



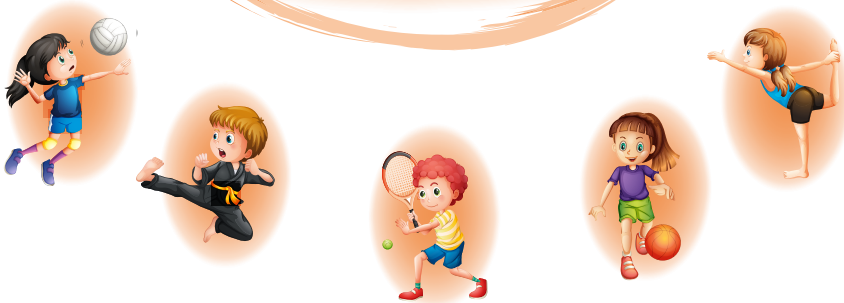
COMUNE DI  
SOMMACAMPAGNA



POLISPORTIVA  
CASELLE



# Sommacampagna Caselle Custozza SPORTIVA



# PRESENTAZIONE

*In occasione dell'inizio delle attività sportive, anche quest'anno in collaborazione con le Associazione Sportive del territorio, Promosport, Polisportiva Caselle, gli Assessorati allo Sport e ai Servizi Educativi Scolastici torna il libretto "Sommacampagna Sportiva" che verrà distribuito cartaceo nelle scuole e in forma digitale per i social.*

*Le realtà sportive del nostro territorio sono da anni impegnate nella formazione dei giovani andando al di là della preparazione tecnica, con un'azione educativa di grande valore nella loro crescita personale.*

*Inoltre offrono un supporto importante anche ai tanti adulti e anziani con corsi mirati per combattere la sedentarietà, per migliorare la qualità della vita con il movimento in qualsiasi fascia d'età.*

*Il movimento, in particolare se praticato in gruppo, è fondamentale per una vita piena di buone relazioni, soprattutto per bambini e anziani. Lo Sport deve essere inclusivo, nell'accoglimento delle fragilità e i punti di forza di tutti, deve essere educativo, nel rispetto dei compagni, degli avversari e di sé stessi, delle regole e nell'accettazione di sconfitte e vittorie.*

*Le nostre Società Sportive sono quindi pronte ad accogliere bambini, ragazzi, adulti, anziani e a lavorare con e per loro.*

*Auguro a tutti i dirigenti, atleti, allenatori, genitori, tifosi un anno sportivo pieno di soddisfazioni, di incontri, di movimento e di benessere. Auguro soprattutto un anno di sorrisi perché il movimento è sempre e comunque GIOCO e giocare è sinonimo di sorriso, guardate i nostri bambini nelle palestre e sui campi di allenamento e ne avrete la certezza.*



**Paola Fasol**

Consigliere con delega allo Sport

## MENS SANA IN CORPORE SANO

*“Mens sana in corpore sano” è una locuzione latina, un motto che mi ha accompagnato nella crescita e che porta con sé un significato importantissimo. Letteralmente significa **“mente sana in un corpo sano”**.*

*Questa espressione ci fa capire l'importanza dello sport nella nostra vita. Lo sport, come la scuola, è fondamentale per la crescita dei ragazzi e delle ragazze. Con i suoi valori contribuisce a completare il processo di crescita.*

*Prendersi cura del proprio corpo, con una sana alimentazione e con una costante attività fisica, e curare il proprio intelletto, con lo studio e la voglia di conoscere, sono le fondamenta di una persona sana e vincente. Ogni buon risultato è sempre il frutto di tantissimi piccoli impegni, sacrifici, vittorie e sconfitte che con pazienza abbiamo accumulato e sommato.*

*Il mio augurio è che voi, nel tempo, siate in grado di costruire ed accumulare tutti questi piccoli importanti tasselli del vostro successo.*



**Francesco Palumbo**  
Consigliere delegato alla Scuola

## Promosport Sommacampagna A.S.D.

organizza

### Corsi di ginnastica di mantenimento

in collaborazione con il prof. TROIANI ROBERTO

I corsi saranno effettuati il LUNEDI ed il GIOVEDI mattina  
e continueranno fino a Giugno 2024  
presso la Palestra-Palazzetto degli impianti sportivi di Via Bassa 1.

il 1° corso osserverà l'orario dalle ore 8.00 alle ore 9.00;  
il 2° corso osserverà l'orario dalle ore 9.00 alle ore 10.00;  
nei mesi di Settembre e Giugno si effettuerà solo il 1° corso

Inoltre

### Promosport

organizza

nei mesi di GIUGNO – LUGLIO – AGOSTO – SETTEMBRE

### Gioco Sport

*Attività svolta in collaborazione  
con l'Assessorato alle Politiche Sociali Educative  
del Comune di Sommacampagna  
riservata a ragazzi di Scuola Elementare e Media.*

