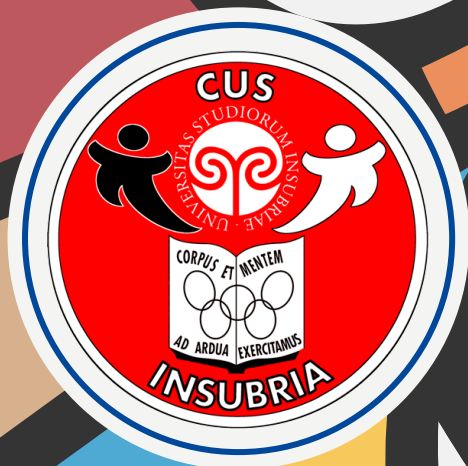


Agenda Gen-CUS

Racconti di sport, valori ed
esperienze del progetto
GenerAZIONI_CUS

Gen-Stories



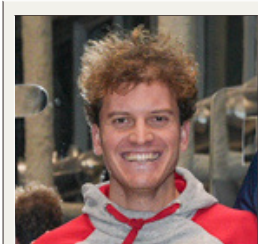
Andrea Pazzagli

Mentore CUS Insubria - Progetto CUS INSUBRIA NEXT GEN

“Mi chiamo Andrea Pazzagli, ho 23 anni e, in qualità di Mentore del CUS Insubria, credo fermamente che il progetto “GenerAZIONI_CUS” rappresenti un’opportunità educativa e formativa preziosa per gli studenti del Centro di Formazione.

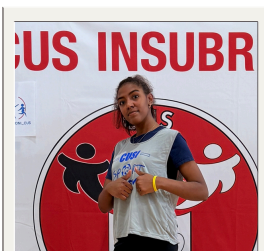
Le mie attività di mentoring si sono concentrate su temi cruciali come la conciliazione tra studio e sport, la gestione del tempo, i sacrifici necessari per raggiungere obiettivi ambiziosi e la valorizzazione degli errori e dei successi personali come strumenti di crescita. Spero che le mie testimonianze dal vivo abbiano offerto agli studenti un modello concreto di impegno, resilienza e responsabilità, contribuendo allo sviluppo di competenze trasversali, motivazione personale e orientamento consapevole per il loro futuro formativo e professionale.

Parallelamente al percorso accademico, pratico sport agonistico come atleta del CUS Insubria nella sezione di canottaggio. Il mio progetto personale si basa sul modello di Dual Career, che prevede l’integrazione strutturata tra formazione universitaria e sport di alto livello. Questo approccio mi ha permesso di ottenere diversi risultati sportivi significativi, tra cui il titolo di Campione del Mondo Under 23 nel 2022 e la medaglia di bronzo ai Mondiali Under 23 nel 2024 nella specialità del quattro di coppia. Ho inoltre conquistato la medaglia d’argento ai Mondiali Universitari FISU 2024 e il bronzo alle Universiadi 2025 nella specialità del doppio.”



Andrea Pazzagli,
Mentore CUS Insubria

Camilla Lunardi,
Atleta CUS Insubria



Camilla Lunardi

Atleta CUS Insubria

“Ho partecipato alle attività di pallacanestro e pallavolo. L’esperienza si è rivelata molto positiva e stimolante, consentendomi di mettermi alla prova, collaborare con i compagni e vivere lo sport in modo sano e coinvolgente. Il torneo di pallacanestro ha rappresentato per me una novità, in quanto non possedevo una particolare esperienza in questa disciplina. Proprio per tale motivo, l’ho trovato particolarmente stimolante. Ho acquisito rapidamente una comprensione delle regole e mi sono impegnata ad applicarle nel miglior modo possibile, ottenendo buone prestazioni. Sebbene la mia squadra non abbia conseguito la vittoria, ho tratto grande piacere dall’esperienza e ritengo che il valore di quest’ultima vada oltre il risultato finale.

