dell'ondata di gelo non è stato possibile ultimarle in tempo". In extremis, però, ne è stata realizzata almeno una, che verrà inaugurata proprio l'**8 marzo** in **piazza della Repubblica**, con alcuni ragazzi dell'istituto **Carlo Levi**. La seconda panchina verrà invece inaugurata la prossima settimana.

Mappano Traslochi
dei figli Di Giovanni

Traslochi in Torino e Provincia

Via Banchetta 27, 10172 Mappano (TO)
Per info e preventivi: **348.290.66.47**

<https://www.facebook.com/mappanotraslochi/>

KF IMMOBILIARE
WWW.KFIMMOBILIARE.COM

cerchi casa?
VISITA IL NOSTRO SITO

Devi vendere?
CHIAMACI: 011 991.48.33

Via V. Banchetta n. 1, 10172 Caselle Torinese (TO) Cell: 348-1447241

(http://www.kfimmobiliare.com)

Condividi:

- Facebook 6 (<https://www.sullascia.net/notizie/caselle/2018/8-marzo-gli-eventi-borgaro-caselle-mappano/?share=facebook&nb=1>)
- Twitter (<https://www.sullascia.net/notizie/caselle/2018/8-marzo-gli-eventi-borgaro-caselle-mappano/?share=twitter&nb=1>)
- Google+ (<https://www.sullascia.net/notizie/caselle/2018/8-marzo-gli-eventi-borgaro-caselle-mappano/?share=google-plus-1&nb=1>)
- LinkedIn (<https://www.sullascia.net/notizie/caselle/2018/8-marzo-gli-eventi-borgaro-caselle-mappano/?share=linkedin&nb=1>)
- Skype (<https://www.sullascia.net/notizie/caselle/2018/8-marzo-gli-eventi-borgaro-caselle-mappano/?share=skype&nb=1>)
- Altro

Commenti

(<https://www.facebook.com/Diavoletti-della-Gola-Ristorante-344269819103176/>)

BAR AGORA
Via Gramsci 18, Borgaro

l'Unico Aperitivo

(<https://www.facebook.com/BarAgoraBorgaro/>)

UISP
sportpertutti
Comitato di Ciriè Settimo Chivasso

(<http://www.uisp.it/settimocirie/>)

SPORTELLO CASA CASELLE E MAPPANO
Condizioni più soft
abitazioni più vivibili

Per info: **373.74.59.130**

(<https://www.facebook.com/Sportello-Casa-Caselle-e-Mappano-1402277253185438/>)

AIUTACI ad AIUTARTI!
Iscriviti alla Banca del Tempo Condominiale e ricevi 100 crediti...

ISCRIVITI

(<https://www.bancadeltempocondominiale.it>)

SEGUICI SU FACEBOOK
(<https://www.facebook.com/SULLA>)



Mi piace questa Pagina **Condividi**

Di' che ti piace prima di tutti i tuoi amici



GRUPPO DI DISCUSSIONE

WEB TI REGALA AMAZON PRIME
amazon prime



C'è ancora un bel sole in Liguria...



Da oggi un investimento in esenzione fiscale.

BANCA DALBA
La nostra Banca è differente.

C'è ancora un bel sole in Liguria...



TORINO sportiva .it
le parole che valgono, le notizie che restano



Prima Pagina Juve Toro Calcio Volley Basket Motori Atletica Ciclismo Arti marziali Tennis Golf Sport acquatici Sport invernali Altri sport Tutte le notizie

HOME / VOLLEY

Mobile Facebook Twitter RSS Direttore Archivio

CHE TEMPO FA

VOLLEY | martedì 06 marzo 2018, 12:46

ADESSO
8°C

MER 7
-1.2°C
6.3°C

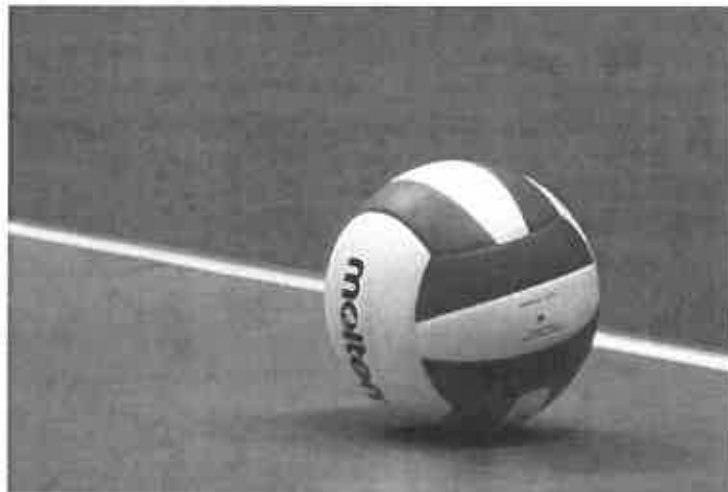
GIO 8
-0.2°C
7.3°C

@Datameteo.com

Pallavolo in rosa al Loruso e Cutugno di Torino



Nell'ottobre del 2015 la Città di Torino ha aderito alla Carta Europea dei Diritti delle Donne nello Sport.



Si parte dallo sport con i suoi valori, le sue opportunità e potenzialità, dal carcere con le donne che si incontrano e giocano insieme, per un 8 marzo che mette al centro i diritti, l'integrazione, la solidarietà, la lotta ad ogni forma di violenza.

Giovedì 8 marzo dalle 9 alle 12 la Uisp sarà nel Padiglione femminile della Casa Circondariale Loruso e Cutugno per giocare un bellissimo torneo di volley.

Un appuntamento promosso dall'UISP Torino con la struttura di attività della Pallavolo UISP Piemonte.

Un evento che vedrà in campo una trentina tra giocatori e volontari provenienti da varie squadre piemontesi e una decina di donne reclusi presso la casa circondariale, che da 15 giorni si stanno allenando, con due allenatrici della pallavolo UISP. Ultimo allenamento prima della discesa in campo: lunedì 6 marzo.

Nell'occasione sarà presentata e distribuita a tutte le donne presenti, la nuova Carta Europea dei Diritti delle Donne nello Sport, in versione fumetto.



Piace a 1 amico



Roma Termini - Milano C.le	19,90 €
Milano C.le - Roma Termini	19,90 €
Roma Termini - Verona	18,90 €

IN BREVE

martedì 06 marzo

Cerealterra Ciriè trova una bella vittoria contro Acqui (h. 11:44)

lunedì 05 marzo

Volley Serie B-Maschile: Parella a secco dopo 6 turni (h. 18:19)

Bella trasferta per la Eurospin Ford Sara Pinerolo che porta a casa la vittoria (h. 17:14)

Un mese per 6 vittorie per le ragazze nero verdi della Prima Divisione di Graveno (h. 16:11)

Martedì PUBBLICITÀ
OGGETTI PUBBLICITARI
ETICHETTE

RUBRICHE

Multimedia

CERCA NEL WEB

Cerca

Google

ACCADEVA UN ANNO FA



Altri sport
Rugby, il CUS AD Maiora vince e mantiene la vetta



Volley
La Lilliput lotta, ma non basta per battere Filottrano



Altri sport
Football Americano:
inizio amaro per i
Giaguari Torino

[Leggi tutte le notizie](#)

Nel maggio 2011, i contenuti della Carta sono stati illustrati a Bruxelles, alla presenza di diversi europarlamentari. Da allora, la Carta è stata al centro di numerose iniziative pubbliche in giro per l'Italia.