### Promosport Sommacampagna A.S.D.

Via Bassa, 1 • 37066 Sommacampagna • VR

Tel./fax 045 51 00 68 • Prenotazioni Tel. 045 897 80 15

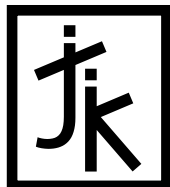
E-mail: [promosportsomma@gmail.com](mailto:promosportsomma@gmail.com) • [www.promosportsomma.it](http://www.promosportsomma.it)



C.O.N.I. - F.I.J.L.K.A.M.

**ARTI MARZIALI SPORT EDUCAZIONE RISPETTO**

ASD JUDO KARATE



SOMMAVILLA

# A.S.D. JUDO KARATE SOMMAVILLA

**L'Associazione Sportiva Dilettantistica Judo Karate SommaVILLA è lieta di annunciare l'apertura dei corsi di Judo e Karate presso la scuola media in via Campagnol.**

**I nostri corsi sono accessibili a tutti, indipendentemente dal genere, per adulti e bambini.**

Entrambe queste discipline sono ampiamente raccomandate da pediatri e psicologi per il loro valore educativo e formativo. In tal proposito, i nostri educatori terranno un corso di psicomotricità per i più piccini. Inoltre queste arti marziali, oltre al benessere psicofisico, sviluppano un senso innato di autocontrollo e la capacità di difendersi in situazioni di necessità. Infatti, verrà svolto un corso di difesa personale, rivolto a tutti, in particolare ragazzi e adulti.

Attraverso il contatto fisico e la molteplicità di movimenti, i partecipanti hanno l'opportunità di sperimentare il controllo del proprio corpo, sviluppando una maggiore consapevolezza motoria e, di conseguenza, beneficiando positivamente in molteplici aspetti dell'intelligenza. I bambini più timidi e insicuri acquisiranno fiducia nelle proprie abilità, mentre quelli più energici impareranno a gestire la loro vitalità. Inoltre, entrambe le discipline insegnano il rispetto reciproco, l'importanza delle regole, e l'utilità della cooperazione per un miglioramento condiviso. Questi aspetti favoriscono non solo il controllo fisico ma anche quello mentale.

I corsi di **judo** inizieranno l'11 settembre per adulti, il 25 settembre per bambini, e si terranno ogni lunedì e giovedì dalle 17:30 in poi a Sommacampagna, e ogni martedì e venerdì dalle 17:00 a Villafranca, con suddivisione in base all'età e al grado di competenza.

Per quanto riguarda il **karate**, i corsi inizieranno il 15 settembre dalle 19:30 alle 21:00 per gli adulti e il 29 settembre ogni martedì e venerdì dalle 18:30 alle 19:30 per bambini. Le prime due lezioni sono gratuite e servono come prova.

I nostri istruttori altamente qualificati, affiliati alla Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali (F.I.J.L.K.A.M.), includono Dorianò Cordioli, 6° dan, Dario Vuerich, 5° dan, Paolo Menini, 3° dan, e Ales Spazian, 2° dan, per il judo, e Giorgio Malesani, 6° dan, per il karate.

### Per info:

A.S.D. JUDO KARATE SOMMAVILLA

Cell. 349 1220173 Dorianò (JUDO)

Cell. 340 2480508 Dario (JUDO)

Cell. 340 2592713 Giorgio (KARATE)

judokaratesommaVILLA@gmail.com



**JJC**  
Jiu jitsu club  
INCL. \* 2010 \*

**JIU JITSU FOR KIDS**

**Corsi di Jiu Jitsu e difesa personale per bimbe e bimbi 6-9 anni e 10-12 anni**

Via Campagnol 17, Sommacampagna  
Verona  
346 5384365

Il valore dell'attività sportiva va oltre il semplice benessere fisico o il risultato sportivo e trova la sua collocazione in una visione assoluta del bambino, nella quale mente corpo collaborano in sintonia per uno sviluppo equilibrato della persona, rivolto al soddisfacimento dei bisogni di ognuno.

Il Brazilian Jiu Jitsu è un'arte marziale altamente educativa e formativa, e nella nostra struttura gli istruttori sono formati per fornire le nozioni tecniche e pratiche utili ad esercitare correttamente ed in sicurezza gli allenamenti. I benefici che si otterranno quindi, saranno morali, culturali e formativi.

