

# Tante idee per Fare sport!

Siamo tutti sportivi!

Lo sport è sinonimo di attività positiva, di entusiasmo, di passione, di sano agonismo. Spesso però "siamo tutti sportivi" seduti davanti ad un televisore, leggendo le pagine dei giornali o appassionandoci per le sfide mondiali.

Gli Assessorati allo sport dei comuni di Gandino, Cazzano S.Andrea e Casnigo propongono questa piccola guida che ha lo scopo di presentare le attività sportive che in concreto, "sul campo", possono essere praticate nei nostri paesi.

Uno strumento agile e crediamo utile per chi magari non ha mai pensato di scegliere, un'occasione per scendere in campo o entrare in palestra. C'è solo l'imbarazzo della scelta! Lo sport fa bene al fisico e fa bene alla mente!

Si ringraziano le società sportive che hanno risposto all'appello che sono: US GANDINESE - AC CASNIGO GRUPPO SPORTIVO ORATORIO GANDINO CALCIO - US CAZZANO - SCI CLUB RADICI GROUP - FUORI DI DANZA CICLISTI VALGANDINO - GRUPPO YOGA PARVATI - GRUPPO DANZE POPOLARI CASNIGO - GRUPPO KOREN AERO CLUB VOLO LIBERO MONTE FARNO - JUDO CLUB CASNIGO - COMPAGNIA ARCIERI VALGANDINO TEAM JUDO VALGANDINO - SCUOLA BASKET VALSERIANA CASNIGO - ATLETIC BASKET CASNIGO CAI VALGANDINO - GS ORATORIO GANDINO PALLAVOLO - VOLLEY CAZZANO.



## UNIONE SPORTIVA GANDINESE

Insegnamento e pratica dell'attività sportiva del gioco calcio. Inizio ad agosto 2009 allenamenti presso gli oratori di Cazzano, Peia, Gazzaniga, e campo comunale di Barzizza. Partite ufficiali sul campo comunale di Gandino e Gazzaniga.

Quota annua di 250 € per i ragazzi fino ai 16 anni.

Presidente: Tonino Bosio

Direttore sportivo: Radici Roberto

Responsabile settore giovanile: Pezzoli Elio

Sede: 035.726336



## GRUPPO SPORTIVO ORATORIO GANDINO CALCIO

IL GRUPPO SPORTIVO ORATORIO GANDINO CALCIO per la stagione 2009/2010 svolge la propria attività sportiva presso l'Oratorio di Gandino

per le seguenti categorie giovanili:

- SCUOLA CALCIO anni 2002-03-04 – contributo annuo euro 60 corso dal 1 settembre alla metà di maggio il martedì ore 17.30
- PULCINI anni 2000-2001 – contributo annuo euro 80,00 inizio attività: 2 settembre campionato di calcio a 7 CSI da ottobre a maggio allenamento il mercoledì ore 17.30 – partita di campionato al sabato pomeriggio
- ESORDIENTI anni 1998-1999 – contributo annuo euro 80,00 inizio attività: 3 settembre campionato di calcio a 7 CSI da ottobre a maggio allenamento il giovedì ore 18.00 – partita di campionato al sabato pomeriggio

Contatti: Piazzini Leonardo cell. 3406971201

per la categoria PULCINI le iscrizioni sono chiuse;

per la categoria ESORDIENTI e SCUOLA CALCIO è ancora possibile inserire qualche ragazzo.



## A.C. CASNIGO

L'associazione Calcio Casnigo non è un'associazione ambiziosa, ma una Società sportiva modesta che punta molto sul proprio settore giovanile come servizio alla collettività e crescita dei propri ragazzi. Obiettivo del settore giovanile dell'Associazione Calcio Casnigo è formare giocatori in grado di giocare nella propria prima squadra, attraverso vari percorsi di formazione per le rispettive categorie.

