

La Gazzetta dello SPONC!

NUMERO 48 _ 22 NOVEMBRE 2022



CUS INSUBRIA

**CUS INSUBRIA:
CUORE DELLE
ATTIVITÀ MOTORIE**

**VOCI DA
SPONC!**

PROSSIMO NUMERO CUS COSENZA

CUSI
SPORT
inclusivo

SPONC!
SPORT NON CONVENZIONALE PER TUTTI

progetto realizzato con il contributo del



**Dipartimento
per lo sport**



CUS INSUBRIA: cuore delle attività motorie della periferia di Varese
Andrea, CUS Insubria

"Io e i miei compagni, durante l'anno scolastico, abbiamo avuto l'opportunità di imparare tutti insieme i fondamentali di alcuni sport, sia famosi, ad esempio la pallavolo e il calcio, sia meno popolari.

All'interno di questo progetto ho scoperto l'ultimate frisbee, che mi ha colpito specialmente perché, anche se faticoso, la soddisfazione di correre più veloce del vento, afferrare al volo il frisbee e lanciarlo nuovamente al mio compagno, non ha prezzo.

Io ci giocavo già a casa con mio fratello, ma non conoscendo al meglio le regole e la tecnica, lo consideravo solo un passatempo.

In particolare, ho imparato l'uso del piede perno e il movimento del braccio durante il lancio.

Matteo è stato disponibile nel spiegarci il gioco e le regole, ha avuto molta pazienza e costanza, che con certi elementi è difficile da mantenere. Ad esempio, io all'inizio facevo fatica a lanciare il frisbee in modo giusto, lui me l'ha spiegato più volte facendomi anche delle dimostrazioni pratiche, finché non ci sono riuscito.

Quindi, un ringraziamento speciale va a Matteo, il nostro istruttore, che anche se di giovane età, ha saputo dispensare consigli con professionalità, ma soprattutto è riuscito a trasmettere la sua passione per questa disciplina.

Queste lezioni sono state davvero utili e coinvolgenti, credo sia importante continuare a diffondere l'importanza di fare sport tra i più giovani. Spero che questa bella esperienza, seppur piccola, si possa ripetere il prossimo anno.

Grazie per tutto il tempo dedicato a noi".



VOCI DA SPONC!

Stefano Malerba
Assessore allo Sport Comune di Varese

Gli interventi per lo sport non si concentrano solo sui grandi impianti sportivi, né solo sulle risorse del PNRR, ma coinvolgono anche tutte le palestre di quartiere, una grande risorsa varesina per uno sport sempre più diffuso e accessibile a tutti.