Importante è ricordare che il fulcro del nostro lavoro è il divertimento e la possibilità di imparare dagli errori come parte integrante della crescita, per reagire immediatamente e trovare soluzioni appropriate. In questo modo, le lezioni saranno guidate dagli istruttori ma l'interazione con i bimbi e le bimbe sarà molto alta, per poter far esprimere ad ognuno di loro le proprie potenzialità.

**Jiu Jitsu Club**  
Via Campagnol 17c - Sommacampagna

Francesco: 346 53 84365



Associazione Sportiva Dilettantistica  
Polisportiva Caselle Sett. Judo  
JUDO CASELLE

JUDO  
JU JITSU  
DIFESA PERSONALE

# JUDO

*Il nostro messaggio*

Judo e Difesa Personale  
sono metodi per educare, piccoli e grandi.  
Il loro principio si basa sull'utilizzo armonioso  
dell'energia fisica e mentale

## SONO APERTE LE ISCRIZIONI

### Corso di Judo

*per bambini /e e adulti a partire dai 6 anni*

### Corso di Difesa Personale

*per giovani e adulti*



**INIZIAMO**

Lunedì 11 settembre 2023 alle ore 17,30  
**I nostri orari lunedì e giovedì dalle 17,30 alle 21,00**  
Dojo Settore Judo - sotto Scuola Media di Caselle

# ARTI MARZIALI

## SCUOLA INNER TAO



### MUAY THAI TRADIZIONALE

Antica arte guerriera che prevede l'uso di pugni, gomitate, calci e ginocchiate; antenata dell'odierna thai boxe

### GATKA E KRABI KRABONG

Stili di combattimento con armi provenienti dall'india e dalla thailandia, scherma con bastone, lancia e sciabola.



### ORARIO CORSI:

LUNEDÌ E GIOVEDÌ DALLE 20.30 ALLE 22.00

PALESTRA SCUOLE ELEMENTARI VIA STRADA NUOVA 21,  
CUSTOZA DI SOMMACAMPAGNA (VR)

### PER INFORMAZIONI:

**392 54 54 189**

[INNERTAOASD@GMAIL.COM](mailto:INNERTAOASD@GMAIL.COM)

[FACEBOOK.COM/INNERTAO](https://www.facebook.com/innertao)

IL CORSO E' ORGANIZZATO DALL'A.S.D. INNER TAO ED E' RIVOLTO AMBOSESSI, SIA A PRINCIPIANTI CHE A PRATICANTI ESPERTI.





# BADMINTON

CASELLE SPORTIVA



## BADMINTON

...LO SPORT DI RACCHETTA PIÙ  
VELOCE AL MONDO!

Corri, salti, schiacci, freni, acceleri...alla disperata ricerca di una palla con le piume (volano) per impedirle di cadere nel tuo campo, e rimandarla, con gli interessi, al tuo amico dall'altra parte della rete. Uno sport divertente, appassionante, dinamico e... per tutti!

L'ASD Polisportiva Caselle settore  
Pallavolo/**Badminton** organizza:

**Corsi base**  
per principianti

**Corsi competition**  
per avanzati e agonisti

**Gruppo amatoriale**

Ci trovi alla  
**PALESTRA DELLE SCUOLE MEDIE  
DI CASELLE**

Contattaci per avere informazioni  
e per prenotare una prova gratuita

info Carera Mattia mail: [mattiacarera@gmail.com](mailto:mattiacarera@gmail.com) cell: 3405765951  
Info prof. Nicola Rotta mail: [nicolarotta60@gmail.com](mailto:nicolarotta60@gmail.com) cell: 3313947900





## ASSOCIAZIONE SPORTIVA "CALCIO POLISPORTIVA CASELLE"

37066 - Caselle di Sommacampagna - (Vr) - Piazza dei Donatori  
Codice fiscale e partita Iva 02698860232 - Matricola F.I.G.C. 10620

Il settore calcio della polisportiva Caselle inizierà anche quest'anno, presso gli impianti sportivi di via campagnola vecchia a Caselle di Sommacampagna, un progetto che prevede di avvicinare i bambini ad uno sport di gruppo e coinvolgere la comunità ad iniziative importanti presso le nostre società sportive.

Il settore calcio metterà a disposizione allenatori qualificati che oltre ad occuparsi del regolare svolgimento delle attività cercheranno di far crescere i nostri ragazzi sia a livello calcistico che umano.

Anche quest'anno si ricomincia l'anno calcistico 2023/24 con la consapevolezza che tutti possano iniziare a praticare questo sport.

Il calcio è un gioco di squadra dove tutti devono dare il loro contributo per ottenere il risultato finale.

L'importanza della determinazione e della forza di gruppo, sono i pilastri portanti di questo sport.

La prima squadra partecipa quest'anno al campionato di seconda categoria e di seguito la Juniores al campionato provinciale con ambizioni di accedere alle fasi finali ed ottenere la categoria regionale.