Ha raccolto adesioni da parte d'istituzioni e personalità, sollevando in particolare il tema delle pari opportunità nella pratica sportiva e soprattutto negli organismi di governo dello sport.

La Carta è stata presentata al Parlamento Italiano, il 27 maggio 2014 è stata approvata la mozione presentata dai parlamentari: Fossati, Vezzali, Idem e molti altri.

Il governo si è impegnato a fare sì che la Carta sia attuata nel mondo dello sport.

Nell'ottobre del 2015 la Città di Torino ha aderito alla Carta Europea dei Diritti delle Donne nello Sport.

Quest'anno Uisp compie 70 ANNI, abbiamo promosso con le nostre oltre 180 discipline organizzate, la pratica sportiva per migliaia di cittadini e cittadine di tutte le età, di ogni classe sociale, di ogni provenienza. Il nostro sport arriva anche nelle periferie, geografiche e sociali, negli Istituti di Pena, nei Centri di Salute Mentale, per affermare la sua funzione educativa, la solidarietà, l'integrazione, l'inclusione, il benessere degli individui e della collettività.



Continua il momento no, il Fenera Chieri '76 perde 0-3 anche da Baronissi (h. 14:00)

La Sant'Anna Tomcar strappa un successo al tiebreak a Alba (h. 10:39)

domenica 04 marzo

B1-F: I blackout costano cari, Parella ko con Albese (h. 14:14)

sabato 03 marzo

Marchiaro: a Milano per giocarcela fino alla fine (h. 08:00)

giovedì 01 marzo

"La via della felicità": la pallavolista torinese Olimpia Cicogna promuove l'iniziativa (h. 12:57)

Volley maschile Serie B - Importante vittoria per la PVL Cerealterra Ciriè contro Fossano, il ds Cena: "Gara vibrante, siamo stati bravi a mantenere nervi saldi" (h. 11:30)

[Leggi le ultime di: Volley](#)



Ti potrebbero interessare anche:



Squalificati fino al 1° giugno (tutto il campionato) due giocatori, ma le immagini ...



Torino: domenica 4 Al via l'atteso evento di sport, cultura, benessere e socialità a sostegno della ricerca ...



500 chilometri andata e ritorno per l'arbitro Perini di Roma 1 per mandare a casa senza ...



Valore Bitcoin alle stelle! Scopri come investire anche una piccola somma.



Economici da Il nuovo comparatore di voli che batte tutta la concorrenza !



Leggi tutto Un nuovo metodo per imparare una lingua straniera. I poliglotti terrorizzati...



Central Park Hotel



Viale Vittorio Veneto 10, 41100 Modena
Tel: +39 059 226858 - Fax: +39 059 226141
info@centralparkmodena.com
www.centralparkmodena.com



Central Park Hotel



Viale Vittorio Veneto 10, 41100 Modena
Tel: +39 059 226858 - Fax: +39 059 226141
info@centralparkmodena.com
www.centralparkmodena.com

HOME PROGRAMMI TV PALINSESTO MODENA SPORT ECONOMIA PROVINCIA ARTE SPECIALI CONTATTI

SEI IN > Modena

L'8 MARZO TORNA "DONNA IN CORSA"

Si rinnova, quest'anno per la settima edizione, l'appuntamento con la gara podistica al femminile "Donne in corsa", organizzata da Uisp e da Podistica interforze con la partecipazione attiva della Polizia di Stato



Flash version 10,1 or greater is required

You have no flash plugin installed

[Click here to download latest version](#)

Data e Autore

06 Marzo 2018

Commenti

N. commenti 0

aaa

TAG

donne in corsa, corsa, festa della donna, modena

Piazza Roma, dove si concentreranno ritrovo, partenza e arrivo, giovedì 8 marzo farà da cornice alla settimana edizione di "Donne in corsa", gara podistica competitiva e camminata non competitiva dove i partecipanti saranno solo donne. Presentata questa mattina in questura a Modena, Organizzata da UISP e Podistica interforze, il gruppo che unisce i podisti e gli amanti della corsa delle Forze dell'ordine, con la collaborazione di croce Rossa e Modenacorre.it, l'iniziativa si svolgerà dalle ore 18 su un circuito cittadino. Tutte possono partecipare. Da chi vuole riscoprire il piacere di una camminata serale in centro storico così come per chi vuole gareggiare. Cinque le categorie divise per età ed una sezione speciale dedicata alle donne in divisa. Lo scorso anno erano più di 100 le partecipanti nella categoria competitiva, più di 1000 quelle nella non competitiva. Numeri che, è già certo, saranno raggiunti anche quest'anno. Per tutte le partecipanti una maglia realizzata dall'artista modenese Fioresi e una medaglia. Costo simbolico per le non competitive un euro e mezzo a copertura spese. Partecipazione attiva, quella della Polizia di Stato, non solo con le proprie atlete ed i propri servizi ma anche con il gazebo informativo sull'attività di prevenzione anti violenza.

Nel video le interviste a Maurizio Pivetti, responsabile podistica Uisp, e a Filippo Santarelli, Questore di Modena

Commenti

I PIÙ LETTI



ELEZIONI: IL PD CROLLA ANCHE A MODENA E PROVINCIA



MODENA CAPITALE: SI AGGIUDICA L'HOTEL SAN FRANCESCO



CROLLO DEL PD E VITTORIA DELLA LEGA, IL COMMENTO DI MUZZARELLI, BELLELLI E PANINI



FORZA ITALIA: AIMI SENATORE, GALLI ORA CONSIGLIERE REGIONALE

MODENA QUI TV



SPORT QUI - 5 MARZO LA NUOVA SOCIETA' DEL MODENA CALCIO Ospite in studio l'avvocato Gianpiero Samorì, Paolo Reggianini e Paolo Vecchi



TG QUI LUNEDÌ 5 MARZO 2018



LA NOSTRA ECONOMIA IL TURISMO

la Nuova di Venezia e Mestre

5 marzo

Corsa rosa, in 300 per raccogliere fondi per le case rifugio

Sei chilometri non competitivi tra parchi e aree degradate per lanciare un messaggio forte a sostegno delle donne

di Simone Bianchi



Il messaggio, forte, contro la violenza sulle donne lo hanno dato ieri mattina in 300: tanti sono infatti stati i partecipanti alla seconda edizione della Corsa Rosa organizzata a Mestre dalla Uisp provinciale. Partenza e arrivo da Piazza Ferretto, sei chilometri non competitivi da affrontare di corsa ma anche in passeggiata, attraverso le aree verdi e pure alcune zone degradate della città tra il parco di Villa Querini, via Olimpia, il Parco Piraghetto e via Piave. Associazioni sportive, famiglie, donne, uomini, bambini e anche qualche cane. Tutti con addosso la maglietta rosa realizzata per questa iniziativa si sono dati appuntamento in piazza alle 9.30.

