

Nonsolo Sport

Informazione sportiva a cura della Polisportiva Campogalliano **61**



Merry Christmas

**LE BANCHERELLE
MERCATINO DEL RIUSO**

**BILANCIO STAGIONE
SPORTIVA 2021/2022**

NEWS DAI SETTORI



PRESIDENTE

Filippo Serafini

VICE PRESIDENTE

Gabriele Gualdi

CONSIGLIERI

Stefano Ziviani - Calcio

Simone Bussolari - Calcio

Giulia Corghi - Volley

Davide Beneventi - Basket

Chiara Pavan - Volley

Matteo Codeluppi - Boxe

Emanuele Modica - Judo

Vincenzo Daniel Monti - Judo

Chris Gasperini - Basket

Maurizio Parmeggiani - Ciclismo

Luciana Balestrazzi - Attività Sociali

Responsabile Amministrazione

Ramona Ferrari

Responsabile Impianti

Mauro Fornetti

Responsabile Marketing

Emilio Mori

Responsabile Settore Tecnico

Davide Serafini

Responsabile Eventi

Cristian Pignatti

Referente Sponsorizzazioni

Paolo Scaltriti (Cell. 348.6040440)

Paolo@Scaltriti.it

Segreteria

Rosi Gallo

UISP

Unione Italiana Sport Per tutti - Comitato di Modena
L'Uisp (Unione Italiana Sport Per tutti) è l'associazione di sport per tutti che ha l'obiettivo di estendere il diritto allo sport a tutti i cittadini. Lo sport per tutti è un bene che interessa la salute, la qualità della vita, l'educazione e la socialità. In quanto tale esso è meritevole di riconoscimento e di tutela pubblica.

CONI

Comitato Olimpico Nazionale Italiano

Il CONI, emanazione del Comitato Olimpico Internazionale (CIO), coordina e sovrintende le organizzazioni sportive nazionali. Il Comitato Olimpico Nazionale Italiano, Ente pubblico cui è demandata l'organizzazione e il potenziamento dello sport nazionale, promuove la massima diffusione della pratica sportiva.

CSI

Centro Sportivo Italiano - Comitato di Carpi.

Il Centro Sportivo Italiano è un'associazione senza scopo di lucro, fondata sul volontariato, che promuove lo sport come momento di educazione, di crescita, di impegno e di aggregazione sociale, ispirandosi alla visione cristiana dell'uomo e della storia nel servizio alle persone e al territorio.

Non solo Sport n° 61

Dicembre 2022



EDITORIALE

Sarebbe potuta andare peggio!

Il 5 Dicembre l'assemblea dei soci ha votato ed approvato il bilancio della stagione sportiva 2021/2022, chiusosi il 31 agosto 2022. Dopo l'avanzo di bilancio record del 2020/2021 (+74.000 €), pur consapevoli di non poter replicare lo stesso risultato, gli auspici erano quelli di continuare a registrare una crescita. In realtà, fin dalla stesura del bilancio preventivo, quando ancora non c'erano ravisaglie degli aumenti delle utenze e quando l'inflazione non aveva ancora accelerato prepotentemente, si ipotizzava già una perdita importante (-16.500 €), conseguenza prevalentemente dell'ipotesi di aumento delle uscite. La chiusura di bilancio evidenzia come questo aumento sia stato ampiamente superiore alle previsioni, 230.000 € di costi in più rispetto la stagione precedente, 120.000 € in più rispetto quelli preventivati. Per fortuna anche le previsioni sulle entrate si sono rivelate sottostimate: 150.000 € in più rispetto l'anno precedente contro i 25.000 € preventivati. Quindi tutto sommato, sarebbe potuta andare peggio.

La tabella di seguito riporta il risultato di bilancio della stagione sportiva 2020/2021, la previsione ad inizio anno e il bilancio consultivo della stagione 2021/2022.

	Bilancio consuntivo 2020/2021	Bilancio preventivo 2021/2022	Bilancio consultivo 2021/2022
Entrate	511.696 €	536.870 €	664.850 €
Uscite	437.657 €	553.420 €	670.961 €
Differenza	+ 74.039 €	- 16.550 €	- 6.111 €

Per ulteriori approfondimenti in merito al bilancio della stagione appena conclusasi, si rimanda alla lettura della relazione di accompagnamento al bilancio, pubblicata sul sito della Polisportiva (www.polcampo.it) nella sezione News.

Finita una stagione, è già ora di iniziarne un'altra, il tempo scorre inesorabilmente veloce e tra una partita di basket, una di volley e una di calcio, in men che non si dica siamo già a Natale. Non me ne vogliano male tutti gli altri settori che non ho menzionato, la nostra Polisportiva dà spazio a tutti e nelle pagine di questo giornalino potete trovare le ultime news dai settori.

Voglio chiudere questo editoriale con un saluto ed un augurio a tutte le famiglie di Campogalliano per le festività che si stanno avvicinando, un sereno Natale ed un felicissimo anno nuovo. Che il 2023 possa essere un anno di pace in tutti i sensi. Buono sport a Tutti.

Filippo Serafini
Presidente POL Campogalliano



Le Bancarelle



■ Mercatino delle pulci.

Little Market è un progetto che nasce nel 2016 come generatore di valore, in un periodo di post crisi economica in cui molte persone avevano bisogno di un NUOVO INIZIO, una OPPORTUNITÀ. I Mercatini sono solo il MEZZO attraverso il quale i cittadini si rimettono in discussione, soprattutto per chi ha bisogno di una ripartenza o chi è molto sensibile ai temi ambientali e vuole fare la sua parte per essere più sostenibile. Ai Little Market, tutti sono uguali e tutti sono protagonisti di un piccolo cambiamento verso un vivere più CIRCOLARE: si mette sul "mercato" ciò che si ha già, COSE USATE di qualità. "Le Bancarelle" è il nome del Mercatino delle Pulci pensato proprio per dare nuova vita alle cose per ridurne lo smaltimento e l'impatto ambientale.