Da ormai 3 anni l'AC Casnigo con US Gandinese e Oratorio Peia ha fatto partire un progetto di Scuola Calcio che anche quest'anno come l'anno passato è riconosciuta Scuola Calcio Atalanta. I corsi cominceranno a fine Settembre e proseguiranno fino a Maggio, gli allenamenti si svolgeranno presso il campo comunale di Casnigo per poi spostarsi nella palestra di Peia per i mesi Invernali.

AC Casnigo conta 5 Squadre:

- Esordienti FIGC 97/98 allenati da Danilo Zambaiti
- Giovanissimi FIGC 95/96 allenati da Mauro Bonazzi
- Allievi FIGC 93/94 allenati da Francesco Scarpellini
- Juniores FIGC 92/91 allenati da Fabiano Frosio
- Prima Squadra, che milita in terza Categoria è allenata da Zanga Cristian.

Tutti i campionati inizieranno a fine Settembre e proseguiranno fino a Maggio, le preparazioni di queste squadre sono cominciate a fine Agosto.

Presidente: Abele Villa. Sede: Via Europa, 52, Casnigo.



## U.S. CAZZANO

Data fondazione dell'associazione: 1980

tipo di attività sportiva svolta: calcio

inizio/termine attività sportive: da settembre a giugno di ogni anno.

Attività dell'associazione: promuovere la pratica sportiva del gioco calcio e insegnamento dei gesti tecnici fondamentali per le categorie Scuola Calcio, Pulcini e Giovanissimi partecipanti ai campionati promossi dal C.S.I. di Bergamo

Le attività si svolgono presso il campo sportivo dell'oratorio di Cazzano Sant'Andrea e presso il campetto in erba sintetica delle scuole elementari di Cazzano Sant'Andrea.

Contatti:

Leonardo Spampatti 388.6503551 - e-mail: lespampa@tin.it

Costi: 120,00 euro circa per l'intera stagione comprendenti abbigliamento sportivo e trasferimenti in pullman per le partite oltre valle.



## FUORI DI DANZA

Scuola di danza classica – moderna – hip hop e ginnastica mantenimento per adulti.

Le iscrizioni si ricevono a Gandino presso le aule a pianterreno delle scuole elementari, tutti i martedì, mercoledì e giovedì, dalle ore 17.00 alle ore 19.00, a partire da mercoledì 16 settembre 2009.

Le lezioni avranno inizio lunedì 21 settembre 2009.

Le iscrizioni, con la possibilità di fare un periodo di prova, resteranno aperte fino al 31 ottobre 2009, salvo esaurimento posti a disposizione. I corsi sono riservati ai soci tesserati

Per informazioni: 035.747267 (dalle 13.00 alle 14.30);

fuoridd@libero.it; www.fuorididanza.spaces.live.com

Costi: a partire da 16,00 euro mensili in base al tipo di corso.

Particolari sconti per chi fa più corsi e per chi iscrive più figli all'associazione.



## CICLISTI VALGANDINO

Dal mese di settembre 2009 le quattro società Gandino Ciclisti Amatori, Pedale Casnighese, Ciclistica Lefte e S.C. Peia

Edilstrade hanno deciso di fondersi in un'unica società ciclistica denominata CICLISTI VALGANDINO.

Promuovere la sana attività ciclistica rivolta ai ragazzi e alle famiglie, ma anche l'organizzare eventi e gare competitive (vedi la Pedala Ecologica, la FarnoBike e la giornata "Bici e Scuola" per i ragazzi delle elementari...) sono gli impegni che la nuova Ciclisti Valgandino intende portare avanti nei prossimi anni con la speranza di avere quanto prima anche la possibilità di usufruire della pista ciclabile, questo soprattutto per la sicurezza dei nostri bambini e ragazzi che vogliono divertirsi sulle due ruote.

Contatti: Alberto Rudelli - 3935858558

Fausto Carrara - 3480303156



## GRUPPO YOGA PARVATI

Il gruppo Yoga Parvati svolge l'attività di insegnamento dello Hata Yoga. Tiene i propri corsi in alcuni comuni della media e alta Valle Se-

riana; a Gandino tali corsi si svolgono presso il salone della Scuola Materna dal mese di settembre al mese di giugno, tutti i mercoledì, divisi in due turni, dalle 18.30 alle 20.00 e dalle 20.00 alle 21.30.

