



- Pag. 1 Mostra d'arte - 'Arte e motori'
Inaugurazione 18 Gennaio ore 17:30
- Pag. 2 Tornei natalizi di carte
- Pag. 3 Cosa farò da grande? Il mio futuro
comincia oggi - Educational consulting
25 Gennaio ore 16:00
- Pag. 3 Mini Club
- Pag. 3 Quota associativa 2020
- Pag. 4 Tête-à-Tête con l'arte di Giorgio de Chirico
9 e 12 Gennaio
- Pag. 4 I Grandi della Musica
19 Gennaio ore 17:00
- Pag. 4 Tombola della befana
6 Gennaio ore 15:30
- Pag. 5 Mostra d'arte 2 - 'Contrasti veneziani'
- Pag. 5 Gita sulla neve 2020
- Pag. 5 MSO Meridiana Solidarietà Onlus
- Pag. 6 Ristorazione
- Pag. 6 Torneo Stellare di Natale - risultati
- Pag. 6 Presentazione libro fotografico
14 Gennaio ore 20:30
- Pag. 7 Palestra
- Pag. 7 Scuola Tennis - Festa Natale
- Pag. 7 Tornei e Stage
- Pag. 8 FIT Junior Program - individuale
- Pag. 8 Running Club
- Pag. 8 Palestra

MOSTRA D'ARTE

Arte e motori

Un tema artistico sentito particolarmente a Modena, città di Ferrari e Maserati, quello della mostra Arte e Motori che inaugura **sabato 18 gennaio alle ore 17.30** presso il Club La Meridiana. **Dal 18 gennaio al 06 febbraio** saranno esposti i lavori di artisti, illustratori e designer noti nel settore automobilistico.

Tra questi: il pittore reggiano **Marco Arduini** è diplomato all'Istituto d'Arte "G. Chierici" di Reggio Emilia, lavora su tavola, tela e carta antica. La sua ricerca è ispirata alla Pop Art americana con rivisitazioni dei "Racconti di Viaggio" degli anni 60-70. I suoi sono racconti realistici con piloti, macchine da corsa e aerei. Una sua opera è nella Collezione della Fondazione Pio Alfarano e Virginia Ippolito a cura di V. Sgarbi. È stato finalista nel 2010 al Premio Arte Mondadori (Milano). Ha esposto alla 54° Biennale di Venezia.

Il Maestro d'arte padovano **Massimo Beretta** segue il filone della Motoring art con interpretazione onirico-metafisica e neo futurista del suo soggetto preferito: l'automobile.

Illustratore di note riviste del settore automobilistico, ha prodotto locandine e manifesti per importanti eventi storico motoristici nazionali e internazionali: Mille Chilometri Dolomitica (2004-2013), Valore tricolore (2011) e Passione Engadina (2013-2014). L'artista veronese **Nicola Danzi** è



Gabriele Guidetti

dipломato al Liceo artistico di Verona. Dopo aver lavorato per diversi anni come grafico creativo e designer di accessori motociclistici si dedica principalmente alla pittura. Trasferitosi per 5 anni a Londra, perfeziona una tecnica personale. Il London Motor Museum di Londra espone sue opere in permanenza. Una sua opera è nella collezione del Museo Lamborghini di Fano (BO).

L'artista modenese **Roberta Diazzi** si diploma presso l'istituto d'arte "Venturi" acquisendo un personalissimo codice stilistico-espressivo riconducibile ai grandi della Pop Art: Andy Warhol per la serialità delle sue raffigurazioni e Roy Lichtenstein per la revisione stilistica derivata dal fumetto. Tra i suoi collezionisti la principessa Carolina di Monaco, Luciano Pavarotti, la famiglia Ferrari, Montezemolo e altri.

segue a pagina 2



Roberta Diazzi

continua da pagina 1

Espone due automobili di grandi dimensioni ad olio su tela.

L'artista bolognese **Gabriele Guidetti** collabora da anni come illustratore con riviste del settore automobilistico quali Rombo, Autosprint, Ruoteclassiche, Autocollezioni Magazine, EpcAuto ed altre.