I Cittadini possono partecipare in forma privata (non associativa e/o commerciale), facendo la propria bancarella.

Per partecipare basta registrarsi alla newsletter del progetto: www.littlemarket.it

Una volta iscritti alla newsletter, si riceveranno le mail che contengono tutte le informazioni per partecipare ed iscriversi ai mercatini, tutti quelli presenti nella provincia di Modena gestiti dall'associazione "Scoiattoli in Città", senza la necessità di nessun altro Tesserino Regionale.

A Campogalliano il Mercatino si svolge nell'area sportiva, attorno alla palestra e in caso di pioggia, si sposta dentro la palestra, dalle 9 alle 13.

Il calendario prevede tutte le 2° domeniche del mese, tranne il 9 aprile che è Pasqua.

Lo Scoiattolo Little Market, lo trovi su Facebook e Instagram: seguilo!

Vuoi partecipare con la tua bancarella? Che aspetti? Vai su www.littlemarket.it

Mercatino delle Pulci
dalle 9 alle 13

CAMPOGALLIANO
2° DOMENICA DEL MESE

11 DICEMBRE	12 MARZO
8 GENNAIO	APRILE NO
12 FEBBRAIO	14 MAGGIO

presso la Polisportiva di Campogalliano in via Mattei 15, 41011 (Mo)
(in caso di maltempo ci trovi dentro la palestra)

Il Little Market continuerà tutte le domeniche in altre location, info sui nostri canali

Facebook: Little Market | Instagram: little_market_italia

Per partecipare come Espositore visita il sito e registrati alla Newsletter



ENERGIA + SOLIDALE

**RISPARMI SU LUCE O GAS
E SOSTIENI LA TUA
ASSOCIAZIONE PREFERITA**

Con l'offerta Energia + Solidale di Sinergas* aiuti la causa che ti sta a cuore, risparmiando.

*Offerta valida per i Clienti domestici del mercato libero.



TU SCEGLI
Subito per te uno sconto del 5% su luce e gas. Inoltre, avrai un ulteriore sconto fino a 12€/anno se attivi la bolletta con recapito email.

SINERGAS DONA
Con la tua scelta darai un sostegno concreto. Sinergas, infatti donerà alla tua associazione preferita, ogni anno, il 5x1000 delle tue bollette (escluse tasse e imposte).



LUCE



GAS



RISPARMIO ENERGETICO



Sinergas
luce · gas · efficienza energetica

Per informazioni Fabio Ferrarini cel. 348.0046691 sinergas.it



CONAD

Persone oltre le cose

Qualità, assortimento, servizio e convenienza

Via Garibaldi, 36 - 41011 Campogalliano (Mo) - Telefono 059 526865

Cena con gli sponsor

Un grazie particolare ai nostri sostenitori.

Il 10 novembre lo staff della Polisportiva ha ospitato alcuni degli sponsor per ringraziarli del supporto che, come sempre, non fanno mancare alla nostra società.

Il Presidente Filippo Serafini, nel suo saluto agli intervenuti, ha enfatizzato le numerose iniziative sociali a favore della comunità che grazie al contributo degli sponsor è stato possibile portare avanti in questi anni.

Una su tutte, forse quella a cui teniamo maggiormente per le grandi soddisfazioni che ci ha donato, è il progetto scuola, nel quale numerosi istruttori della Polisportiva hanno affiancato le maestre della scuola primaria durante le ore di attività motoria, facendo provare ai bimbi di tutte le classi un'ampia varietà di discipline sportive.

Grazie al supporto degli sponsor è stato possibile proporre questo progetto senza chiedere alcun contributo alle famiglie degli studenti, un risultato tangibile di cosa vuol dire costruire una comunità di intenti.

Purtroppo molti invitati non sono riusciti a partecipare per cause di forza maggiore, ma li aspettiamo la prossima edizione, magari insieme a nuovi sponsor/amici con cui condividere e realizzare le tante idee che abbiamo.



BASKET

Responsabile: Yuri Borciani



Grandi novità quest'anno per il settore. L'attività scuola mini-basket tenuto dalle istruttrici Olimpia e Laura presso le scuole Elementari con i bimbi 2016/17 vede già diversi iscritti e ne aspetta altri per continuare a giocare insieme. I nuovi COACH del settore giovanile ROBERTO REBECCHI, GALLI GIANMARCO ed il preparatore del settore GIOVE EDOARDO.

La Rinnovata prima squadra formata dai nostri giovani e la collaborazione con un nutrito gruppo Carpigiano e dal supporto della Pol. Nazareno.

Frutti di grande investimento e lavoro del settore e del rinnovo CONSIGLIO DEL BASKET da me presieduto il quale a confermato il trend di credere nello sviluppo giovanile e del settore mini per dar sfogo ai ragazzi nelle prime squadre.