Il settore giovanile sta crescendo notevolmente in questi ultimi anni con degli ottimi risultati.

Per tutto il mese di settembre la scuola calcio di Caselle è aperta a tutti.

Indirizzo email per iscrizioni ed info:  
[pol.caselle.calcio@gmail.com](mailto:pol.caselle.calcio@gmail.com)

Il direttivo è così composto:

Presidente: Fabio Sorio

Vice Presidente: Paolo Bianconi

Direttore Generale: Mario Abbiati

Direttore Sportivo: Antonio Russo

Resp. Settore giovanile: Paolo Bianconi & Simone Vicentini

Segreteria: Massimo Giacopuzzi

**SCUOLA CALCIO 2023/2024**

PER TUTTO IL MESE DI SETTEMBRE  
PORTE APERTE!

Per le annate 2017-18 Piccoli amici  
2016-15 Primi calci  
2013-14 Pulcini  
2012-11 Esordienti

IMPIANTI SPORTIVI DI CASELLE  
VIA CAMPAGNOLA VECCHIA

Per informazioni contattare: 3406286456

SOCIETÀ AFFILIATA

## Real Somma

Siamo una squadra di calcio amatoriale nata nel 1999 dall'idea di un gruppo di amici per arricchire il tempo trascorso insieme con del sano divertimento sportivo.

Nel corso di questi 20 anni siamo riusciti anche a raggiungere qualche obiettivo calcistico vincendo nel 2006 e nel 2009 con il campionato UISP di calcio a 11 la coppa regionale che ci ha permesso di partecipare alle finali nazionali.

La squadra è iscritta al campionato di calcio a 7 del Comitato CSI di Verona.

Gli allenamenti come le partite sono amatoriali quindi adatte a tutti coloro che vogliono fare sport in maniera divertente per rilassarsi dai problemi quotidiani.

Ci alleniamo tutti i lunedì sera alle 20.30 e le partite del campionato si svolgono il venerdì sera, quando giochiamo in casa.



*Per informazioni*

*[www.realsomma.it](http://www.realsomma.it) • [realsomma@gmail.com](mailto:realsomma@gmail.com)*

*Tel. 392 273 23 22*

## ASD Società Ciclistica Polisportiva Caselle



Nel 1970 nasce a Caselle il Gruppo Ciclosportivo Fausto Coppi; nel Febbraio 1977 cambia nome in Polisportiva Caselle.

Nel 1976 comincia la prima stagione dell'attività agonistica con alcuni esordienti, ma negli anni successivi la Società ha sempre ampliato il numero dei corridori, presentandosi al via in tutte le categorie inerenti alla propria attività.

La Società ha il merito di aver appassionato al ciclismo centinaia di ragazzi, curando con meticolosità, passione e competenza le categorie giovanili (dai giovanissimi agli allievi).

Nel 2006 si concretizza il sogno della Società (durato una decina d'anni): la realizzazione del ciclodromo, grazie alla collaborazione dell'Amministrazione Comunale, all'interno degli impianti sportivi della Polisportiva Caselle. Anello di 1.250 metri chiuso al traffico che permette ai giovani ciclisti di allenarsi e gareggiare in tutta sicurezza. Definito un "gioiellino" da tante Società Ciclistiche, il ciclodromo viene inaugurato nel Giugno 2007 ed intitolato a "Giancarlo Chiesa" nell'Agosto 2013.

Nel 2005 la Società viene insignita dal CONI con la STELLA DI BRONZO AL MERITO SPORTIVO e nel 2014 con la STELLA D'ARGENTO.

Se hai un'età compresa tra 7 e 14 anni, la passione per la bici da corsa, vuoi scoprire questo meraviglioso sport e fare nuove amicizie, ma soprattutto divertirti...

UNISCITI A NOI!!

L'abbigliamento e la bicicletta sono forniti dalla Società. Gli atleti sono seguiti da Direttori Sportivi qualificati della F.C.I. (Federazione Ciclistica Italiana).

Gli allenamenti per i ragazzi dai 7 ai 12 anni si svolgono nel ciclodromo "Giancarlo Chiesa" di Caselle completamente chiuso al traffico.

Dal mese di Novembre al mese di Gennaio preparazione invernale in palestra.

Ti aspettiamo **il giovedì sera dalle ore 21,00, previo appuntamento**, nella sede a Caselle di Sommacampagna in via Scuole (sopra la banca Credito Cooperativo Cadidavid), entrata dal retro dell'edificio al primo piano.

