Attività fisica e sano movimento al CAS della Polisportiva Messina

default watermark

Il **CAS** (Centro di Avviamento allo Sport) della **Polisportiva Messina** ha dato il via alle lezioni della stagione 2013/2014. Il corso, che si svolge lunedì, mercoledì e venerdì al campo di atletica *"Cappuccini"* di via **Torrente Trapani** *(dalle ore 16.15 alle 17.15)*, ha una durata di otto mesi e si concluderà, quindi, a giugno. Possono parteciparvi i bambini/e dai 4 ai 12 anni, che vengono divisi in base alle attitudini e all'età.

Il Centro di Avviamento allo Sport si pone come obiettivo l'incremento dell'attività fisica, finalizzata alla realizzazione di un sano movimento. La finalità primaria è, infatti, lo sviluppo delle capacità motorie di base (correre, saltare e rotolare), fondamentali per una crescita equilibrata e preziose per la pratica di ogni attività sportiva. Il metodo di lavoro impiegato è, in maggior parte, ludico per i piccoli e di avviamento allo sport per i più grandi, nell'ottica anche di un rilancio del settore Atletica Leggera della storica società cittadina presieduta da Giuseppe **Carmignani**. Il corso, coordinato dal professore Antonio **Laganà** (responsabile del CAS) assieme ai professori Roberto **Tracuzzi**, Gabriele **Rinaldi**, Francesco **Cannistraci** e Massimo **Ania**, punta, inoltre, ad un'adeguata formazione fisica e caratteriale dei giovani, che potranno, in futuro, rappresentare la Polisportiva Messina nelle competizioni agonistiche. I tecnici sono, infine, degli istruttori federali, laureati in Scienze Motorie e con specifiche competenze.

P oni e per iscriversi è possibile rivolgersi nei giorni dispari (dalle ore 16 alle 18), p el campo di atletica "Cappuccini", al prof. Antonio Laganà o telefonare ai numeri o 49-6622926; 320-8344518.

Categoria

1. Atletica
2. Sport Vari

Data di creazione
2 Ottobre 2013
Autore
redazione

default watermark