Yuri Borciani



MELIS TERMOIDRAULICA
di Melis Vincenzo



Via Lelli, 2
41011 Campogalliano (MO)
mel.termoidraulica@libero.it
Cell.: 329 5834904

MARMI
PC

LAVORAZIONI IN MARMO PIETRE E GRANITI
PER ARREDAMENTO ED EDILI

Pavan Fabio

PC. Marmi di Pavan Fabio
Via G. Di Vittorio, 10/C - 41011 CAMPOGALLIANO (MO)
Tel. 059 851979 - Fax 059 521148
e-mail: pcmarmi@libero.it

WWW.PCMARMI.IT

CALCIO

Responsabile: **Simone Bussolari**



Quest'anno nel programmare la nuova stagione, come progetto "VirPol Campogalliano" ci siamo prefissati degli obiettivi importanti e ambiziosi. Migliorare il servizio sulla qualità sportiva, sulla formazione degli istruttori, sulla educazione dell'atleta e sulla comunicazione con le famiglie.

In concreto, stiamo avendo risultati importanti dall'aver tutti i nostri Istruttori/allenatori qualificati con qualifiche federali importanti e patentini Uefa.

Istruttori che tra l'altro, con grande orgoglio, quasi nella totalità sono figure locali e che sono cresciute nei nostri settori giovanili. L'improvvisazione, a maggior ragione quando si tratta con bambini e ragazzi, ovviamente non è consentita. Gli obiettivi fondamentali che portiamo avanti sono la crescita sportiva ed educativa dell'atleta, ponendo sempre in secondo piano il risultato sportivo fine a se stesso.

In questo credeteci, siamo tra le poche società in zona a potercene vantare.

Abbiamo organizzato nel mese di novembre, una serata con i genitori dove abbiamo affrontato insieme a loro il ruolo



lo della famiglia stessa in ambito sportivo. Serata organizzata dalla Dott.ssa Sacchetti del centro Tice, dove sono emersi tanti spunti di riflessione importanti e che siamo certi sia stata molto apprezzata.

Una menzione e un ringraziamento in questo spazio, vogliamo anche farla ai super tifosi della nostra squadra dei giovanissimi, i "Wild Boys Campo", amici che ogni partita sostengono i ragazzi con cori, colori, fumogeni, bandiere e soprattutto come fatto fino ad ora (ci raccomandiamo) con educazione e rispetto dell'arbitro e degli avversari.

Siamo assolutamente contenti della crescita evidente dei nostri ragazzi in questo inizio di stagione sportiva oltre al fatto che il numero degli atleti nel nostro settore, dalla unificazione nel progetto "VirPol", sta continuando a crescere in maniera importante e questo ci dà coraggio e soddisfazione nel proseguire nel progetto ambizioso di qualità.

Un augurio di Buone feste natalizie e un grazie sincero ai nostri tre responsabili del settore giovanile, ai nostri bravissimi Istruttori, alle famiglie che ci danno fiducia affidandoci i propri figli e soprattutto ai nostri piccoli "campioni", che ogni settimana ci danno enormi soddisfazioni in campo e non solo.

Buone Feste

Cammarata Alfonso
Consiglio Virpol Campogalliano



**MACCHINE AGRICOLE - AUTOCARRI
RIPARAZIONI AUTO
ELETTROAUTO - GOMMISTA**

41011 Campogalliano (Mo)
Piazzale delle Nazioni, 52 (Zona Dogana)
Tel. 059 526757 - Fax 059 527863





Gallia
tipolitografia

dal biglietto da visita al manifesto

grafica
stampa off-set
stampa digitale
modulistica
confezionamento

VIA BONACCINI, 32
41011 CAMPOGALLIANO (MO)
TEL. 059/528436 | FAX 059/5220673
info@tipolitogallia.it

TERMOgas
di SONCINI LUCIANO

Progettazione ed
installazione impianti

GAS - IDRO - TERMO - SANITARI

**IMPIANTI DI ASPIRAZIONE
POLVERI CENTRALIZZATI**

**IMPIANTI DI CONDIZIONAMENTO
DI QUALSIASI TIPO
CIVILI ED INDUSTRIALI**

www.termogasoline.it
info@termogasoline.it
Via Grieco, 1/b - 41011
Campogalliano (MO)
Tel. 059 526309
Fax 059 521125



Pasticceria Golosa

Dal 1982
**Bar Pasticceria
Forno Bistrò**



Via G. di Vittorio, 58
Campogalliano (Modena)
Tel. 331 222929
info@pasticceriaalagolosa.com



**REVISIONE E VENDITA
DI POMPE, MOTORI,
DISTRIBUTORI E
TRASMISSIONI
IDROSTATICHE PER
MACCHINARIO MOBILE
ED INDUSTRIALE**

CENTRO ASSISTENZA MATERIALE OLEODINAMICO

V.le della Resistenza, 9
41011 Campogalliano (MO)
Tel. 059 526864 (2 linee r.a.)
Fax 059 525102
www.camosrl
e-mail: info@camosrl.com



PORRINI GROUP
GLOBAL LOGISTIC PROVIDER

Tel. 059 52.22.000
www.porrini.com
commerciale@porrini.com



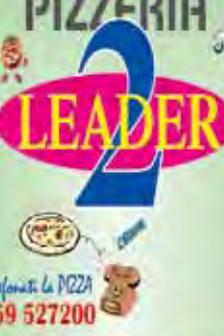
**EDILIZIA
MONTI**

- ASS. CONDOMINIALI
- CARTONGESSO
- RIFACIMENTO TETTI
- COSTRUZIONI
- RISTRUTTURAZIONI
- CAPPOTTI TERMICI
- RIFACIMENTO FOGNE E CORTILI
- LAVORI IN GENERE
- PITTURE

Preventivi gratuiti, puntualità e
massima serietà

Via Canale Erba, B
41011 - Campogalliano (MO)
Tel. e Fax. 059 528286
Cell. 335 7815632
ediliziamontiluigi@gmail.com

**PIZZERIA
LEADER**



Telefonate la PIZZA
059 627200

Pizza d'asporto,
al taglio e tantissime specialità,
si accettano prenotazioni
per rinfreschi o qualsiasi
altro tipo di festa

Consegna a domicilio

Piazza Vittorio Veneto 11/B - Campogalliano (MO) - Chiuso il Lunedì



G.M.C.