### Per informazioni:

Presidente <i>Cesare Braggio</i>	Cell. 338 960 32 38
Segretario <i>Claudio Ridolfi</i>	Cell. 348 734 49 78
Dir. sportivo <i>Gabriele Gugolati</i>	Cell. 347 826 19 63
Dir. sportivo <i>Luca Righetti</i>	Cell. 347 922 88 00
Dir. sportivo <i>Matteo Troiani</i>	Cell. 349 505 62 99

E-mail società: [caselle.ciclismo@libero.it](mailto:caselle.ciclismo@libero.it) - [caselle.ciclismo@gmail.com](mailto:caselle.ciclismo@gmail.com)

DANZA

SOMMACAMPAGNA SPORTIVA



dancexperience



predanza (dai 3 anni)  
propedeutica alla danza classica  
danza classica  
danza contemporanea  
modern  
hip hop  
danza per adulti

Tel.3312556060

info@dancexperienceasd.com

via Giuseppe Saragat 9  
Sommacampagna (VR)

**CORSI A NUMERO CHIUSO**

DANZA

CASELLE SPORTIVA

# BALLET STUDIO CASELLE



Ballet Studio Caselle ACSD  
membro dell'International  
Dance Council dell'UNESCO

Direttrice artistica  
Dana Vendrasco

## I NOSTRI CORSI:

- PROPEDEUTICA ALLA DANZA
- DANZA CLASSICA
- TECNICA PUNTE
- DANZA MODERNA
- TAP DANCE
- PROGRESSING BALLET TECHNIQUE

Possibilità di sostenere esami presso  
l'Imperial Society of teachers of Dancing (ISTD) di Londra

Contatti:  
Tel: 349 2814657  
e-mail [balletstudio.caselle@gmail.com](mailto:balletstudio.caselle@gmail.com)  
via Scuole 49, Caselle di Sommacampagna (VR)



 **UISP**  
sportpertutti  
Comitato di Verona

 Imperial Society of  
Teachers of Dancing  
Registered Member

# Suegno Latino

Balla con stile!

## CORSI BAMBINI E RAGAZZI

### Caraibico

Martedì

9/11 Anni  
16:30 - 17:30

16/25 Anni  
19:00 - 20:00

Giovedì

5/8 Anni  
16:30 - 17:30

Venerdì

12/15 Anni  
16:30 - 17:30

### Danza Classica

Lunedì

3/5 Anni  
16:30 - 17:30

6/9 Anni  
17:30 - 18:30

10/13 Anni  
18:30 - 19:30

### Hip Hop

Martedì

5/10 Anni  
17:00 - 18:00

11/15 Anni  
18:00 - 19:00

### Break Dance

Giovedì

5/10 Anni  
16:30 - 17:30

11/15 Anni  
17:30 - 19:00

La nostra Pagina Facebook



SUEGNO LATINO DANZA & FITNESS

suegnolatinovr@gmail.com  
346 7445895  
www.suegnolatino.it

FITNESS

SOMMACAMPAGNA SPORTIVA

# OPEN DAYS



## TEMPO DI SALUTE



Attiva il tuo **PERIODO DI PROVA GRATUITO:**  
una consulenza tecnica, il miglior programma per le tue esigenze ed una  
prova dei nostri corsi (yoga, pilates, ginnastica funzionale e molti altri...).

### FALLO SUBITO!



[www.mantrafitness.it](http://www.mantrafitness.it) - Cell. 329 819 1999 -  





# Pilates posturale

*con Maria Galasso*

laureata in scienze motorie e posturologa

**a Sommacampagna**

*presso la palestra delle scuole elementari di Sommacampagna*

**giorno e orari: ogni lunedì  
dalle 18.00 alle 19.00  
e dalle 19.00 alle 20.00**

**30 lezioni a partire da:  
lunedì 2 ottobre**

**lezione dimostrativa gratuita su prenotazione  
lunedì 2 ottobre ore 18.00 o ore 19.00**

*per informazioni e iscrizioni:*

*roberta 339 588 3363 - maria 349 522 1796*

# CORSI PRINCIPIANTI

## CORSO "BEGINNERS" €150,00

- 5 Lezioni da 1 h e 30 min in campo pratica
- Attrezzatura e palline incluse
- Tessera F.I.G (valida filo al 31/12)
- 2 mesi accesso circolo

## CORSO "PRIMI PASSI" €200,00

- 5 lezioni da 1 h e 30 min di cui 3 in campo
- Attrezzatura e palline incluse
- 2 mesi accesso circolo

## CORSO "THE PLAYER" €250,00

- 5 lezioni da 1 h e 30 min tutte in campo
- Come comportarsi in campo
- Corso regole per acquisizione HCP
- Attrezzatura e palline incluse
- 2 mesi accesso circolo



Golf Club Verona  
 Loc. Ca' Del Sale 15 - 37066 Sommacampagna (VR)  
 Tel. 045510060 – [beginnersgolfvr@gmail.com](mailto:beginnersgolfvr@gmail.com)  
[www.golfclubverona.com](http://www.golfclubverona.com)



GOLF CLUB VERONA  
dal 1963

## CORSI BABY BEGINNER CLUB 54 INVERNO 2023

### CORSO BABY • € 260,00

Corso di avvicinamento al gioco per ragazzi con età inferiore ai 9 anni; 1 ora il sabato dalle ore 10.30 alle ore 11.30 – 8 incontri con inizio 23 settembre 2023 e termine l'11 novembre 2023.