Il torneo di pallavolo si è rivelato altrettanto piacevole. In questo caso, la conoscenza pregressa delle regole ha favorito un maggiore gioco di squadra e una migliore organizzazione in campo. Si è registrata una significativa collaborazione tra i compagni, un reciproco rispetto e un forte desiderio di partecipazione.

In generale, considero questi tornei di grande importanza e ben organizzati, in quanto offrono l’opportunità di praticare attività fisica, socializzare e vivere la scuola in modo diverso e più dinamico. Esprimo il mio auspicio affinché vengano riproposti anche in futuro.”

Agata Micò

Mentore CUS Catanzaro - Progetto CUS SportInGen - Le nuove GenerAZioni CUS

“Sono Agata Micò e ho 43 anni. La mia esperienza come mentore rappresenta per me un percorso di grande valore umano, educativo e professionale. Fin dall’inizio ho orientato il mio impegno al raggiungimento degli obiettivi principali del progetto, in particolare alla prevenzione dell’abbandono sportivo e al rafforzamento dell’autostima dei ragazzi. Ho perseguito costantemente valori quali il rispetto, l’inclusione, la responsabilità, la cooperazione e il fair play, cercando di trasmetterli attraverso l’esempio e il dialogo.

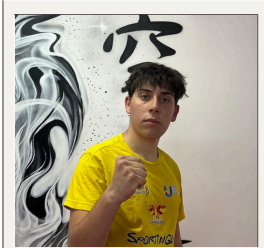
Le attività di mentoring si sono sviluppate in incontri individuali e di gruppo, prima, durante e dopo le sessioni sportive, affrontando tematiche specifiche come la motivazione, la gestione delle emozioni, la paura dell’insuccesso, il rapporto con il gruppo, l’equilibrio tra sport e studio e la valorizzazione delle proprie capacità. Ho utilizzato momenti di ascolto, confronto, riflessione guidata e la narrazione di esperienze per creare un clima di fiducia. Inoltre, ho collaborato con istruttori, famiglie e figure educative per costruire una rete di sostegno stabile.

I risultati parziali ottenuti sono stati incoraggianti: molti ragazzi hanno mostrato un aumento della motivazione, una maggiore continuità nella pratica sportiva, un miglioramento nelle relazioni e una più solida consapevolezza di sé. Penso che ci sia ancora da lavorare, soprattutto nei confronti di chi non ha ancora superato del tutto le proprie sfide interiori.”



Agata Micò,
Mentore CUS Catanzaro

Cristian Lorusso,
Atleta CUS Catanzaro



Cristian Lorusso

Atleta CUS Catanzaro

“Sono Cristian Lorusso e ho 16 anni. La mia esperienza come atleta all’interno del progetto “SportInGen” è stata profondamente formativa sia dal punto di vista sportivo sia umano. Fin dai primi incontri mi sono sentito accolto in un ambiente inclusivo, sereno e stimolante, dove lo sport non era vissuto solo come competizione, ma come occasione di crescita personale, confronto e condivisione.

La possibilità di praticare discipline diverse, alternando attività di squadra, individuali e giochi non convenzionali, mi ha aiutato a riscoprire il piacere del movimento e a superare momenti di demotivazione.

Fondamentale è stato il ruolo degli istruttori e del mentore, sempre presenti nell’ascolto, nel sostegno emotivo e nell’incoraggiamento, soprattutto nei momenti di difficoltà. Grazie alle sessioni di mentoring ho imparato a gestire meglio le emozioni, a rafforzare la fiducia in me stesso e a trovare un equilibrio tra sport, scuola e vita personale. Ho compreso il valore del rispetto, del fair play e della collaborazione, sviluppando relazioni positive con i miei amici.

Questo percorso mi ha permesso di sentirmi parte di una comunità attenta ai bisogni di ciascuno, capace di valorizzare le diversità e di promuovere il benessere psicofisico.