AGENZIA CON CERTIFICAZIONE
ED ISO 9001 QUALITÀ
CERTIFICATA DA BSI
- 41011 CAMPOGALLIANO -

Installazione impianti GPL e Metano
Servizio gommista e elettrauto
Aria condizionata
Diagnosi computerizzata

SPONSORIZZATI: **PIRELLI** **M.C.T.C. MODENA**
AUTORI VEICOLI: **FIAT** **SOCCORSO STRADALE**
AGIP **PSI**

Sede: 41011 Campogalliano (MO)
Via G. Di Vittorio, 12
Tel. 059/526159 - Fax 059/523389
E-mail: info@gmccampogalliano.it

Filiale: 41012 Carpi (MO)
Via Carlo Marx, 180
Tel. e Fax 059/86226345

S.M. EDIL-PAV
di Serri Manuel & C.

PAVIMENTAZIONI ESTERNE - FOGNATURE
RECINZIONI - URBANIZZAZIONI
SCAVI - DEMOLIZIONI

VIA CANALE ERBA, 4 - CAMPOGALLIANO (MO)

TEL. 059-525641 - CELL. 333-9591230
e-mail: edilpav2012@gmail.com
Sito web: www.pavimentazioniesternemedilpav.com

La salute ha una nuova casa

**LloydsFarmacia
Sant'Orsola**



facebook.com/farmaciasantorsola

JUDO

Responsabile: Lorenzo Gozzi



La stagione sportiva 2022/2023 è iniziata alla grande per il settore judo della Pol!

Quest'anno Zakaria Boudjella e Yuri Zhao sono diventati ufficialmente parte della squadra agonistica, iniziando ad allenarsi tutte le sere nel corso degli adulti! E non sono mancati i primi risultati per loro, che si sono classificati rispettivamente 3° e 5° ai Campionati Regionali Federali Under15 e 2° e 3° al Trofeo di Castelmaggiore (BO).

Questa stagione il settore judo ha intrapreso un nuovo percorso: ovvero le competizioni a squadre.

Queste competizioni consistono nello sfidarsi tra club alla meglio di 5 incontri (uno per ogni categoria di peso).

La Pol nelle prime competizioni affrontate si è piazzata due volte terza, sia al Campionato Regionale Federale a Squadre sia al Trofeo Memorial Rosone di Roma!

La squadra vedeva coinvolti 3 dei nostri atleti (Luca Bonini, Giulio Quitadamo e Marco Goldoni) più due prestiti del Just Do Team Modena (Polisportiva MO EST).

Per quanto riguarda invece le competizioni individuali i nostri ragazzi hanno partecipato a due prestigiosissimi tornei: La Adler Cup di Francoforte (Germania) dove si è distinto Luca Bonini con un ottimo 5° posto, e Il Gran Prix Italia U18 e U21 di Policoro (Matera) dove si sono distinti Marco Goldoni (5° Classificato) e Samuele Barbieri (7° Classificato).



Ora si preparano ad affrontare la Qualificazione Regionale al Campionato Italiano Assoluto, in programma a dicembre come ultima competizione dell'anno 2022.

Il settore giovanile dopo una buona ripresa si prepara ad affrontare il primo esame di passaggio di grado, con la cerimonia del cambio di cintura che si svolgerà prima della cena di Natale del settore.



STUDIO DENTISTICO
Medicina & Estetica Dentale
Siamo in.. Via Marconi 34
Campogalliano
059 526698
351 1608665

[WhatsApp](#) [Facebook](#) [Instagram](#)

EFFEDIESSE
EFFEDIESSE Srl - Materie Prime Minerali
Via del Pastore, 73 - 41011 - Campogalliano (MO)
Tel +39 059 525495 info@effediesse.net



SOCIETA' COOPERATIVA
BILANCI

Strumenti e Tecnologie per Pesare

Tel. +39 059 893611 - www.coopbilanciai.it

B A F A
bandiere

BANDIERE + ALLESTIMENTI

Via del Corno, 29 - 42018 San Martino in Rio (RE)
Tel. +39.0522-636027
info@bafabandiere.it

**FERRAMENTA
DIESSE** s.n.c.

VIA G. DI VITTORIO, 149
TEL. 059/525163
CAMPOGALLIANO (MO)



IMPRESA EDILE
Urbano Costruzioni
di Urbano Gennaro

Cell. 339 4218408

A & B IMPIANTI ELETTRICI
di Artoli T. e Bezzocchi F. snc

Impianti civili ed industriali
Installazione antenne TV
digitale terrestre e satellite
Automazione cancelli e basculanti

10131 CAMPOGALLIANO
VIA DELL'ARTIGIANATO 4
TEL. 059/525163
TEL. 059/525163
PUBBLICITÀ

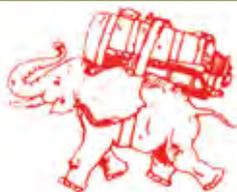


dal 1982

di ROMANO BENEDETTO & C. s.n.c.