La corsa è stata preceduta da una fase di riscaldamento con musica in piazza, e lo scopo dell'iniziativa era anche quello benefico. Una parte dei fondi raccolti con le iscrizioni verrà destinata al sostegno delle case rifugio per le donne create dal Comune di Venezia.

L'iniziativa si è svolta infatti in collaborazione con il Comune, ma anche con la Regione, e rientrava nel programma di iniziative del Marzo Donna 2018, il periodo di eventi e progetti dedicato all'universo femminile, e all'impegno verso la sconfitta di ogni genere di violenza verso le donne, sia essa a livello domestico che di pari opportunità, fino al femminicidio che purtroppo troppo spesso ancora oggi si verifica non solo nel nostro Paese.

«Il freddo, la nebbia e la pioggia dei giorni scorsi hanno purtroppo tenuto lontane molte persone, ma siamo comunque soddisfatti di quello che siamo riusciti a fare», ha commentato Silvana Dini, presidente della Uisp veneziana. «Guardando all'8 marzo anche la Uisp lancia il suo messaggio contro qualsiasi forma di violenza contro le donne, e con questa iniziativa vogliamo anche provare a riappropriarci di quelle zone della nostra città piombate nel degrado come i parchi e certe strade». Ai partecipanti è stato consegnato un kit con maglietta rosa e gadget, e il gruppo più numeroso, 42 persone, è stato quello del Gymnasia. A dare il ritmo in piazza ci ha pensato lo speaker della Reyer, Stefano Garzara, mentre molte società sportive cittadine hanno aiutato nella promozione di questo evento. La corsa vera e propria? Non c'era una classifica, ma a onor di cronaca, dopo una ventina di minuti, i primi a tagliare il traguardo sono stati assieme Fabio Cassol di Sottomarina ed Elena Pollacchi di Venezia. Il primo era anche in testa, ma ha atteso la compagna di fuga e assieme hanno chiuso la prova. «Perché l'ho fatto? Semplice, questa corsa era dedicata alle donne, ed era giusto che ce ne fosse una prima al traguardo. Dedico questo risultato a mia figlia Diletta, che non vedo da sei mesi perché in questo periodo si trova all'estero». Elena Pollacchi, ricercatrice di Ca' Foscari ha aggiunto: «Ringrazio Fabio per il pensiero che ha avuto nei miei confronti e di noi donne. Questo primo posto, per quel che mi riguarda, lo dedico invece a Emanuele, il mio fidanzato».

IL PROGETTO "SPORTANTENNE UISP" ABBRACCIA IL BASEBALL: CASERTA BREWERS E LOS ELEGIDOS NAPOLI UNITE NELLA LOTTA AL RAZZISMO

redazione 11 ore ago

Visite: 179



Evento SportAntenne del 04.03.2018.jpg (4)

MACERATA CAMPANIA - E' stata una giornata ricca di emozioni, dal punto di vista sportivo e non, quella che ha avuto luogo domenica 4 marzo allo stadio di Macerata Campania (CE). Questa volta non è stato il calcio lo sport protagonista dell'evento di sensibilizzazione del progetto Uisp SportAntenne, volto all'emersione, mediazione e contrasto alle discriminazioni etniche e razziali. A calcare il

campo in terra di Macerata Campania, per l'occasione trasformato in "diamante", infatti, sono stati i giocatori di Caserta Brewers e Los Elegidos Napoli. Niente pallone, cross e colpi di testa, dunque, ma battute, prese al volo ed eliminazioni. Ovviamente stiamo parlando di baseball, sport che in città ha avuto una nobile tradizione e che oggi la neonata compagine dei Brewers sta provando a riportare in auge. A giocarsela con i "birrai" casertani, l'esperta compagine dei Los Elegidos, formata da giocatori appartenenti alla comunità dominicana di Napoli.

Prima dell'inizio del match, come da consuetudine per ogni evento di sensibilizzazione del progetto, Marco Proto (supervisore locale) e Dario Goglia (operatore sportivo) hanno illustrato ai giocatori di entrambe le squadre le linee guida e gli obiettivi di SportAntenne. Il tutto alla presenza del Presidente FIBS per la Campania e Basilicata Giuseppe Mele. Ai capitani di entrambe le squadre sono state poi consegnate le targhe-ricordo dell'evento, oltre a t-shirts e gadget per tutti i partecipanti.

E' poi stata la volta del campo, che ha visto prevalere la più esperta selezione della comunità dominicana di Napoli che ha portato a casa il match con il punteggio di 34 - 4. Abbracci e strette di mano a fine gara, con il proposito di rivedersi quanto prima per la rivincita, ma soprattutto per poter ripetere l'esperienza di una mattinata di sport caratterizzata da allegria, aggregazione e partecipazione. Oltre 100 persone, infatti, hanno preso parte all'evento tra pubblico e squadre, con una buona rappresentanza di cittadini di paesi terzi, nell'ordine delle 30 unità circa.

"Quando si ha la possibilità di confrontarsi con squadre molto più esperte di noi, il risultato conta poco", esordisce il coach dei Brewers Antonio Lieto nel commentare il lato prettamente sportivo dell'evento. "Pertanto sono contentissimo di come si è comportata la squadra in ogni fase del gioco. E' stato un match che ci ha dato la possibilità di conoscerci meglio in fase agonistica e soprattutto di aggiungere una tacca in più dal punto di vista dell'esperienza in campo. Siamo un team giovane e che deve ancora crescere, ma siamo certamente sulla strada giusta". Dal canto suo il presidente del sodalizio rossoblù Mirko Scotto ha voluto esprimere ancora una volta il suo ringraziamento a chi ha reso possibile tutto ciò: "E' un motivo di

orgoglio per la nostra squadra aver preso parte ad un evento sportivo dalla forte connotazione sociale" ha commentato Scotto. "Vorrei ringraziare a nome di tutta la società e squadra sia la Uisp, che ci ha regalato questa opportunità, sia i Los Elegidos per la possibilità di confrontarci sul campo con giocatori molto più esperti di noi oltre che estremamente simpatici".

"SportAntenne" è un progetto della UISP Nazionale che fa riferimento al Fondo asilo, migrazione e integrazione 2014-2020 del Ministero dell'Interno ed Unione Europea. La Uisp sta operando in sinergia con l'UNAR - Ufficio Nazionale Antidiscriminazioni Razziali per far emergere discriminazioni etnico-razziali dirette e indirette nei confronti di cittadini di Paesi terzi, valorizzando ed utilizzando la capillare rete territoriale dell'Uisp, associazione di promozione sociale e sportiva diffusa su tutto il territorio nazionale. Un progetto teso all'emersione del fenomeno discriminatorio e rivolto alla mediazione attraverso lo sport.