I corsi sono tenuti da Noris Agostino e da Noris Ettore.

Dal mese di ottobre al mese di maggio, tutti i giovedì, in un unico turno dalle 19.45 alle 21.15 il corso è tenuto da Bombonato Fausto.

Il costo mensile è di euro 15 – trimestrale euro 40

Contatti: Noris Agostino tel. 035-745794 - cell. 3206821495

Noris Ettore cell. 3470601271

Bombonato Fausto tel. 035.733846 - 3293332213

## A.S.D. JUDO CLUB CASNIGO

Dall'11 settembre 2009 riprendono i corsi di judo per tutti, e difesa personale per giovani e adulti ambo i sessi.

I corsi si svolgono presso la palestra del polo scolastico di Casnigo nei giorni di mercoledì e venerdì:

- bambini (età minima 5 anni) dalle 17.45 alle 19.00

- ragazzi e adulti dalle 19.00 alle 20.30

Informazioni e iscrizioni presso la palestra nei giorni e orari dei corsi - tel. 035.740247 (ore pasti)

Insegnanti tecnici federali con esperienza pluridecennale:

Mignani Felice, Moro Armando e Mignani Giuseppe.

Le iscrizioni sono sempre aperte (per l'iscrizione di minori è necessario il consenso di un genitore).

Vi aspettiamo numerosi.

## GRUPPO DANZE POPOLARI DI CASNIGO

Dal 7 ottobre 2009 tutti i mercoledì dalle ore 20,30 alle 22,30 presso la palestra scuole medie. Corso della durata di 10 lezioni.

Partecipanti da un minimo di 20 max 40.

Iscrizione di conferma: prima o dopo la prima serata.

informazioni tel 035.740485 sig.ra Lucia ore pomeridiane

Il corso è aperto a tutti, unico requisito è avere voglia di divertirsi insieme; si ricorda che sono obbligatorie le scarpe da ginnastica e un abbigliamento comodo e leggero.



## AERO CLUB VOLO LIBERO MONTE FARNO

Volo in parapendio tutto l'anno al Monte Farno / Montagnina

Costo a seconda delle capacità dei singoli partecipanti

Contatti: Diego Servalli - 3483115311

e.mail: montefarno@alice.it

www.parapendiomontefarno.it

## COMPAGNIA ARCIERI VALGANDINO

E' un'associazione sportiva affiliata alla FIARC.

La sua finalità è la pratica amatoriale ed agonistica, nonché la valorizzazione e la diffusione

dell'attività sportiva del tiro istintivo e mirato con l'arco.

La COMPAGNIA ARCIERI VALGANDINO organizza corsi base di introduzione al tiro con l'arco per adulti e ragazzi dai 7 anni.

Il corso ha durata di 10 ore complessive, si tiene in 5 sedute presso il campo della compagnia di Gandino (frazione di Cirano, dietro la chiesetta di S.Gottardo) o in palestra durante il periodo invernale (a Lefte o a Colzate). Luogo e orari sono da definirsi in base alle esigenze dei partecipanti.

Tutta l'attrezzatura e il materiale didattico è fornito dalla compagnia ed è compreso nella quota d'iscrizione. Presentarsi con scarpe da ginnastica e abbigliamento aderente.

Al termine del corso viene rilasciato l'Attestato di partecipazione e l'Educard che attesta il livello raggiunto.

Il tesseramento annuo è di 120 euro che comprende: quota societaria + tessera FIARC + copertura assicurativa di responsabilità civile + rivista bimestrale 'ARCO'.

Il corso per neofiti è di 100 euro per adulti e 80 euro per bambini-ragazzi fino a 17 anni.