41011 Campogalliano
Viale Martiri della Libertà, 6
Tel. 059.525613
Cell. 340.4870235

Chiusura:
Lunedì sera
Martedì



**GHELFI
SPURGHI**

**PULIZIE E SMALTIMENTI
CIVILI E INDUSTRIALI**

**VIA DELLE SUORE, 187/189 - 41122 MODENA
TEL. 059 31 32 58 - info@ghelfispurghi.it**



ottico - optometrista *Casoni*

via Farini, 65
Modena
Tel. 059 236225

Piazza Marconi, 2
Montefiorino
Tel. 0536 972346
Cell. 340 9935762

EMILGHIAIA

sabbie ghiaie riciclati

Campogalliano Tel. 059 851 362

m modena
impianti

VIA DELLA RESISTENZA, 38/40
CAMPOGALLIANO (MO)

TEL. 059525563
INFO@MODENAIMPIANTI.IT
WWW.MODENAIMPIANTI.IT

**PROGETTAZIONE E
INSTALLAZIONE IMPIANTI**

TERMO-IDRAULICI
CONDIZIONAMENTO
ELETTRICI
FOTOVOLTAICO

TESLA

POWERWALL

CERTIFIED INSTALLER

L'ARLECCHINO
TINTOGGIA
di Giordano Giuseppe

- CARTA DA PARATI
- STUCCHI
- GESSI
- TINTEGGIATURE INTERNE ED ESTERNE
- CONTROSFITTATURE
- ...E TUTTO CIÒ DI CUI HAI BISOGNO!

Via Zamboni, 24
41011 - Campogalliano (MO)
Tel./Fax 059 528298
e-mail: larlecchino@telez.it
cell.: 338.61.26.637 - 335.56.32.617

CARROZZERIA CAMPOCAR
GRISENDI FABIO E ENRICO

Carrozzeria CAMPOCAR snc
Griseudi Fabio e Enrico

41011 Campogalliano (Mo)
Via della Resistenza, 44
Tel. 059 851904

GINNASTICA ARTISTICA

Responsabile: Lucia Adani



Stagione ripartita alla grande con ben più di 80 iscritti rispetto ai 60 dello scorso anno!!!

Siamo davvero contente che sempre più bimbe si stiano avvicinando a questo sport come Ludovica Campioli, la nostra ginnasta più giovane, di soli 2 anni e 8 mesi.

Ancora più orgogliose ci rendono le nostre veterane come Giulia, Giorgia, Chiara, Rachele, Sofia, Viola, Chiara e Giulia che fanno parte del nostro mondo alcune da più di 10 anni! Il nostro calendario gare è ricco di date, passando da quelle provinciali a quelle nazionali.

Le prime a scendere in pedana saranno le ginnaste dei gruppi base1 e 2 nella "gara 3 prove" il 3 di dicembre.

La competizione provinciale avrà luogo nel nostro palazzetto e durante l'arco dell'intera giornata vi invitiamo a passare per sostenerci e fare il tifo!!!!

Per gli eventi regionali e nazionali, ai quali parteciperanno gli altri gruppi, bisognerà attendere il 2023.

Un'altra giornata alla quale siete invitati per vederci volare è quella del saggio di Natale il 17 di Dicembre.

La serata si svolgerà insieme alla scuola di danza di Cecilia Milanti BE.A.T. Asd che attraverso il mondo Disney si esibirà in diverse discipline, lo sport è unione e condivisione vi aspettiamo a partire dalle ore 18:30!!

DANZA MODERNA

Responsabile: Cecilia Milanti



Il corso di danza Modern-Contemporanea ha come scopo quello di dare un'impostazione specifica al corpo dell'allieva e dell'allievo tramite un insieme di tecniche proprie, stimolando al contempo il senso di creatività, di ricerca ed espressività individuale che si verrà a creare nel corso del tempo grazie alla costanza e all'impegno.

Per imparare a danzare è importante il supporto di un'adeguata preparazione fisica e tecnica. Per questo la lezione di danza si compone di uno o più esercizi di riscaldamento volti a risvegliare i muscoli e per preparare il corpo al meglio; di esercizi più tecnici proporzionati al livello del corso; di esercizi di allungamento e stretching. È importante considerare all'interno di questa prima fase della lezione l'inserimento di elementi tecnici base derivanti dalla danza classica, proprio per dare un'impostazione precisa al corpo, per insegnare una postura corretta e per un maggior controllo e mantenimento di essa. La seconda parte della lezione è invece dedicata all'insegnamento di legazioni e/o diagonali in musica, all'interno delle quali si inseriscono elementi più danzati e liberi coniugati ad elementi tecnici, per poi passare successivamente alla creazione di una coreografia che andrà eventualmente in scena. Utili e spesso presenti sono anche



elementi di acrobatica per donare maggior resistenza, forza e stabilità ed elementi di improvvisazione, per permettere all'allieva e all'allievo di esprimersi più liberamente scoprendo parti di sé.

I corsi di danza Modern-Contemporanea Youth e Teen sono dunque volti a condurre le allieve e gli allievi verso una libera e completa padronanza del movimento e del proprio corpo. La danza non è solo uno sport fine a sé stesso, ma è una disciplina vastissima: è arte del corpo in movimento. Pertanto, la danza può essere uno strumento per valorizzare la propria espressività e personalità; uno strumento di crescita personale che permette di incrementare la propriocezione e il rapporto consapevole con lo spazio e le altre persone.



GINNASTICA RITMICA

Responsabile: **Sonia Bozzetti**



Intensa partenza per i corsi della ritmica, che hanno appena vissuto 2 gg di Stage con la campionessa olimpica Andreea Stefanescu. Ci stiamo preparando alle gare del CSI di febbraio, marzo e maggio.