Tante le segnalazioni arrivate all'Antenna Uisp casertana, relative a casi di discriminazioni su base etnica ed episodi di razzismo verificatisi all'interno e all'esterno dei centri di accoglienza, nelle strade, sui campi di calcio e sugli spalti, nei rapporti con uffici pubblici e con locatori di alloggi. Per segnalare episodi di discriminazione di stampo etnico-razziale percepiti, diretti o indiretti, vittime e/o testimoni possono rivolgersi al numero dell'Antenna Territoriale Uisp Caserta 3421707337, alla email: sportantenne.caserta@uisp.it, ovvero al numero verde dell'Unar 800901010".



**Prezzi del
Montascale?**





Prevenzione

Cambio vita a 50 anni e vado in palestra. Meglio tardi che mai

Cominciare a fare sport, anche quando si è più in là con gli anni aiuta il cuore a mantenersi in forma. Ma serve impegno e costanza. A suggerirlo uno studio pubblicato su Circulation, condotto su alcuni sedentari di mezza età

di ANNA LISA BONFRANCESCHI



05 marzo 2018



NON è mai troppo tardi, o quasi. Almeno per la salute del cuore. Un nuovo studio, pubblicato su *Circulation*, torna infatti sui benefici dell'attività fisica per la salute cardiovascolare, dimostrando che anche sedentari incalliti possono ottenere benefici dal movimento, persino cominciando intorno alla mezza età. Ma perché l'esercizio faccia bene è necessario non aspettare troppo, meglio cominciare a muoversi prima dei 65 anni, e farlo in modo costante e ripetuto. Quattro o cinque volte a settimana, sostengono gli autori.

. LE PREMESSE

Benjamin D. Levine dell'Institute for Exercise and Environmental Medicine di Dallas (Texas) e colleghi sono partiti da alcune osservazioni, confrontando la salute dei sedentari con quella degli atleti. I sedentari di mezza età rischiano generalmente di avere un cuore più ristretto e meno elastico, fattori correlati a loro volta al rischio di scompenso cardiaco, l'incapacità del cuore di pompare sangue adeguatamente a tutti i distretti del corpo. Dall'altra, gli atleti professionisti mostrano meno segni di invecchiamento vascolare. Ma dal momento che gli atleti professionisti si allenano praticamente tutti i giorni, con tempistiche e modalità non applicabili alla vita di tutti, qual è, si son chiesti i ricercatori, la dose giusta di allenamento per mantenere il cuore in salute? Le canoniche tre sedute settimanali non sarebbero sufficienti, meglio salire a 4-5, spiega Levin illustrando i risultati del proprio lavoro, e meglio farlo quando il cuore mantiene ancora un po' della sua plasticità, intorno alla mezza età, con un programma di allenamento ben strutturato, che mescoli attività fisica intensa e moderata.

. IN PALESTRA A 50 ANNI

La nuova ricetta contro l'invecchiamento cardiaco arriva dall'analisi delle performance di un gruppo di una cinquantina di persone di età compresa tra i 45 e i 64 anni, in salute ma sedentari, sottoposte per due anni a due diversi tipi di allenamento. Una parte del gruppo per due anni ha fatto lezioni di yoga, esercizi per l'equilibrio e sollevamento pesi per tre volte a settimana, una parte invece ha seguito un programma di allenamento più intenso, quattro o cinque volte a settimana. Un programma, quest'ultimo, somministrato in modo graduale ed eseguito monitorando i battiti cardiaci. Questo tipo di allenamento alternava sessioni della durata di mezz'ora di media (una volta a settimana più lunghe) di esercizi

aerobici di intensità moderata, con esercizi a elevata intensità, prevedeva periodi di riscaldamento e defaticamento, e sessioni in cui i partecipanti eseguivano (una volta a settimana) per alcuni minuti attività al 95% della loro frequenza cardiaca massima, intervallata da momenti di recupero. Si trattava nel complesso di un programma di allenamento molto strutturato, sebbene non per professionisti, in cui i partecipanti erano invitati a provare diversi tipi di strumenti e diversi tipi di attività, dalla corsa, alla bicicletta al nuoto.

LEGGI - Perché col passare degli anni si deve essere attivi, più dei giovani

. E IL CUORE "RINGIOVANISCE"

Analizzando i risultati al termine dei due anni di studi, gli scienziati hanno osservato che il gruppo di sedentari sottoposto al regime di allenamento più intenso era più in forma e aveva migliorato mediamente del 18% l'intake di ossigeno durante l'esercizio fisico, mentre nessun miglioramento era stato osservato nel gruppo controllo. Anche la rigidità del muscolo cardiaco diminuiva nel gruppo sottoposto al programma di esercizi più intenso, ma non nell'altro. "Quanto osservato sostanzialmente conferma sia che l'attività fisica può migliorare la funzionalità cardiaca, sia che l'esercizio fisico ha effetti benefici anche in persone di mezza età", racconta Claudio Tondo, coordinatore area aritmologia e responsabile di Monzino Sport, IRCCS Centro Cardiologico Monzino, Milano. Ma non solo: I dati messi insieme dai ricercatori dimostrano che è possibile, ragionevolmente, entro un certo limite d'età *ringiovanire* il cuore. "Normalmente intorno ai 65 anni l'elasticità del muscolo cardiaco regredisce: le cellule del cuore, così come quelle di altri muscoli, diventano meno elastiche e meno capaci di sopportare sforzi più intensi – va avanti Tondo – e sappiamo che l'esercizio fisico eseguito costantemente nel tempo permette di ridurre questa rigidità, di fatto ritardando la perdita di elasticità e consentendo al cuore di continuare a svolgere al meglio la sua funzione". L'elasticità del muscolo cardiaco infatti, spiega il cardiologo, è fondamentale per assicurare sia il corretto riempimento che svuotamento delle camere cardiache, e quindi l'ossigenazione di organi e tessuti. "Alcune forme di scompenso cardiaco sono effettivamente correlabili a una ridotta elasticità cardiaca, che nel complesso rende il cuore meno efficiente nel ricevere sangue e nell'espellerlo", spiega Tondo.

LEGGI Le cose da sapere per migliorare i risultati in palestra

. QUANTO ESERCIZIO FISICO?

Gli stessi autori spiegano come effettivamente lo studio abbia dei limiti, avendo interessato una popolazione sedentaria sì ma desiderosa di mettersi alla prova di un'attività fisica impegnativa. Ma anche capace di farlo, in salute. Pensare di applicare lo stesso regime nella vita reale, ancorché per persone in salute, resta difficile. "Il consiglio ideale rimane quindi lo stesso: allenarsi almeno tre volte la settimana, con sessioni di allenamento moderato-intenso – conclude Tondo – ma in una di queste sedute sarebbe consigliabile (come nello studio, ndr) spingersi a dare di più, anche per pochi minuti, allenando il sistema cardiovascolare a sopportare gli sforzi". Senza esagerare.

CONTENUTO SPONSORIZZATO

Promosso da Taboola

✓ Mi piace Placed a te e ad altri 3,5 mln.