*Modulo Avanzato:* aggiungendo € 100,00 al corso BABY: 4 ore di lezione personalizzate per vostro figlio.

### CORSO BEGINNER • € 420,00

Corso di introduzione al golf preagonistico per ragazzi di età superiore ai 9 anni; 1 ora e mezza il sabato dalle ore 11.30 alle ore 13.00 – 8 incontri con inizio 23 settembre 2023 e termine l'11 novembre 2023.

*Modulo Avanzato:* aggiungendo € 150,00 al corso BEGINNER: 2 lezioni in campo + 4 ore di lezione personalizzate per vostro figlio.

### CORSO CLUB 54 • € 530,00

Corso di preagonismo per ragazzi di età tra i 10 e i 14 anni: 2 ore il sabato dalle ore 15.00 alle ore 17.00 – 8 incontri 23 settembre 2023 e termine l'11 novembre 2023.

*Modulo Avanzato:* aggiungendo € 200,00 al corso CLUB 54: 3 lezioni in campo + 5 ore di lezione personalizzate per vostro figlio.



**PER INFO & PRENOTAZIONI:** 045/510060 – [info@golfclubverona.com](mailto:info@golfclubverona.com)

## Gruppo Marciatori Agriform

È un gruppo che ha come finalità lo sviluppo e la diffusione del podismo e della corsa, intese come mezzo di formazione psico-fisica e sociale mediante la gestione di ogni forma di attività agonistica e ricreativa.

Il gruppo marciatori oggi non pratica manifestazioni competitive, ma indirizza tutti i suoi sforzi verso la pratica e la diffusione delle marce non competitive.

Il gruppo, nato nel lontano 1973 per passione e volere di alcuni dipendenti del Pollo Arena, conta oggi oltre 120 iscritti.

Nella sua storia il gruppo Marciatori vanta la partecipazione a centinaia di manifestazioni podistiche, diverse edizioni di corse da 100 km e tantissime trasferte effettuate fuori dai confini provinciali e regionali. Oggi il gruppo Agriform è un punto di riferimento per tantissimi eventi che si svolgono in provincia e sul nostro territorio.

Il gruppo è noto per le 46 edizioni della Marciarena e le 12 Maratone Internazionali del Custoza, oltre alla stupenda corsa organizzata per i bambini "I Campioni del Domani".

A livello comunale, il gruppo marciatori Agriform collabora da anni con la scuola media, in occasione della corsa campestre; con l'Amministrazione Comunale per l'organizzazione di marce e di passeggiate ecologiche; con tutte le associazioni del territorio ogni qualvolta vengono chiamati.

Il gruppo si riunisce tutti i giovedì sera presso la sede sociale situata in via Carlo Alberto a Sommacampagna dove programma e raccoglie le iscrizioni per le marce della domenica.



G.M.   
**AGRIFORM**  
SOMMACAMPAGNA  
*Gruppo Marciatori Agriform*



**Per maggiori informazioni:**

sito: [www.marciatorisommacampagna.org](http://www.marciatorisommacampagna.org)

facebook: [www.facebook.com/marciarenasommacampagna](http://www.facebook.com/marciarenasommacampagna)

e-mail: [gm.sommacampagna@gmail.com](mailto:gm.sommacampagna@gmail.com)

Tel. 348 693 9131

## Somma Basket

**Stagione Sportiva 2023/2024**

### **PERCHÉ LA PALLACANESTRO?**

Perché è un'attività sana, adatta a tutti, bambini/e e ragazzi/e.

Perché è coordinata da istruttori federali attenti e preparati.

Perché è un'attività completa bilanciata e sicura, che stimola tutte le capacità psicofisiche di chi la pratica.

Perché è proposta da un'associazione organizzata ed attenta ai bisogni dei ragazzi.

Perché ogni anno oltre 160 ragazzi del Comune di Sommacampagna lo hanno scelto come loro attività principale.