Per essere informati sui nostri corsi oltre alla segreteria, potete vedere su facebook la pagina ginnastica ritmica Campogalliano, dove troverete tutti gli eventi del nostro corso. In qualsiasi periodo dell'anno è possibile iscriversi. Che dire... forza ritmicaaa

Sonia Bozzetti



ZONA

Via quest'oggi Cape Town, in Sudafrica, non prenderà parte il soldato formato dalla modenese Valentina Gi-

mona Rossetti, testa di serie della Pool D (brasiliana) alle ore 17 italiane contro i padroni di casa Williams (caldsch-

eri) nei vigili Morozzoni, gli olandesi Rommer (Meyers) e gli polacchi del Qatar Chetti (Ahmed). Come ogni

esperto di ogni genere, Sabetto si dipanano quarti di finale e semifinale, prima nella giornata di domenica pres-

ta, a mercoledì, per il penultimo turno di massimo livello della stagione.

Stefanescu, la regina della ritmica allo stage della Pol. Campogalliano

di **Nicola Calicchio**

Due giorni intensi presso il Palazzo della Polisportiva di Campogalliano, dove si è concluso lo stage della ginnastica ritmica guidato da una delle grandi della ginnastica mondiale, Andreea Stefanescu, nata a Iasi in Romania, italiana dal 2006, medaglia d'oro con l'Italia nel concorso a squadre in azzurro nel concorso generale a squadre di Montpellier nel 2011 e polibronza ai Giochi Olimpici di Londra nel 2012.

Durante il stage, la campionessa offre la possibilità alle proprie ginnaste di conoscerla e ammirare volentieri insieme a campionesse del mondo della ginnastica ritmica. Una iniziativa pensata per garantire ai tanti atleti e attrici che si affacciano a tutte le tecniche che desiderano partecipare.

Dopo Antonia Bertolini, Marta Pagnini, Alessia Busca, Chiara Lattini e alle altre, questa volta è toccato ad Andreea guidare i due giorni di stage, un vero momento adrenalinico, in cui la ginnasta



Andreea Stefanescu, campionessa mondiale e bronza olimpica, si è impegnata ad allenare le nostre ginnaste e a trasmettere loro il suo amore per questo sport.

Ciclismo Ale Cycling protagonista a Firenze

Appuntamento a Firenze per il portacolori del team Ale Cycling di Maria Covatta che hanno ottenuto buone risultati. I risultati sono stati: 21) Saraquato Baccetti, Alena primo anno, 13) Silvana Cavalli, 17) Alessia Ianni, Alena secondo anno, 12) Lucia Bioncinini, Alena due anni, 10) Sofia Caputi. Doppie: 1) Giulia Marinelli, 14) Martina Barbiroli.

Pallamano A segno Carpi e Carpine, cade il Rapid

Quattro giorni nel campionato di Serie B di pallamano. Incontro: 5) Luzzana - Fiumana 26-32; Rubino - Felino 33-20. Giochi-sieme: Castiglion 21-33; Compone - Femia 42-15; Edon - Valsamoggia 23-21; Pali - Corpe di Romagna 34-24; Rapido - Roncole Marconi 30-30. Classifica: Carpine, Pali, Carpi, Marone, San Lazzaro, Fiumana, Rubino, Rapido, Edon, Castiglion, Felino, Fiumana, Valsamoggia, Fontana D.

Pallavolo Cinque anticipi questa sera in Serie D

Cinque anticipi oggi nei campionati regionali di pallavolo. Domattina Giochi B: ore 21) Nervesa Varona - Salsola Valley 150, ore 21.30 Azzurri Icaro - Fabbio. Domattina Giochi C: ore 21) Nargio - Fontemil - Hippo Spazzetta. Domattina Giochi C: ore 21.30 Cui Consorzio - Sobch Martini, Caltanissetto - Bioggio Castiglione, Livorno - Peranetto Salsola, Livorno - Peranetto Salsola, Livorno - Peranetto Salsola.



VOLLEY

Responsabile: **Davide Baraldi**



Ciao a tutti l'inizio della stagione è stato scoppettante, il numero degli iscritti è in costante aumento come il numero delle attività intraprese.

Oltre a tutti i campionati delle nostre squadre giovanili e alla nostra storica seconda seconda divisione abbiamo deciso di partecipare al campionato di terza divisione con le nostre Under 18.

Siamo a disposizione per chiunque voglia provare il nostro sport come sta succedendo con la nostra squadra maschile dove in questa stagione sono stati inseriti ragazzi giovani che si affacciano alla pallavolo per la prima volta.

Ne approfittiamo per auguri buone feste a tutti i nostri tifosi e il popolo campogallianese. Lo staff della pallavolo

Davide Baraldi



NOVITÀ
2022

PALLAMANO

Responsabile: Davide Serafini

Sono pochi, ma come si dice in questi casi, sono buoni. Stiamo parlando dei ragazzi della Pallamano che il martedì e giovedì fanno allenamento al Minipich dalle 16.30 alle 18.00. L'istruttore è Alex Coppola, un ragazzo originario di Bressanone che si è trasferito a Carpi per giocare nella squadra locale che milita nel campionato di A1 e che ha già accumulato numerose presenze con la nazionale UNDER 20. Alex, nella sua Brixen, è abituato a ben altri numeri, infatti da quelle parti quasi tutti i ragazzi praticano la pallamano, ma non si è fatto scoraggiare e insegna con grande passione i trucchi del mestiere, con la speranza che nuovi adepti arriveranno durante la stagione sportiva.

Ogni tanto al Minipich passa anche Samuele, un ragazzo di Campogalliano che proprio dalla Polisportiva è partito e che adesso gioca insieme ad Alex in A1 a Carpi. Chissà se Alex e Samuele non riescano a trovare tra i nostri ragazzi i futuri giocatori della nazionale italiana.

Di certo questo sport dà la possibilità di provarci.