GUARDA ANCHE

PROMOSSO DA TABOOLA

Come tutelarsi se gli altri condomini non pagano?
Aste immobiliari

Elezioni, Renzi: 'Al Senato Pd vicino al primo posto'

SPORT & STYLE

La realtà virtuale conquista il fitness.
Per allenamenti dell'altro mondo

PALESTRE FUTURISTE

di Marzia Ciccola
e Valeria Oneto

**A prova di pigri, nerd e video dipendenti.
Sfruttando la tecnologia il training
può diventare un gioco da ragazzi**

Virtuale. Così sarà il fitness del futuro. Non certo nel senso che non esisterà fatica, anzi, ma la tecnologia sta rivoluzionando lo sport e portando esperienze sempre più affascinanti e coinvolgenti. Ne abbiamo avuto assaggi al Ces (Consumer Electronics Show) di Las Vegas, al Ispo di Monaco e anche all'ultimo Forum Club di Bologna, dove sono stati presentati alcune tecnologie e app che attingendo dal gaming promettono esaltanti "viaggi". Tra i più esaltanti Icaros Pro, per esempio, un dispositivo sportivo che grazie alla posizione di plank permette di allenare i muscoli posturali, spalle, braccia e gambe in modo intenso ed efficace. Allo stesso tempo, attraverso la realtà virtuale, l'utente vive un'esperienza ludica in diverse ambientazioni, dal volo sulle montagne, all'immersione nelle profondità oceaniche fino alla caduta libera dallo spazio stile Baumgartner, divertendosi e quasi dimenticandosi della fatica fisica. Studi hanno dimostrato che allenandosi con Icaros riflessi, equilibrio e la coordinazione intramuscolare migliorano. In arrivo in alcuni centri fitness italiani a Roma e in provincia di Milano (icaros.com). Oppure a casa: il prezzo parte da 8.400 euro, include l'attrezzo, il controller, il software Flight e il visore Samsung Gear VR. Ancora a prova di nerd, notoriamente poco avvezzi al mo-

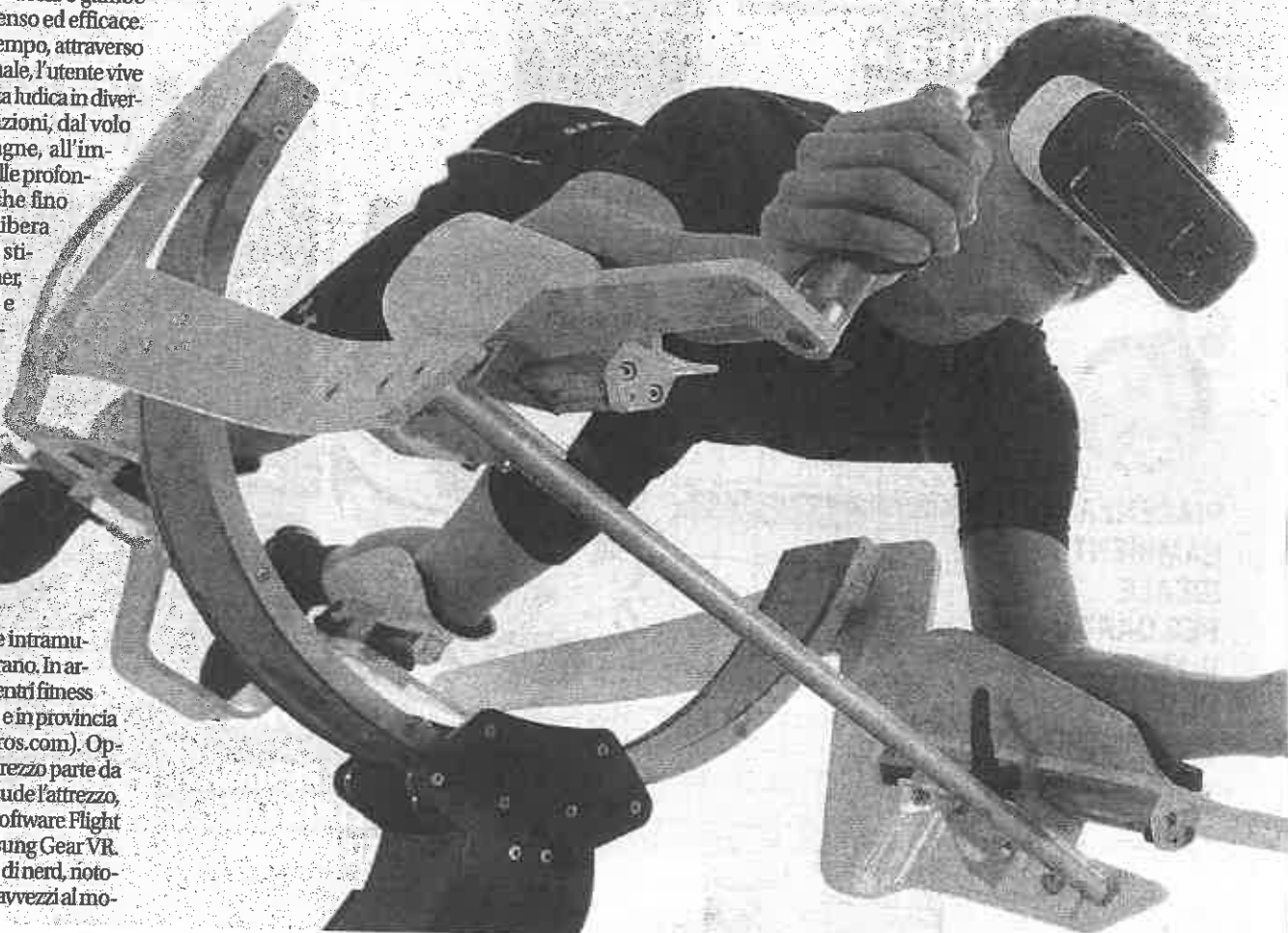
vimento e allo sport, arriva invece dagli USA la Black Box VR (blackbox-vr.com), una specie di scatola nera, della grandezza di uno sgabuzzino, all'interno della quale l'utente compie un lavoro completo da 30 minuti di ginnastica trasportato in un mondo parallelo dal casco per la realtà

**Realtà virtuale
e sviluppo
tecnologico
per esperienze
immersive**

virtuale. Si partecipa a competizioni come avatar e contro altre persone in modalità online. Nel corso dell'anno a San Francisco aprirà una palestra interamente composta da queste macchine, per esperienze totalmente immersive. Pure troppo. Tornando sul pianeta Terra,

sono dedicati a ciclisti e runners gli occhiali intelligenti Solos, di Kopin, che consentono a chi li indossa di verificare i propri parametri di rendimento in tempo reale senza distogliere gli occhi dalla strada. Non solo. Permettono di ascoltare musica e, in caso di allenamento di gruppo, di comunicare con gli altri (solos-wearables.com). La sfida tecnologica si gioca con dispositivi tanto integrati da non accorgersi di indossarli,

così all'ultimo Ispo uno dei finalisti dei Brandnew Awards è stato iinMotion by Teimo: T-shirt e reggiseni da allenamento smart che forniscono agli atleti i dati necessari per un training sano ed efficiente. Integrato nel tessuto un sensore con gps che misura pulsazioni, 3D motion, posizione, distanza, ritmo, velocità, cadenza, lunghezza del dislivello e equilibrio della forza. Per il momento si ordina online (iimotion.com).



