

# IL GRUPPO MBT DEL GS PAINA 2004 CERCA ISTRUTTORI DI MOUNTAIN BIKE

## Richieste capacità tecniche di base, buona volontà e pazienza

a cura del gruppo MBT del GS Paina 2004

**A**ttiva oramai da diversi anni all'interno del GS Paina 2004, gruppo sportivo attivo in seno all'Oratorio di Paina, la sezione **Mountain Bike del GS** organizza dal 2016 **corsi di Mountain Bike** per bambini e ragazzi con l'intento di contribuire alla diffusione di questo sport e dei principi fondativi su cui si basa l'attività oratoriana.

La sezione MTB effettua attività con piccoli atleti dalla prima elementare alla terza media tutti i sabato pomeriggio e in alcuni casi la domenica mattina, **da marzo a giugno e da settembre a novembre**. La sezione può contare sulla collaborazione di Maestri di Mountain Bike della Federazione Ciclistica Italiana e su Istruttori Sezionali (tutti volontari) che accompagnano bambini e ragazzi, di solito organizzati in due gruppi, nelle varie attività organizzate. I programmi sono fatti in modo tale da effettuare sia le attività di istruzione vere e proprie di base (pedalare, frenare, cambiare, curvare, procedere in fila, affrontare salite e discese) che quelle più evolute (salire e



scendere da un ostacolo, affrontare salite o discese ripide, saltare, curvare in modo evoluto, affrontare percorsi fuoristrada di diverse difficoltà) permettendo la loro messa in pratica sul campo.

Le lezioni si svolgono prevalentemente in ambiente naturale, boschi, sentieri, parchi della zona (Giussano, Mariano, Cabiata etc) legando le escursioni con le attività didattiche vere e proprie, cercando di coniugare il divertimento con l'apprendimento tecnico, comportamentale, etico dei bambini e dei ragazzi.

Gli istruttori non si occupano solo di

trasmettere le capacità tecniche o condizionali ma anche quelle comportamentali di gruppo, quelle etiche come il rispetto degli altri, delle regole, dell'ambiente che ci circonda.

Il Corso di MTB ha avuto in questi anni un notevole successo ed ha incrementato anno dopo anno gli iscritti ma, dove c'è un gruppo di ragazzi che sogna di andare in bici, serve un istruttore pronto ad accompagnarlo. Rivolgiamo quindi un appello ad Istruttori Qualificati per la MTB o anche a semplici appassionati, di farsi avanti e partecipare alle nostre attività didattiche collaborando con i nostri istruttori. Si richiede un impegno che comprende di solito il sabato pomeriggio, dalle 15.00 alle 17.00 circa, capacità tecniche di base in MTB, buona volontà, pazienza e la condivisione dei principi su cui si basa l'attività del GS Paina.

Attendiamo con piacere i volontari per condividere le nostre attività. Buone pedalate a tutti.

Per info scrivere a [mtbpaina@gmail.com](mailto:mtbpaina@gmail.com) o contattare il numero **328 8432418**

## ALLA GIUSSANESI IL REGIONALE ALLIEVI



Il 12 giugno l'ASD Giovani Giussanesi organizzerà il campionato regionale della categoria Allievi.

Questa la notizia che poche settimane fa abbiamo appreso con grande piacere da parte del Comitato Regionale Lombardo della Federazione Ciclistica Italiana. Ancora più piacevole sapere che l'assegnazione è stata frutto anche del lavoro positivo e della crescita che la Giussanesi ha dimostrato in questi ultimi anni.

La macchina organizzativa è già partita; molto c'è da fare, ma un obiettivo su cui si è mossa fin da subito l'associazione è quello di disegnare il tracciato di gara tutto all'interno del territorio del Comune di Giussano, per rendere ancora più forte il legame che abbiamo con questo territorio.

I dettagli sono ancora in fase di definizione ma la speranza è

quella di avere molti spettatori sia sulle strade che nella zona di arrivo dove l'intenzione è quella di organizzare anche un punto di ristoro.

Ringraziamo sin da subito tutti i nostri sponsor e coloro che ci supporteranno per l'evento. Non ultima l'amministrazione comunale che si è dimostrata sin da subito vicina all'evento e se qualcuno fosse disposto a darci una mano ... vi aspettiamo con piacere (per informazioni [info@giovanigiussanesi.it](mailto:info@giovanigiussanesi.it)).



# L'ATLETICA VIS NOVA SI PREPARA ALLA NUOVA STAGIONE AGONISTICA

## Ottimi risultati e numerose vittorie nella specialità invernale della Corsa campestre

a cura dell'Atletica Vis Nova

L'atletica è una specialità sportiva dove l'agonismo è un elemento fondamentale ed essenziale.