*Che cosa aspettati?  
Vieni a giocare con noi!*

*Da Settembre a Maggio*

*Corsi Minibasket per i nati dal 2012 al 2018*

*Corsi Giovanili per i nati dal 2007 al 2011*

Associazione Sportiva Dilettantistica



Per informazioni

visitate la pagina Facebook "Sommacampagna Basket"

visitate il sito [www.sommabasket.it](http://www.sommabasket.it)

email: [iscrizioni.basketsomma@gmail.com](mailto:iscrizioni.basketsomma@gmail.com)

*Marco Zanoni* - Presidente **340 847 04 17**

*Chiara Nicoletti* - Segreteria **340 220 47 86**

*Simona Antonelli* - Responsabile Minibasket **347 812 48 33**



L'Associazione Volley Sommacampagna da oltre 50 anni promuove lo sport della pallavolo a Sommacampagna. La Società è iscritta al Coni e alla Federazione Italiana Pallavolo, e partecipa ai campionati organizzati dal Comitato Provinciale FIPAV. La pallavolo, quale sport di squadra, oltre ad avere molti aspetti tecnici e tattici da insegnare, è innanzitutto una palestra di vita. Ai nostri ragazzi e ragazze sono insegnati il rispetto dei compagni e degli avversari, la collaborazione e la partecipazione, il sacrificio e la soddisfazione per l'obiettivo comune.

### STAGIONE 2023-2024

Le nostre squadre sono allenate da tecnici federali

- U12 MISTA (2011-2012-2013-2014)
- U14 FEMMINILE (2010-2011)
- U16 FEMMINILE (2008-2009)
- U 18 FEMMINILE (2006-2007)
- PRIMA DIVISIONE

### VOLLEY S3 MINIVOLLEY

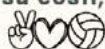


I corsi di S3 (minivolley) inizieranno la prima settimana di Ottobre e finiranno a fine Maggio, sono aperti a tutti BAMBINI E BAMBINE della scuola Primaria, i bambini saranno divisi in gruppi diversi.

### GIORNATE DI PROVE GRATUITE

**MARTEDI 26 SETTEMBRE E GIOVEDI' 28 SETTEMBRE** dalle 16.30 alle 17.30 per tutti i bambini della scuola primaria presso il PALAZZETTO DELLO SPORT "TOMMASINI" agli Impianti sportivi di Sommacampagna

Per informazioni su costi, orari e iscrizioni



Tel. 349.5858601

[asdvolleysommacampagna@gmail.com](mailto:asdvolleysommacampagna@gmail.com)



**POLISPORTIVA CASELLE SETTORE PALLAVOLO A.S.D.**

**SUPERVOLLEY CSI** Traguardo di rilievo nella categoria 4X4 mista riservata agli under 12

## Caselle è vicecampione d'Italia

- **Under 12 Sport & Go** anni 2012, 2013, 2014, 2015  
allenamenti il martedì e il giovedì dalle 17,15 alle 18,45  
presso le scuole medie di Caselle
- **Ragazze o Under 14** anni 2010/2011  
allenamenti il martedì e il giovedì dalle 18,45 alle 20,30  
presso le scuole medie di Caselle
- **Open Femminile dai 16 anni in su**  
allenamenti il lunedì e mercoledì dalle 20,30 alle 22,30  
presso le scuole medie di Caselle
- **Open Mista dai 16 anni in su**  
allenamenti il martedì e giovedì dalle 20,30 alle 22,30  
presso le scuole medie di Caselle
- **Under 19 maschile dai dal 2005 al 2011**  
allenamenti il lunedì e mercoledì dalle 18 alle 20.15  
presso le scuole medie di Caselle
- **1ª DIVISIONE MASCHILE dai 16 anni in su**  
allenamenti il lunedì e mercoledì dalle 18 alle 20.15  
presso le scuole medie di Caselle

Si ricomincia, la stagione sportiva è alle porte, la Pallavolo Caselle è pronta ad accoglierti. Da te aspettiamo rispetto delle compagne e dei compagni, rispetto degli allenatori, ma anche rispetto delle squadre avversarie senza le quali non puoi giocare.

Contatto: [casellepallavolo@gmail.com](mailto:casellepallavolo@gmail.com)

# TAMBURELLO



**DALLA BERNARDINA**  
FUEL SERVICE

Stagione 2023/24



## A.S.D. TAMBURELLO SOMMACAMPAGNA

PER BAMBINE e BAMBINI a partire dai  
5/6 ANNI e RAGAZZI



Partecipazione circuito:



**APERTURA RACCOLTA ISCRIZIONI**

SPECIALITA' OPEN/INDOOR presso  
CAMPO DI TAMBURELLO e PALESTRA

La società fornirà divisa e tamburelli

Tecnici Federali F.I.P.T.