Caos doping «La Russia ora rischia l'espulsione»

● Coe attacca. Sui cambi di cittadinanza: no agli Under 20 e solo tre anni dopo

Andrea Buongiovanni

Sono (altre) ore turbolente per l'atletica internazionale. Mentre non si placa la discussione relativa alle 27 squalifiche regolamentari occorse durante i Mondiali indoor di Birmingham dello scorso weekend, dal secondo giorno dei lavori del Consiglio IAAF, riunito proprio nella località inglese, emerge una presa di posizione ancora una volta molto forte nei confronti della Russia. Fino alla possibile espulsione.

TASK FORCE Non è bastata la decisione del Cio della scorsa settimana, all'indomani della chiusura dell'Olimpiade invernale di

PyeongChang, di riammettere il Paese nel proprio consesso. La IAAF non solo ribadisce la sospensione della federazione di Mosca, in essere dal novembre 2015. Ma adesso - su suggerimento della Task Force guidata dal norvegese Rune Andersen e con Anna Riccardi tra i propri membri, da tempo all'opera per verificare la situazione - addirittura minaccia di inasprire le sanzioni. Fermando anche quegli atleti ai quali è ora concessa la possibilità di gareggiare a livello internazionale in modo neutrale. Come per esempio è successo a otto di essi ai Mondiali indoor dello scorso fine settimana e a diciannove a quelli all'aperto di Londra dell'agosto scorso.

IN LUGLIO «Se da parte della Rusaf, la federazione russa,

non saranno riscontrabili evidenti progressi nella lotta al doping - dice Sebastian Coe, presidente della IAAF - cosa che sinceramente auspichiamo, nel nostro prossimo Consiglio, in programma in luglio, potremo persino arrivare ad adottare il provvedimento più drastico - l'espulsione». Secondo Anderson «alcune delle condizioni poste al fine del reintegro sono state corrisposte, ma molte altre no. Per esempio non esiste ancora un piano programmatico che dimostri che i test antidoping 2018 saranno condotti in numero adeguato. E i problemi legali che in alcuni casi non hanno permesso di squalificare chi, pur risultato positivo, è solo stato sospeso, non sono stati risolti. Al più presto chiederemo un incontro coi vertici federali e col ministro dello sport». Condizioni imprescindibili per un primo passo avanti: l'accettazione delle conclusioni del report McLaren e del report Schmid e il riaccredito della Rusada, l'agenzia antidoping nazionale. Sembrano muri insormontabili.

CAMBI CITTADINANZA Il Consiglio, intanto, ha definitivamente adottato nuove norme circa i cambi di cittadinanza degli atleti, cambi che anche nel recente passato hanno «nascosto» veri e propri scandali anche di carattere economico. È stato stabilito che dal momento della richiesta (al massimo una per carriera) al quello dell'eventuale accettazione trascorrerà un periodo minimo di tre anni, che la credibilità della richiesta sarà valutata da un panel creato ad hoc e che nessun caso sarà accettato se riguardante atleti al di sotto dei vent'anni di età.

IPERANDROGINISMO Dopo la richiesta del Tas del luglio 2015 di fornire ulteriori prove circa i reali vantaggi che una condizione alla Caster Semenya può offrire in termini di prestazione tecnica, il Consiglio, raccolte una serie di evidenze scientifiche, ha approvato la richiesta di rivedere i regolamenti per le gare comprese tra i 400 e il miglio. Tali regolamenti saranno sottoposti al Tas stesso prima di diventare effettivi a partire dal 1° novembre prossimo. «Nessun atleta iperandrogino ha mai volontariamente imbrogliato – sostiene Coe – ma noi abbiamo la responsabilità di garantire a tutti condizioni eque. Ecco perché, partendo dalla divisione tra gare maschili e femminili, abbiamo il dovere di chiarire i criteri di appartenenza a una delle due categorie. Ed è chiaro che alti livelli di testosterone, prodotti naturalmente o artificialmente, offrono vantaggi prestativi».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

#gonews.it®

Zona del Cuoio

mercoledì 7 marzo 2018 - 09:18

HOME ZONA DEL CUOIO

<< INDIETRO

Domini Monaco
75 € PRENOTA SUBITO

Fiumicino Firenze
75 € PRENOTA SUBITO



Giocagin 2018, ottimo risultato per Uisp zona del Cuoio

06 marzo 2018 12:36 Sport San Miniato

Facebook 3 Twitter Google+ Email

Mi piace



Sport e Solidarietà sono questi i valori fondamentali del Giocagin, manifestazione Nazionale UISP organizzata dal Comitato Uisp Territoriale della Zona del Cuoio, alla quale domenica 4 Marzo alla Paestra Don Vinicio Vivaldi di San Miniato Basso hanno partecipato ben 18 associazioni esibendosi con le proprie attività tra danza, ginnastica artistica e ritmica, break dance, zumba, pattinaggio artistico e di velocità, freestyle, kung fu, hip-hop, atletica leggera, Magiorette, e per la prima volta un'esibizione particolare e divertente sugli anelli di Vittorio Valvo.

In circa quattro ore di manifestazione sul parquet della Palestra hanno svolto i propri esercizi e le proprie coreografie ben 300 atleti di tutte le età, dalle ballerine più piccole nei loro costumini variopinti e luccicanti di strass agli adulti e bambini della Zumba incitati continuamente dagli spettatori che hanno letteralmente riempito i posti a sedere delle tribune.

Un festival di colori, uno spettacolo seguito da tanto pubblico che ha contribuito a sostenere progetti di solidarietà in collaborazione con Terre des Hommes che aiuta i bambini che fuggono dalla guerra in Siria. Giocagin per il 2018 si farà carico di un piccolo pezzo di questa grande emergenza, e promuoverà progetti sociali attraverso lo sport, fornendo aiuti concreti ai meno fortunati. **I bambini hanno diritto al gioco e a vivere la propria infanzia.** Il Comitato UISP ringrazia, per

essere intervenuti a tutti i presenti e a tutti gli spettatori che hanno contribuito alla raccolta fondi ed un particolare ringraziamento alle associazioni che si sono esibite,

Gruppo Pattinaggio San Miniato Basso , Atletica La Rocca, ASD GAM , l'Asd Ciotty Dance, Fisarmonica A. Del Bravo, Fonte Blu , Attività Motoria Afa , Vittorio Valvo "ASD Pattinaggio OMEGA ASS. Culturale V. Galilei, Get Up Dance Luna Rossa Asd, Zumba Uisp Energiò Drago Rosso Stella Rossa Pattinaggio Stella Rossa Laboratori Danza e Ginnastica Ritmica .