Contatti:

Massimo Rottigni 3408902721 (ore serali) - cavg@virgilio.it



## TEAM JUDO VALGANDINO

Se hai voglia di imparare il judo, di difesa personale, e di tenere in forma il tuo corpo: il team judo valgandino organizza corsi di judo dal 1° settembre.

A Peia (presso scuole elementari):

lunedì – mercoledì – giovedì	
Bambini	18.00-19.00
Ragazzi-e	19.00-20.00
Adulti	20.00-21.00

A Cazzano Sant'Andrea (presso scuole elementari):

martedì – venerdì – sabato	
Bambini	18.00-19.00
Ragazzi-e	19.00-20.00
Adulti	20.00-21.00

Iscrizione annua 30 euro

Quota mensile euro 28 per bambini (3 lezioni settimanali)

Quota mensile euro 35 per adulti (fino a 5 lezioni settimanali)

Per i primi 15 giorni le lezioni sono gratuite

Per info: Luca Momesso - 3485344471 - [lucamomesso@yahoo.it](mailto:lucamomesso@yahoo.it)



## CAI VALGANDINO

...IN MONTAGNA CON I PIEDI  
E CON LA TESTA...

### ATTIVITA' INVERNALI:

Attività di escursionismo e scialpinismo. Le gite vengono programmate considerando quanto previsto dal bollettino S.V.I.

### ATTIVITA' ESTIVE:

Attività di escursionismo e alpinismo. Il programma delle gite viene pubblicato a marzo (reperibile in sede)

### ALPINISMO GIOVANILE:

attività per giovani dagli 8 ai 18 anni. Il programma viene presentato ai genitori e ai ragazzi/e presso la biblioteca civica di Gandino nel mese di maggio (reperibile in sede)

### ARRAMPICARE... IN PALESTRA:

Struttura artificiale di arrampicata disponibile presso l'oratorio di Gandino. Giovedì dalle 20.30 alle 23.00

Informazioni: CAI Valgandino, via XX settembre, 5a - Gandino  
tel. 035 746157 - Apertura sede: venerdì dalle 20.30 alle 22.30

## SCUOLA BASKET VALSERIANA CASNIGO

La Scuola basket Valseriana Casnigo propone per l'anno sportivo 2009/10 un corso di minibasket per i bambini delle scuole elementari (6-10 anni) dell'Istituto Comprensivo di Gandino. Tale attività ha lo scopo di educare i bambini al rispetto delle regole e alla dinamicità dello sport di squadra, di sviluppare le capacità motorie e coordinative attraverso esercizi e giochi, di spiegazioni teoriche e pratiche dei fondamentali del basket, dando ai bambini la possibilità di poter partecipare a un campionato non competitivo.

A Gandino presso il Palazzetto dello Sport a partire dal 29 settembre il mercoledì dalle 17,30 alle 19,00 e il venerdì dalle 17,30 alle 18,30.

A Casnigo presso la Palestra delle Scuole Medie a partire dal 22 settembre il martedì e giovedì: piccoli (1<sup>a</sup>-2<sup>a</sup>-3<sup>a</sup> elementare) dalle 17,30 alle 18,30; grandi (4<sup>a</sup>-5<sup>a</sup> elementare) dalle 17,30 alle 19,00.

Il contributo annuo è di euro 200.

Per informazioni: Elena Mignani 035.740560 - 339.6505588



## GRUPPO KOREN

Per i bambini: Gioco Arrampicata; martedì dalle 14.00 alle 15.15

Per i ragazzi: Arrampicata di primo livello; martedì dalle 15.15 alle 16.30

Per chi vuole entrare nella squadra agonistica e quindi affacciarsi al mondo delle gare: perfezionamento; oltre al martedì anche il venerdì dalle 17.00 alle 18.15.

Il corso inizierà martedì 13 ottobre e continuerà fino alla primavera.

Anche durante l'estate sarà possibile continuare l'attività nella nuova struttura presso le scuole medie.