Samuele Serafini



Alex Coppola



NOVITÀ
2022

SPORT INCLUSIVO

Responsabile: Yuri Borciani

Continua a tutta velocità l'attività dello SPORT INCLUSIVO, attività rivolta ai bambini della scuola Primaria.

In questi primi tre mesi della neo-nata attività i nostri piccoli partecipanti ha potuto approcciarsi a JUDO, GINNASTICA ARTISTICA e CALCIO (che ringraziamo per la collaborazione). Altri settori della Pol. stanno dando la loro disponibilità per far approcciare i nostri ragazzi alle loro discipline che pro-

seguirà per tutto l'anno.

A presto per meravigliosi aggiornamenti riguardo le nostre attività.



Yuri, Nicole e Alice
Lo Staff

CICLISMO

Responsabile settore ciclismo: **Ivan Gozzi**

Nel Settore Ciclismo è avvenuto un fisiologico rinnovamento nei ruoli direttivi che ha portato ad un ammodernamento del gruppo e delle attività: cerchiamo nuovi iscritti per ampliare la platea e le attività, organizziamo uscite di gruppo ed allenamenti collettivi sia su asfalto che fuori-strada, stiamo programmando gite sociali e la gara sociale, diamo assistenza per iscrizione e partecipazione alle manifestazioni amatoriali (granfondo, raduni, ecc.) grazie alla affiliazione alla UISP e siamo aperti a tutte le nuove e diverse opportunità che ci proporrete nell'ambito delle 2 ruote.

Il costo dell'iscrizione è di 30 € all'anno e, oltre a quanto detto, fornisce copertura RC contro terzi e consente l'accesso a tutte le altre attività della Polisportiva, ognuna con le relative modalità.

Per l'iscrizione alla UISP, necessaria per partecipare ad alcune manifestazioni, è prevista una iscrizione differenziata in base al tipo di assicurazione preferita.

Ci teniamo a ringraziare i fondatori del Settore Ciclismo della Polcampo che lo hanno fatto arrivare ad oggi istruendo ed accompagnando molti di noi in questo splendido sport.



TENNIS

Responsabile: **Mauro Colognesi**

Dal 1 dicembre ricominciano i corsi tennis per info contattare Mauro Colognesi 347 56.33.587



BOXE

Responsabile: **Alessandro Govi**

Prosegue l'attività pugilistica della squadra di boxe. Hamza Elhaid nei supermedi ha ormai un'esperienza di 15 match, maturati in poco più di un anno di agonismo contro avversari di livello nazionale, gareggiando sempre alla pari con atleti di rango.

Nei superleggeri Manuel Cucci ha inanellato la sua seconda vittoria in altrettanti match, mostrando uno spirito da leone e una volontà ferrea già in sede di allenamento: vince le medaglie in palestra col sudore e va a ritirarle il giorno del match.

Cresce ottimamente un gruppo di ragazzi minorenni che potrà affacciarsi all'agonismo il prossimo anno, dopo un necessario periodo di preparazione.

Il corso di pugilato femminile prosegue a gonfie vele; benissimo anche il folto gruppo degli atleti di ogni età che pratica la boxe per fitness e per stare insieme in modo sano e divertente.

L'inserimento di allenatori di valore quali Ernesto Radano e Giorgio Borghesi sta producendo tangibili risultati. Vi aspettiamo numerosi!

BOXE MASCHILE

Insegnante: **Alessandro Govi e Ernesto Radano**

Lunedì, martedì, mercoledì e giovedì 19.00 | 20.30



BOXE FEMMINILE

Insegnante: **Giorgio Borghesi**

Martedì e giovedì 19.00 | 20.30

NOVITÀ
2022

NORDIK WALKING

Responsabile: Giulia Barbieri



Sono iniziati i corsi base di Nordic Walking per l'apprendimento della tecnica corretta. Il corso ha la durata di 4 ore e si svolge in 2 sessioni da due ore ciascuna in giorni consecutivi. Il calendario dei prossimi appuntamenti è riportato alla fine dell'articolo, ma le date e gli orari sono indicativi e possono essere adattati sulla base delle esigenze dei partecipanti. A seguito del corso, per chi vuole continuare a praticare il Nordic supportato da un istruttore brevettato, è possibile svolgere un allenamento tecnico con cadenza settimanale con l'obiettivo di ripassare e perfezionare la tecnica delle varie andature. L'allenamento tecnico si svolge il venerdì dalle 18.30 alle 19.30 con partenza dalla Polisportiva.

Il Nordic Walking può essere considerato una delle attività sportive più complete in assoluto, alla portata di tutti e per tutte le età. Adottando una tecnica corretta e praticandolo con costanza, si riesce ad avere un elevato coinvolgimento muscolare ed un efficace lavoro cardiocircolatorio ottenendo enormi benefici per la propria salute: permette un consumo energetico maggiore rispetto al cammino senza bastoncini, coinvolgendo circa il 90% della nostra muscolatura. Migliora la postura e favorisce la mobilizzazione della colonna vertebrale oltre ad alleggerire il carico sulle articolazioni. L'effetto pompa dovuto all'apertura e chiusura della mano ad ogni passo ha un gran beneficio sul cuore e contribuisce ad ossigenare il sangue irrorando i tessuti.



È un anti-stress naturale, aiuta a scaricare le tensioni muscolari accumulate senza il rischio di strappi o stiramenti, inoltre uno sforzo moderato e costante protegge l'organismo da osteoporosi e artrosi.

