# PROGETTI E ATTIVITA' SVOLTE NEL CORSO DELL'ANNO SPORTIVO 2019/2020

"CAMPIONATO SERIE A2 WHEELCHAIR HOCKEY SQUADRA SEN MARTIN"

da ottobre a maggio, per seguire la squadra del SEN MARTIN: www.senmartin.it, FB "sen martin Modena"

#### APPUNTAMENTI SPECIALI

17 Aprile: TRASFERTA A PALERMO Maggio: COPPA ITALIA E FINALI CAMPIONATO A LIGNANO SABBIA D'ORO"

SENTIRSI PIÙ SICURE, a cura di Geesink due a.s.d. INTEGRAJUDO a cura di Geesink due a.s.d. GINNASTICA PER LA TERZA ETÀ E PER LE DONNE, a cura di Polisportiva ARCI Spilamberto

> SPORT PER L'INTEGRAZIONE, con la collaborazione di Pallavolo Spilamberto a.s.d., Scuola Pallacanestro Spilamberto, Polisportiva Arci Spilamberto, Coperta Corta ODV

# PROGETTI NELLE SCUOLE

PALLAVOLO S3 E SPIKEBALL a cura di Pallavolo Spilamberto a.s.d.

#### KEEP CALM 2020 LOTTA LIBERA-MENTE 2020

laboratori di educazione fisica e sport volti alla prevenzione del bullismo e altri comportamenti scorretti, a cura di Associazione Genitori e Amici del Fabriani e Il Cassetto dei sogni a.s.d.

EASY BASKET nella scuola primaria e scuola secondaria di 1° grado, a cura di Scuola Pallacanestro Spilamberto JUDO nella scuola primaria e scuola secondaria di 1° grado a cura di

Geesink Due a.s.d.

#### PER INFO:

Struttura Cultura, Turismo, Sport e Biblioteca "P. Impastato" Tel. 059/789966 sport@comune.spilamberto.mo.it cultura@comune.spilamberto.mo.it www.comune.spilamberto.mo.it



Un progetto di comunità per uno sport etico, solidale e responsabile





C. Severino Fabriani



# **MARZO**



# MERCOLEDÌ 4 ORE 20 45 Spazio Eventi L. Famigli

"Lo Sport e i giovani: divertimento o competizione?"

Relatore: Claudia Bellucci, psicologa e pedagogista

Ting - Centro Studi Discontinuo

### **DOMENICA 8 ORE 9.30** Centro storico

Muovi Spilla - MUOVI IN GIALLO AVIS Spilamberto, MuoviSpilla

# **DOMENICA 8 ORE 15.30**

Centro storico

(in caso di maltempo palestra viale Marconi) "Flashmob con le allieve del corso "Ballasnella"

Latindeg asd

### **LUNEDÌ 16 ORE 14.00** Circolo Centro Cittadino

"I rimedi fitoterapici di utilizzo più comune, indicazioni ed eventuali interferenze con terapie farmacologiche" Relatore: Dr.ssa Graziella Nardini MMG AUSL Distretto di Vignola

Circolo Centro Cittadino, Casa della Salute Spilamberto

### DOMENICA 22 ORE 15.00 Palestre Viale Marconi

Open day Ballasnella"Benessere in rosa" Latindeg asd

# VENERDÌ 27 ORE 9.00 Centro Sportivo 1<sup>^</sup> Maggio

Giochi Sportivi

per gli alunni della scuola secondaria di 1º grado dell'Istituto Comprensivo S. Fabriani

# DOMENICA 29 ORE 9.30

Palestra Via S. Maria

"Impara a rilassarti" Semplici posizioni yoga, respirazioni, esercizi

di rilassamento Orizzonti asd

# DOMENICA 29 ORE 10.00

Piazzale Rocca Rangoni

"Muovi Spilla - Tutti Assieme per FA.VO.L'A"

AVIS Spilamberto - MuoviSpilla, Associazione Fa.vo.l'a

# LE INIZIATIVE PROSEGUIRANNO NEI MESI DI MAGGIO E GIUGNO

# APRILE

# MERCOLEDÌ 1 ORE 20 45 Sala del Torrione

I quattro pilastri della salute" l'ABC di come stare bene in salute applicando semplici conoscenze di base

Relatore Dott.ssa Miria Manni e Costanza Pelucchi Ting - Centro Studi Discontinuo

# MERCOLEDÌ 8 ORE 20 30 Sala del Torrione

"Stile di vita e salute: cos'è realmente lo stile di vita? Che relazione ha con la salute?" Relatore Franco Pradelli operatore olistico e personal trainer di Orizzonti A.S.D.

# MERCOLEDÌ 15 ORE 20.45 Sala del Torrione

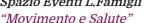
"Cervello giovane"

mantenere la plasticità del cervello migliora la nostra qualità di vita.

A cura di Fabio Preti

Ting - Centro Studi Discontinuo

# MERCOLEDÌ 22 ORE 20 30 Spazio Eventi L. Famigli



incontro con il Dott. Savino Gustavo, responsabile Servizio di Medicina dello Sport Ausl di Modena. A seguire presentazione dell'App di Muovispilla Avis, MuoviSpilla, Casa della Salute Spilamberto

### **SABATO 25 ORE 8.30** Vie del Paese, partenza da Piazza Roma

33<sup> Biciclettata di Primavera</sup> Circolo Arci Polisportiva Spilambertese

#### DOMENICA 26 ORE 9.30

Piazzale Rocca Rangoni

Muovi Spilla Tutti Assieme AVIS Spilamberto MuoviSpilla

# MERCOLEDÌ 29 ORE 20.45 Spazio Eventi L.Famigli

"Vivere on line"

Relatore Dott.ssa Sabine Eck e Nives Bonantini Ting - Centro Studi Discontinuo



Giornate di Prevenzione al Melanoma a cura dell'Associazione Amici dell'ANT Per informazioni e prenotazioni: Fondazione ANT Italia Onlus +39 059/766088