Non ci si allena solo per "stare bene ed in salute"; in una società di Atletica ci si allena e ci si prepara per gareggiare, competere con se stessi e con gli altri. Pur essendo uno sport individuale, nella maggior parte delle diverse specialità che la compongono, l'atletica sviluppa un importante senso di appartenenza al gruppo (team), alla comunità degli atleti, alla propria società.

In questa stagione invernale la regina delle specialità è la **Corsa Campestre**. Il Cross per Tutti è una manifestazione che prevede 6 prove che si tengono, una alla settimana, in diverse località della Regione e che conducono, a metà marzo, alla partecipazione a diversi Campionati Regionali e Nazionali. **Un folto gruppo di atleti/atlete della Vis Nova vi partecipa. Circa 70/80 atleti per ogni tornata, nelle diverse località, gareggiano per ogni gara.**

Ogni appuntamento del **Cross Per Tutti** consta di 22 gare per includere tutte le categorie, maschili e femminili, dagli Esordienti di 5 anni agli Juniores o Promesse. In ragione della categoria i percorsi sono diversi e più o meno impegnativi. Dai 400mt dei più piccoli ai 6 Km per gli Juniores e Promesse.



Gli atleti e le atlete del Vis Nova sono sempre competitivi e lottano sino alla fine nelle loro gare; molti raggiungono posizioni di rilievo, altri vincono. Oltre a parecchi ottimi risultati e vittorie, tutti contribuiscono, con il punteggio individuale di prestazione, a costruire la Classifica fra le Società della Lombardia partecipanti.

Fra le vittorie citiamo la **prima prova a Canegrate** (Forcolin Chiara 1° EF5, Striatio Tiago 1° così come Striatio Luca Angelo) la **prova ultima di Lissone** (Striatio Tiago Esordienti 8anni, Striatio Luca Angelo fra gli Esordienti 10anni). Seguono i piazzamenti di Duoccio Giada 7° EF5, Rossi Irene 4° fra le Allieve, Monti Matteo 6° fra gli Juniores, Forcolin Letizia 5° EF8, Forcolin Francesco 5° EM10, Folcio Giuseppe 6° EM8 ed altri ancora nelle posizioni di rincalzo, sempre portando punti preziosi alla Società.

Significativi sono soprattutto i risultati delle Classifiche per Società dove vengono date le posizioni sia Assolute (atleti di categorie Allievi, Juniores, Promesse, Seniores) sia la posizione delle categorie giovanili. **La quarta prova di Cinisello Balsamo** di domenica 20 febbraio ha visto la partecipazione di più di **50 atleti** nelle diverse categorie. Ricordiamo **due primi posti** conquistati rispettivamente da **Tiago Striatio e Luca (Angelo) Striatio**, il **3° posto di Chiara Forcolin**, il **4° di Andrea Serrao**, il **6° di Giuseppe Folcio** e via così a fare punti preziosi per la classifica a squadre.

Parlando di squadre, la **Giocatletica** ha partecipato alla **4° Tappa del Cross** tenutasi a Cinisello Balsamo in una splendida giornata.



Nella foto il gruppo di partecipanti del "Giocatletica"

Si è svolta anche una gara di Corsa Campestre ad Arcisate (VA) che, per alcune categorie, valeva come Campionato Regionale. Per l'Atletica Vis Nova hanno partecipato, fra gli Juniores, **Matteo Monti 23°**, fra gli Allievi **Andrea Zanetto 44°**. Ottima la prova di carattere di **Irene Rossi 9°** nella gara delle Allieve.

FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA  
Comitato Regionale LOMBARDIA

### CROSS PER TUTTI 2022



N°	TEAM	CLASSIFICA GIOVANILE M/F						TOTALE
		1^ PROVA CANEGRATE 23/01/2022	2^ PROVA CESANO MI 30/01/2022	3^ PROVA LISSONE 06/02/2022	4^ PROVA CINISELLO B. 20/02/2022	5^ PROVA PADERNO D. 27/02/2022	6^ PROVA BRUGHERIO 06/03/2022	
1	M1302 - P.B.M. BOVISIO MASCAGO	989	2379	4257	0	0	0	7625
2	M1352 - EUROATLETICA 2002	1294	2333	3362	0	0	0	6989
3	M1770 - ATLETICA MENEGHINA	1073	1789	3399	0	0	0	6261
4	M1214 - ATL. VIS NOVA GIUSSANO	1109	1354	3184	0	0	0	5647
5	M1065 - ATL. CONCOREZZO	754	1569	3185	0	0	0	5508

**Su 70 Società partecipanti**

Nella foto le Classifiche sia Giovanili che Assolute delle prime 3 Prove