**PROVA GRATUITA!**

per INFO e CONTATTI:

ALLENATRICE ALBERTINI MICHELA 340-3945774

PRESIDENTE ALBERTINI SILVANO 348-1380080

SOMMACAMPAGNA SPORTIVA



TENNIS

SOMMACAMPAGNA SPORTIVA



ASSOCIAZIONE TENNIS  
SOMMACAMPAGNA



# SCUOLA TENNIS

PER BAMBINI E RAGAZZI  
DAI 5 AI 16 ANNI

DAL 2 OTTOBRE 2023 AL 31 MAGGIO 2024

Prove gratuite su appuntamento  
dal 11 al 22 settembre

INFO E CONTATTI:



DIRETTORE TECNICO  
**340 4868144**  
BANDINI SIMONE



SEGRETARIA  
**346 2785121**



MAESTRA  
**349 1789914**  
FONTANA IRENE

SEGUICI:

[www.tennissommacampagna.it](http://www.tennissommacampagna.it)  
[facebook.com/tennis.sommacampagna](https://facebook.com/tennis.sommacampagna)

Via Bassa, 1 - Sommacampagna (VR)



# EQUILIBRIO TRA SPORT E SCUOLA

La campanella è suonata e dopo le vacanze ritrovare il perfetto equilibrio tra scuola, sport, famiglia e amici è più facile a dirsi che a farsi!

Per mantenere un equilibrio tra sport e scuola, è importante che gli studenti imparino a gestire il loro tempo in modo efficace.

## **ORGANIZZAZIONE**

Una buona strategia consiste nell'organizzare un programma di studio regolare e dedicare un tempo fisso ogni giorno per lo studio. In questo modo, gli studenti possono evitare di procrastinare e di rimandare gli impegni scolastici in favore dello sport.

## **COLLABORAZIONE**

Gli insegnanti e gli allenatori dovrebbero collaborare per garantire che gli studenti non vengano sovraccaricati con troppi impegni. In questo modo, gli studenti possono godere dei benefici sia dello sport che dell'istruzione senza compromettere la loro salute mentale e fisica.

## **TROVA IL TEMPO DI RILASSARTI.**

Tutti hanno bisogno di tempo per rilassarsi, soprattutto chi durante la settimana dedica tante energie allo studio e allo sport. Leggere un libro di piacere, coltivare un hobby, chiamare un amico... Staccare la spina un attimo e ricaricare le batterie ti aiuterà a dare il massimo nello sforzo successivo.

Inoltre, attraverso l'attività sportiva, si possono raggiungere obiettivi personali, migliorare la propria autostima e sentirsi più fiduciosi nelle proprie capacità. Lo sport può anche aiutare a ridurre lo stress e l'ansia, fornendo un modo sano e produttivo per scaricare le emozioni negative.

In conclusione ci sentiamo di ricordare a tutti i nostri studenti-atleti di non dimenticare mai che lo sport sano deve essere sempre e comunque una fonte di piacere e divertimento. Se inizi a non divertirti più nel praticare lo sport di sempre, se tutto inizia ad essere un dovere o un peso... fermati un attimo e parlare con qualcuno per capire se è un fisiologico calo di motivazione o se è arrivato il momento di fare qualche riflessione su come proseguire.

# CRUCIVERBA DELLO SPORT



K \_ \_ \_ \_ E

Q



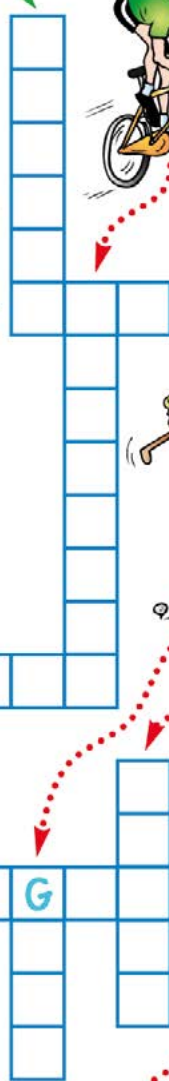
\_ \_ \_ \_ \_

\_ \_ \_ \_ \_



\_ \_ \_ \_ \_

G





## **CARTA DEI DIRITTI DEI BAMBINI NELLO SPORT**

*Unesco, Service des Loisirs, Geneve, 1992*

**OGNI BAMBINO HA DIRITTO:**  
di divertirsi e di giocare come un bambino  
di fare sport  
di beneficiare di un ambiente sano  
di essere trattato con dignità  
di essere allenato e circondato da persone qualificate  
di seguire allenamenti adeguati ai propri limiti  
di misurarsi con giovani che abbiano  
la stessa probabilità di successo  
di partecipare a gare adeguate  
di praticare il suo sport nella massima sicurezza  
di avere tempi di riposo  
di non essere un campione