

# Agenda Gen-CUS

Racconti di sport, valori ed  
esperienze del progetto  
**GenerAZIONI\_CUS**



Il progetto del CUS Milano programmato tra novembre 2025 e marzo 2026, è un'iniziativa educativa e sportiva completamente gratuita rivolta agli studenti delle scuole secondarie di I e II grado, specificamente nella fascia d'età 13-18 anni.

Il programma persegue obiettivi cruciali per la crescita giovanile: contrastare l'abbandono sportivo (drop-out), promuovere stili di vita sani e rafforzare il legame tra istruzione scolastica e mondo universitario.

L'intervento si articola in due modalità operative distinte ma integrate. L'Azione A si concentra sulla **pratica sportiva**, offrendo lezioni settimanali, laboratori e tornei in una vasta gamma di discipline che include **canoa, canottaggio, atletica, scherma, taekwondo, rugby, ultimate frisbee, yoga e tennis**.

L'Azione B è dedicata al mentoring: attraverso incontri di gruppo o individuali, i Mentori CUS, atleti universitari, offrono **testimonianze dirette sulla doppia carriera** studente-atleta, fornendo orientamento universitario e lavorando su **life skills** quali la resilienza e il team building.

Le attività si svolgono presso strutture d'eccellenza: la sede principale è il Palacus di Segrate, affiancata dall'Idroscalo di Milano per gli sport acquatici; è inoltre previsto l'utilizzo di palestre scolastiche degli istituti aderenti per facilitare la partecipazione.

L'intero percorso è monitorato tramite la piattaforma istituzionale di Sport e Salute, al fine di garantire trasparenza e misurare l'impatto educativo.



**GenerAZIONI\_CUS**  
Milano: Sport, Valori e  
Futuro per i giovani  
Matteo Fontanesi,  
Referente Territoriale  
del Progetto

## CUS in Action!

Stefano Saliola,  
Addetto Stampa CUS  
Molise

Il CUS Molise, da sempre attento alla promozione della pratica sportiva, attraverso questo progetto si propone di avvicinare i giovani alla pratica sportiva e di promuoverne lo sviluppo sportivo, personale e sociale, rivolgendosi agli studenti delle scuole secondarie di I e II grado di Campobasso, attraverso un approccio integrato che combina attività sportive e interventi educativi. Le discipline previste dal progetto sono calcio a 5, pugilato e difesa personale.

Le attività si svolgono da ottobre 2025 a marzo 2026, per una durata complessiva di sei mesi e circa 240 ore di attività. Il **corso di calcio a 5**, tenuto da istruttori qualificati, in collaborazione con i giocatori del CLN CUS Molise, che milita in Serie A2 Élite, prevede due appuntamenti settimanali di un'ora ciascuno per ogni fascia d'età, per un totale di otto ore settimanali di attività.

Il **corso di pugilato e difesa personale** prevede due appuntamenti settimanali della durata di un'ora ciascuno.

Al termine del progetto è previsto un **evento finale**, durante il quale verranno invitati tutti i partecipanti per un momento di convivialità e di **riflessione sul percorso svolto e sui possibili sviluppi futuri**.

Il corso di calcio a 5 è destinato agli studenti delle scuole secondarie di I e II grado delle categorie Under 13, Under 15, Under 17 e Under 19.

Il corso di pugilato e difesa personale coinvolge le scuole secondarie di I e II grado e ha l'obiettivo di avvicinare i giovani al pugilato attraverso l'apprendimento delle tecniche basilari di autodifesa.

**CUS MOLISE**  
CENTRO UNIVERSITARIO SPORTIVO  
UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DEL MOLISE