Nei giorni successivi alla manifestazione il portale www.uisp.it/zonacuio e nella nostra pagina Facebook Comitato Uisp Zona del Cuoio. presenteranno una vasta galleria fotografica dei protagonisti attraverso le immagini curate da un fotografo amatoriale dirigente socio Uisp. Sulla pagina facebook di Uisp Nazionale è stata pubblicata la diretta di uno spezzone della giornata.



Fonte: Uisp zona del Cuoio

Tutte le notizie di San Miniato

<< Indietro

Scopri lo negli showroom. Tuo con €7.000 di Hybrid Bonus.
Nuovo Lexus NX Hybrid.


Ragazzo delle superiori ha investito 12 Euro in Bitcoin 7 anni fa, ora è un milionario
Leggi Come

Scappa dal freddo! Prenota il tuo posto al sole quest'inverno con il 70% di sconto.
Secret Escapes

Vuoi investire in Litecoin in Italia? Ecco cosa dovresti sapere
Compra subito!

Cerchi un montascale? E vuoi risparmiare fino al 30%? Ricevi ora offerte di montascale
Offerte in 1 solo click

Configura il Nuovo Nissan X-Trail con le Tecnologie Nissan Intelligent Mobility.
Nuovo Nissan X-Trail

Sponsorizzato da 

Sport Siena Weekend: anche a marzo ricco fine settimana di eventi

Sabato 10 e domenica 11 lezioni gratuite dedicate alle dimostrazioni di nordic walking in Fortezza



SIENA. Marzo ancora mese di sport a Siena. Torna, per il terzo fine settimana consecutivo, l'appuntamento con la 'Sport Siena Weekend', la rassegna organizzata dal Comune di Siena che celebra lo sport e i suoi valori con un ricco programma di eventi diffuso in tutta la città. A partire da giovedì 8 marzo e fino a domenica 11 marzo la kermesse offrirà tante nuove occasioni per avvicinarsi a una sana attività fisica e scoprire anche i risvolti psicologici e umani dello sport.



La psicologia dello sport. Il programma del terzo fine settimana si aprirà giovedì 8 marzo con il convegno 'Performance: aspetti della prestazione umana e sportiva', coordinato dal professor Paolo Bernini e in programma dalle ore 17 in Sala delle Lupe. Venerdì 9 marzo lo sport sale in cattedra in occasione della "Palestra dei talenti, laboratori di sport e lifeskills": laboratori esperienziali di collaborazione, inclusione/esclusione e aggregazione nello sport, in programma dalle ore 8.15 alle ore 13.30 presso la struttura del Campo scuola "Renzo Corsi" di Viale Avignone a Siena. L'incontro è rivolto alle classi medie inferiori del Comune di Siena. Per informazioni è possibile contattare Elena Lorenzini al numero telefonico 329 0117588 e via email .

Nuoto, solidarietà e nordic walking. Doppio appuntamento, sabato 10 e domenica 11 marzo, con le lezioni gratuite dedicate alle dimostrazioni di nordic walking in Fortezza. La camminata con i bastoncini tornerà anche domenica 11 marzo con la tappa nordic walking challenge 2018 di dieci chilometri alla scoperta di Siena e alla scoperta dei Musei di Contrada. Per l'occasione sarà possibile partecipare alla passeggiata non competitiva e

Maltempo: continua l'allerta giallo
(<http://www.ilcittadinoonline.it/cronaca/maltempo-continua-lallerta-giallo/>)

Francesco Braccagni è il nuovo allenatore del Costone
(<http://www.ilcittadinoonline.it/braccagni-allenatore-del-costone/>)

Droga: i Carabinieri di Poggibonsi arrestano un corriere
(<http://www.ilcittadinoonline.it/carabinieri-poggibonsi-arrestano-un-corriere/>)

Al Piccolomini si parla di violenza sulle donne
(<http://www.ilcittadinoonline.it/cronaca/piccolomini-parla-violenza-sulle-donne/>)

Al via i lavori per il marciapiede Fontebecci-Braccio
(<http://www.ilcittadinoonline.it/cronaca/al-via-i-lavori-marciapiede-fontebecci-braccio/>)

Giornata mondiale del Rene informazioni e consulenze gratuite
(<http://www.ilcittadinoonline.it/e-salute/giornata-mondiale-del-rene-informazioni-consulenze-gratuite/>)

Pubblicità

ammirare a ritmo slow il centro storico di Siena. Per informazioni e iscrizioni è possibile consultare il sito , scrivere una mail a , chiamare il numero di telefono 3357019231. Il pomeriggio di **sabato 10 marzo** 'scende in vasca' la solidarietà con l'evento per tutti ospitato dalle ore 17.15 presso la piscina comunale dell'Acquacalda. Per l'occasione l'associazione Siena Nuoto, in collaborazione con Uisp, Coni, Coni Paralimpico e le associazioni "Il laboratorio", "Le Bollicine", "Associazione Senese Down", proporrà "Nuotiamo Insieme". Per informazioni possibile contattare Simone al numero 3351016623 o scrivere una mail a .



Advertising



Ti Informo

Il programma di domenica 11 marzo: bici, pattini e premiazione gara sci Contrade. La giornata di festa si aprirà sui pedali per gli appassionati di mountain bike. Appuntamento alle ore 8.15 in Fortezza Medicea con "**Giresplorando**", per lo start del percorso di trenta chilometri alla scoperta della Battaglia di Montaperti. L'arrivo è previsto per le ore 12.30 con aperitivo offerto dal Gruppo Spritz Bike. Per informazioni e iscrizioni è possibile contattare Massimiliano Gonzi al numero di telefono 333 8949510 o su whatsapp. Domenica sui pattini al PalaChigi, di Viale Sclavo. Dalle ore 14.30 andrà in scena l'evento "**Pattina con i Campioni**", in compagnia degli istruttori della Polisportiva Mens Sana e degli atleti Campioni d'Italia 2018. Parteciperanno al pomeriggio, che sarà inaugurato con il Campionato provinciale federale dei piccoli roller (dagli 8 agli 11 anni), anche gli atleti campioni mondiali e europei della Mens Sana. Per informazioni è possibile contattare Martina Pollastrini al numero , scrivere una mail a oppure consultare il sito . Il pomeriggio proseguirà, alle ore 17 presso la Sala delle Lupe di Palazzo Pubblico, con la cerimonia di premiazione della gara "**Per Slalom e per amore**", la gara di slalom fra Società di Contrada.



Informazioni utili. Sport Siena Week End è un'iniziativa organizzata dal Comune di Siena. Per conoscere il programma completo è possibile visitare il sito del Comune di Siena all'indirizzo e sui social seguire la pagina Facebook

Sport Siena Weekend e su Instagram #SportSienaWeekend. Per informazioni è possibile chiamare i numeri 0577292221 e 0577280551 (orario ufficio).

Rughe dalle labbra: eliminarle con i rimedi naturali

Non sopporti più le fastidiose rughe sulle labbra? Scopri come eliminarle con i rimedi naturali ...