Corsi gennaio/febbraio 2023:

- mercoledì 18/01/23 e giovedì 19/01/23 dalle 18.30 alle 19.30
 - sabato 04/02/23 e domenica 05/02/23 dalle 10.00 alle 12.00
- Per qualsiasi informazione contattare Giulia al 331 2250 780

Giulia Barbieri
istruttore sinw

PARKOUR

Responsabile: Cecilia Milanti



Forza, equilibrio e controllo. Alcune delle caratteristiche che contraddistinguono il Parkour, una disciplina urbana nata in Francia negli anni '80, diventata famosa all'inizio del 2000 grazie ad internet. Lo scopo del Parkour è quello di passare da un punto A ad un punto B nella maniera più veloce ed efficiente possibile. La sfida oltre che fisica è anche mentale: essendo uno sport urbano e praticato soprattutto in città, troviamo ostacoli composti da superfici dure, dove non è permesso sbagliare. Prima di provare un determinato salto,

in palestra si può replicare lo stesso ostacolo in sicurezza per poi provarlo fuori. Così si abbattano le barriere e i blocchi mentali. Il Parkour è anche questo, disciplina, determinazione, affrontare le proprie paure ma con consapevolezza. Questo è uno dei punti cardine che insegniamo nelle nostre lezioni. Grazie all'esperienza decennale di Simone e Gabriele, arriva anche qui da noi a Campogalliano, dove potrete provare ad approcciarvi a questa fantastica disciplina. Vi aspettiamo!

**MONTANARI
ANDREA**

Vendita e Montaggio
Infissi Porte e Finestre

Andrea 342 7387769
Alberto 349 2213756



**FORNO
il PANINO
PASTICCERIA**
S.n.c.
di Sponza Fabio & C.

CAMPOGALLIANO

Via Martiri della Libertà, 17 - 41011
Tel. 059 528589 - Tel. 333 3267896

GIOCO SPORT

Responsabile: **Daniel Monti**



Muoversi è il primo fattore di apprendimento: camminare, correre, saltare, afferrare, strisciare... è fonte di benessere psico-fisico.

Questo è quello che facciamo a giocosport!

Il bambino ha la possibilità di riutilizzare in forma personale, originale e creativa abilità motorie sia nuove che precedentemente apprese.

Questo viene reso possibile grazie all'utilizzo di specifici attrezzi: cerchi, palle, materassini e tappeti elastici.

Tali attrezzi vengono usati sia per i giochi individuali e sia come mezzo nei giochi di gruppo.

Vi aspettiamo tutti i martedì e giovedì al Palajudo, dalle 16.15 alle 17.15.

Daniel, Stefano e Giada



FITNESS

Responsabile: **Azelarab Madkour**



Una grande varietà di attività fisiche dal settore Fitness della Polisportiva Campogalliano tale da poter permettere a chiunque di poter trovare l'attività fisica più adatta alle proprie esigenze e capacità ma soprattutto gusto personale, ecco infatti che tra le proposte troviamo una ricca corsistica adatta a tutte le fasce d'età che si distribuisce su tutto l'arco della giornata con:

GINNASTICA DOLCE SENIOR

h 9.00 | 10.00 tutti i lunedì, mercoledì e venerdì

tone up

h 12.45 | 13.45 tutti i mercoledì

PILATES

h 18.30 | 19.30 tutti i lunedì e mercoledì

FITBALL

h 19.30 | 20.30 tutti i lunedì e mercoledì

CROSS TRAINING

h 20.30 | 21.30 tutti i lunedì e mercoledì

YOGA HATHA - DINAMICO

h 18.30 | 19.30 tutti i martedì e giovedì

YOGA HATHA - DOLCE

h 19.30 | 20.30 tutti i martedì e giovedì

Restare in forma e non "fermi" rimane tra le più benefiche abitudini che possono notevolmente migliorare la qualità della nostra vita, trova quella più adatta a te e ti aspettiamo per venire a provare.

Per informazioni più dettagliate e sui costi contattare la segreteria 059.85.15.03 oppure il Responsabile di settore Azelarab Madkour al 348.84.48.551.

PERSONAL TRAINING

Istruttore: Azelarab Madkour (348 8448551)

Giorno e orario da concordare con l'istruttore

Sala pesi ex Bocciodromo - **Tariffa 28,00 euro/ora**



G.P.E.

IMPIANTI ELETTRICI INDUSTRIALI E CIVILI

Via Bachelet, 50 - 41011 Campogalliano (MO)
TEL. 059.528486 - FAX 059.5221217
www.gpeimpianti.it

AL SERVIZIO DELLA COPERTURA PERFETTA

“
**Gamma completa di prodotti
per tutte le tipologie di lavorazioni**

*Lastre e Pannelli coibentati per Rivestimenti di facciate, Coperture, Celle frigorifere
Pannelli curvi coibentati - Profili solai - Lastre Grecate - Sistema a giunto drenante,
Perfect Evolution 478 con Unità mobile per la profilatura diretta Perfect Logistic.*”



unimetal.net

Numero Verde 800 577385
Campogalliano (MO), Via Ferrari, 40

 **Filte** S.p.A.
Tintoria - Finissaggio - Tessuti

VIA FERRARI, 20 - 41011 CAMPOGALLIANO (MO)
TEL. 059/525343 - FAX 059/525879
E-mail: ammi@filte.com

Informazioni

Segreteria Circolo Polisportiva Campogalliano
Via Mattei, 15/4
Tel. 059 85 15 03 Fax 059 85 11 11
e-mail: segreteria.corsi@polcampo.it
amministrazione@polcampo.it
presidente@polcampo.it
www.polcampo.it

Orari Segreteria

Dal lunedì al venerdì dalle 17.30 alle 19.30



Seguici su facebook.com/Polisportiva-Campogalliano
Seguici su Instagram: pol_campo