Si svolgerà prevalentemente presso la palestra dell'oratorio di Gandino. Alcune uscite verranno effettuate presso la nuova struttura delle scuole medie.

Costi: fino a Natale 2009: 20 euro solo martedì, 40 euro martedì + venerdì escluso tessere CAI oppure FASI (5 Euro)

Contatti: Davide presso Linea Ottica Rottigni - Gandino

Tel. 035745153 cell. 3389218530 - [info@koren.it](mailto:info@koren.it)

## ATLETIC BASKET CASNIGO

Si organizza la Scuola Basket per i ragazzi delle classi 1<sup>a</sup>, 2<sup>a</sup>, 3<sup>a</sup>, 4<sup>a</sup> e 5<sup>a</sup> elementare che vogliono cimentarsi nel gioco di squadra più spettacolare.

L'Atletic Basket Casnigo è una società sportiva che opera da quasi 30 anni nella media Valle Seriana.

Con le 5 squadre che partecipano ai campionati provinciali FIP, garantisce l'attività sportiva agli atleti di ogni età, dal minibasket fino alle squadre senior.

Informazioni: 035.740221 oppure 035.740774  
[www.abcasnigo.it](http://www.abcasnigo.it)



## SCI CLUB RADICI GROUP

Lo sci club Radici Group svolge attività agonistica di sci alpino.

Sulle nevi del Monte Pora promuove la sua attività con corsi di sci tenuti dai migliori allenatori federali. Corsi per principianti e per chi sa già sciare rivolti ai bambini dai 5 anni in su.

Scoprire la gioia della neve e l'avventura della montagna non è mai stato così divertente! Ed a costi bassissimi!

Visita il nostro sito [www.sciradici.com](http://www.sciradici.com)

o contattaci allo 035.727913, e-mail: [sciclub@sciradici.com](mailto:sciclub@sciradici.com)



## GRUPPO SPORTIVO ORATORIO GANDINO

Ha come scopo la promozione delle attività sportive, in particolar modo la pallavolo.

Il G.S.O. Gandino ha scelto l'affiliazione alla Federazione Italiana Pallavolo (F.I.P.A.V.). Gli allenamenti hanno luogo presso la palestra dell'Oratorio di Gandino.

Riferimenti: Benagli Ioris - tel. 333.6222306  
Carrara Enzo - tel. 035.745468  
Zanardi Luca - tel. 340.8347778

### Mini Volley

Per le classi 1<sup>a</sup>, 2<sup>a</sup>, 3<sup>a</sup>, 4<sup>a</sup>, 5<sup>a</sup> Elementare e 1<sup>a</sup> Media  
Campionato svolto: Manifestazioni di mini volley in primavera  
Allenamenti: da Ottobre a Maggio, il Martedì e Giovedì dalle 16.30 alle 17.30 (1<sup>a</sup>, 2<sup>a</sup> e 3<sup>a</sup>) e dalle 17.30 alle 18.30 (4<sup>a</sup>, 5<sup>a</sup> Elementare e 1<sup>a</sup> Media)

Iscrizione: è possibile partecipare a due allenamenti di prova; l'iscrizione può essere effettuata presso l'Oratorio o direttamente in palestra oppure chiamando i riferimenti sopra citati.

Quota di iscrizione: 130 euro due allenamenti settimanali, 65 euro un allenamento settimanale

### Under 13 Mista

Per ragazze e ragazzi nate/i negli anni 1997-1998-1999-2000

Campionato svolto: Under 13 Mista FIPAV

Giorno gara casalinga: Sabato

Allenamenti: da Ottobre a Maggio, giorno e orario da stabilire

Quota di iscrizione: 150 euro.

### Under 14 Femminile

Per ragazze nate negli anni 1996-1997-1998-1999

Campionato svolto: Under 14 Femminile FIPAV

Giorno gara casalinga: Sabato

Allenamenti: primo allenamento martedì 8/9 e giovedì 10/9 ore 18.30

Quota di iscrizione: 150 euro.