[Learn More](#)

Run Days: il 17 marzo al Centro Maremà di Grosseto. Evento organizzato da Decathlon e Uisp

7 Mar 2018

Rendere accessibile al maggior numero di persone il piacere e i benefici dello sport: questo è in sintesi il senso d'impresa di Decathlon e l'impegno che l'Azienda si assume nei confronti di chi pratica lo sport tutti i giorni con passione, siano essi adulti o bambini, principianti o esperti, collaboratori o clienti. Nel pieno rispetto di questa filosofia, Decathlon ha lanciato nel 2015 gli SPORTDAYS, eventi esclusivi con: partecipazione gratuita, riservati ai clienti che possiedono la Carta fedeltà Decathlon. Durante l'evento i team dei negozi hanno l'opportunità di trasmettere ai partecipanti la loro passione per lo sport per creare momenti unici di condivisione.

Il senso è quello di creare un'occasione di experience che unisca nella pratica e nei valori dello sport adulti e bambini lasciando come ricordo la condivisione dell'esperienza sportiva. La manifestazione con il patrocinio della UISP Grosseto e la collaborazione del Centro Comm.le Maremà avrà inizio sabato 17 Marzo con un ricco programma di interventi con esperti del settore che ci guideranno attraverso il mondo della corsa, dell'alimentazione sportiva e tanto altro, avranno luogo test gratuiti di falcata, baropodometrico e monitoraggio performance.

Il 18 Marzo pronti in pista alle 10:00 per la gara competitiva di 8 km e alle 11:00 la partenza di una corsa non competitiva di 3,5 km alla quale potranno partecipare non solo gli amanti del running, ma anche jogger, appassionati di nordic walking, fit walking ecc. Sarà un evento di inclusione quindi potranno partecipare tutti adulti e piccini, adatta a diversi tipi di pratica.

IL GIUNCO.NET

il quotidiano della Maremma

TURISMO E SPORT

Grosseto-Castiglione: torna la gara podistica che promuove il territorio

di Redazione - 06 marzo 2018 - 10:47



GROSSETO – Domenica 25 marzo andrà in scena la Grosseto-Castiglione, corsa podistica Uisp aperta a tutti gli enti di promozione sportiva. Non più, quindi, il giorno di Pasquetta come fu per anno scorso. Ci sarà anche la novità della Marina-Castiglione agonistica e passeggiata di dieci chilometri.

Le iscrizioni vanno a gonfie vele, avendo già superato le 250 nelle due distanze, più quelli della passeggiata nella distanza più breve «Siamo a buon punto – spiega il presidente Ciolfi – ora arriva il momento in cui tutte le idee devono trasformarsi in fatti, la fase in cui dobbiamo decidere come schierare il personale lungo il percorso e negli incroci, dove posizionare i quattro ristori che verranno allestiti durante le manifestazioni».

Quali sono le caratteristiche delle gare? «Non sono corse per fare il tempo, perché le gare sono nate soprattutto per promuovere il nostro bellissimo territorio – prosegue Ciolfi – quindi i due percorsi toccheranno scenari diversi tra loro, si passerà da tratti velocissimi a tratti molto più impegnativi».

Perché il Marathon Bike punta così tanto sulla Grosseto Castiglione?

«Perché questa non è soltanto una corsa per i grossetani – spiega il presidente – che aspettiamo in massa alla partenza. È una corsa per chi viene da fuori, a queste persone offriamo un'opportunità unica per vivere e conoscere la nostra terra»

In cosa deve crescere la Grosseto Castiglione per raggiungere questo obiettivo? «Nella qualità della gara – illustra – chi prenderà parte alle nostre manifestazioni, dovrà tornare a casa consapevole di aver corso una gara

Grosseto-Castiglione: torna la gara podistica che promuove il territorio - IlGiunco.net

decisamente bella e diversa dalle altre in circolazione. Arrivare a un metro dal mare, sulla spiaggia di Castiglione della Pescaia, è un senza dubbio un valore aggiunto. Infatti abbiamo cambiato data proprio per essere più preparati, perché l'organizzazione dei due eventi, presuppone l'impiego di 50-60 persone e reperirle il giorno di pasquetta era veramente un'impresa.»

Sino a quando ci si potrà iscrivere? «Solo per la passeggiata è possibile iscriversi la mattina della gara – chiarisce – per le altre due distanze le iscrizioni chiuderanno giovedì 22 marzo o al raggiungimento dei 500 atleti.»

Le partenze e gli arrivi dove avverranno? «La partenza della 10 chilometri avverrà alle ore 9.30 nei pressi del bagno "La Rotonda" di Marina – conclude – mentre la 23 chilometri da piazza Duomo di Grosseto alle 10 in punto. Entrambe arriveranno in spiaggia tra il bagno "Bruna" e il Club Velico di Castiglione della Pescaia».

Promosso da Taboola

Diventa miliardario a 55 anni. Ecco come ha fatto

forexexclusiv.com

Nuovo Lexus NX Hybrid. Tuo con €7.000 di Hybrid Bonus.

Lexus

Peugeot 208 Black Line da 100 €/mese Tan 4,49% Taeg 7,53%

Peugeot

Non vuoi più pagare tanti soldi per occhiali progressivi?

occhiali24.it

Come Guadagnare con i Bitcoin anche senza essere un Esperto!

Bitcoins

Stock di iPhone rimasto in magazzino, valore 619€ in vendita per 59€

RisparmiPazzi

Potrebbe Interessarti Anche

da Taboola

#Elezioni2018, Marras: «Ho perso. La mia candidatura, in questo disastro, non ha affatto sfondato» - IlGiunco.net

#elezioni2018: tutti gli eletti in Toscana, c'è anche Elisabetta Ripani. I parlamentari maremmani salgono a 3 - IlGiunco.net

Andrea Danesi nuovo allenatore del Grosseto - IlGiunco.net



Mercoledì, 07 marzo 2018 - ore 09.17

UISP Cremona Consegna Contributo a Caritas a Torneo Amicizia

LA SQUADRA DEI KAMBO STREET VINCE IL TORNEO DELL'AMICIZIA.

Martedì 06 Marzo 2018 | Scritto da Redazione



ROMA - COLONIA

„59%

+++ Prenota subito a tariffe vantaggiose! +++



UISP Cremona Consegna Contributo a Caritas a Torneo Amicizia

LA SQUADRA DEI KAMBO STREET VINCE IL TORNEO DELL'AMICIZIA.

La nona edizione del "Torneo dell'Amicizia" di calcetto disputatosi presso la palestra di Cà de Mari fra squadre di immigrati e cremonesi è terminata con la vittoria dei ragazzi della squadra del Q.re Cambonino di Cremona che ha battuto per 9 a 8 la formazione dell' Accoglienza.

Ultimo atto del torneo, presso la sede della Caritas Diocesana, alla presenza del responsabile don Antonio Pezzetti e del dirigente Uisp Giancarlo Manara, la consegna del contributo raccolto, a conferma del piccolo ma significativo

atto di solidarietà delle squadre partecipanti al torneo che hanno donato alla Caritas un contributo di 150 euro a sostegno del fondo per le famiglie in difficoltà.

► Scegli Tu!

Candidati

2018 elezioni

Cremona creme

Vittoria