



Attività fisica e sano movimento al CAS della Polisportiva Messina



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 *â€œCappucciniâ€* di via **Torrente Trapani** (dalle ore 16.15 alle 17.15), ha una durata di otto mesi e si concluderÃ , quindi, a giugno. Possono parteciparvi i bambini/e dai 4 ai 12 anni, che vengono divisi in base alle attitudini e allâ€™etÃ .

Il Centro di Avviamento allo Sport si pone come obiettivo lâ€™incremento dellâ€™attività fisica, finalizzata alla realizzazione di un sano movimento. La finalità primaria Ã , 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 Ã , in maggior parte, ludico per i piccoli e di avviamento allo sport per i piÃ¹ grandi, nellâ€™ottica anche di un rilancio del settore Atletica Leggera della storica societÃ cittadina presieduta da Giuseppe **Carmignani**. Il corso, coordinato dal professore Antonio **LaganÃ** (responsabile del CAS) assieme ai professori Roberto **Tracuzzi**, Gabriele **Rinaldi**, Francesco **Cannistraci** e Massimo **Ania**, punta, inoltre, ad unâ€™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.



Per informazioni e per iscriversi Ã possibile rivolgersi nei giorni dispari (dalle ore 16 alle 18),  
presso il campo di atletica "Cappuccini", al prof. Antonio LaganÃ o telefonare ai  
numeri 0908-27410274; 349-6622926; 320-8344518.

### Categoria

1. Atletica
2. Sport Vari

### Data di creazione

2 Ottobre 2013

### Autore

redazione

default watermark