### Under 16 Femminile

Per ragazze nate negli anni 1994-1995-1996-1997-1998

Campionato svolto: Under 16 Femminile FIPAV

Giorno gara casalinga: Sabato

Allenamenti: primo allenamento lunedì 7/9 e mercoledì 9/9 ore 17.30

Quota di iscrizione: 150 euro.

### Under 16 Maschile

Per ragazzi nati negli anni 1994-1995-1996-1997-1998

Campionato svolto: Under 16 Maschile FIPAV

Giorno gara casalinga: Sabato

Allenamenti: primo allenamento martedì 8/9 e giovedì 10/9 ore 17.30

Quota di iscrizione: 150 euro.

### 3<sup>a</sup> Divisione Femminile

Per ragazze nate negli anni 1993 e precedenti

Campionato svolto: 3<sup>a</sup> Divisione Femminile FIPAV

Giorno gara casalinga: Martedì

Allenamenti: da Settembre a Maggio orario e luogo da stabilire

### 1<sup>a</sup> Divisione Maschile

Per ragazzi nati negli anni 1993 e precedenti

Campionato svolto: 1<sup>a</sup> Divisione Maschile FIPAV

Giorno gara casalinga: Venerdì

Allenamenti: da Settembre a Maggio, il Lunedì, Mercoledì e Venerdì dalle 20.30 alle 22.30.



## POLISPORTIVA VOLLEY CAZZANO

La **prima squadra agonistica**, allenata dal sig. Buttironi Ivan, disputerà il campionato di seconda divisione FIPAV. La partita sarà disputata di mercoledì alle 21.15 in alternanza con la terza divisione presso il palazzetto della scuola media di Cazzano-Gandino. Gli allenamenti sono al lunedì presso la palestra di Casnigo alle 20.00 e venerdì presso il palazzetto di Gandino dalle 19.00.

La **seconda squadra agonistica**, allenata dal Sig. Guerini Paolo, disputerà il campionato di terza divisione FIPAV. La partita sarà disputata di mercoledì alle 21.15 in alternanza con la seconda divisione presso il palazzetto della scuola media di Cazzano-Gandino. Gli allenamenti sono al lunedì presso il palazzetto delle scuole medie di Gandino alle 20.00 e venerdì presso la palestra di Casnigo dalle 20.30.

La squadra dell'**under 16**, allenata dal Sig. Guerini P., giocherà la domenica mattina alle 10.15 sempre presso il palazzetto e gli allenamenti saranno presso il palazzetto il lunedì dalle 17.00 alle 19.00 e il giovedì dalle 19.00 alle 21.00.

La squadra dell'**under 13**, allenata dalla prof.ssa Serena Zenoni giocherà il sabato pomeriggio alle ore 15.30; il giovedì dalle 18.30 alle 20.30 allenamento, il tutto al palazzetto.

Sono organizzati inoltre **corsi di mini volley per ragazzi/e delle elementari**:

presso la scuola elementare di Lefte da martedì 22-09-09 a maggio 2010):

martedì dalle 15.00 alle 16.00 e giovedì dalle 15.50 alle 16.50 presso la palestra della scuola elementare di Cazzano S.A. (da lunedì 21-09-09 a maggio 2010)

lunedì e mercoledì dalle 17.50 alle 18.50 (gruppo grandi)

il costo annuo dell'intero corso è di 160,00 euro

Le iscrizioni si ricevono direttamente presso la palestra negli orari di corso, o contattando:

Tiziana Zucchelli: 3478868254 - 0350298420

Ci sono due squadre di **calciballilla**, che giocano e si allenano all'oratorio di Cazzano S.A. sono entrambe iscritte al campionato provinciale CSI. Gli allenamenti sono il mercoledì e la domenica sera alle 21.00.



Sport

"Tante idee per fare sport !" è stato realizzato grazie alla collaborazione degli Assessorati allo Sport dei Comuni di Gandino, Cazzano Sant'Andrea e Casnigo.

Supplemento al n° 2/2009 di Civit@s