Dal 2000 è curatore di varie collezioni per l'editoria dove

esegue i rilievi dei veicoli originali e segue la realizzazione in scala del modello in Cina.

Espone raffinate illustrazioni ad acquerello su carta.

Curata da Barbara Ghisi la mostra resterà **aperta fino al 6 febbraio tutti i giorni dalle ore 10 alle 19.**

Per maggiori informazioni sugli eventi: 328 8662152 (Barbara Ghisi)

Mostra da non perdere!



Marco Arduini



Massimo Beretta



Nicola Danzi

Tornei natalizi di carte

Classifica a coppie

Pinnacolo

- 1° Iginò Berselli e Paolo Poli
- 2° Carlo Zecchini e Siligardi Oreste
- 3° Franco De Bernardinis e Maria Pia D'Ambrosio
- 4° Loretta Consolini e Carla Macchioni
- 5° Ornella Ferrari e Valeria Zanni
- 6° Maria Pia Falconi e Ferdinando Rosa

Briscola

- 1° Vainer Mantovani e Cosimo Laera
- 2° Luca Muratori e Gianni De Pietri
- 3° Graziano Torricelli e Paolo Poli
- 4° Uber Mazzi e Maurizio Gozzi
- 5° Carlo Dari e Umberto Martiniello
- 6° Maria Pia Falconi e Ferdinando Rosa

Burraco

- 1° Loretta Galassini e Daniela Corciolani
- 2° Uber Mazzi e Maurizio Gozzi
- 3° Paola Zanasi e Gianna Benedetti
- 4° Guido Aldini e Maria Enza Palazzi
- 5° Graziano Torricelli e Umberto Martiniello
- 6° Iginò Berselli e Paolo Poli



EDUCATIONAL CONSULTING

Cosa farò da grande? Il mio futuro comincia oggi

Discutiamone insieme con Katja Iuorio, Educational Consultant

Sabato 25 Gennaio 2020 alle ore 16:00, presso le sale della Villa del **Club La Meridiana**, la dottoressa Katja Iuorio, esperta di educational consulting, terrà un incontro dedicato ai genitori e ai ragazzi, sulle attività propedeutiche alla scelta del percorso più giusto dopo le scuole superiori e su come arrivarci preparati nel modo migliore. I genitori con figli pre-adolescenti o adolescenti che frequentano le **scuole superiori**, più volte si saranno posti il problema, o anche solo il dubbio o il pensiero, di quale potrà essere il futuro scolastico dei propri ragazzi, da lì a pochi anni, e quel punto le domande si sovrappongono:

in Italia, all'estero, dove, come, e nel caso sia un agonista quali possibilità potrà avere, e se chiede di frequentare il 4° anno all'estero?

Ed è allora che si comincia a parlare con altri genitori o a navigare in Internet, avendo però la sensazione di non ottenere risposte esaustive o certe, e i dubbi comunque rimangono.

Il **panorama dell'istruzione** è cambiato molto negli ultimi anni.

È fondamentale chiarire obiettivi, potenzialità e aspettative per sfruttare al meglio la splendida opportunità di studiare all'estero. Immaginando il futuro e dandogli forma.

Non esiste la scuola perfetta: **esiste la scuola adatta a ogni singolo studente**. Per questo è importante studiare per tempo obiettivi e interessi ma anche la personalità e le esigenze dello studente per individuare la struttura migliore in termini di stile di apprendimento, location, materie e tessuto sociale.

Le **attività extra-curricolari** rivelano potenzialità importanti dello studente. Che si tratti di uno sport, di attività di volontariato o di uno stage.

Lo sa bene chi si occupa delle ammissioni al college. Da un lato è importante dare il giusto rilievo alle attività svolte dallo studente negli anni della formazione. Dall'altro comprendere l'importanza delle diverse attività che svolgerai al college.

Tutto quello che si fa diventerà parte integrante del percorso e permetterà di sfruttare al massimo un'esperienza unica. Migliorando il proprio curriculum in vista dell'inserimento nel mondo del lavoro.

La dottoressa **Katja Iuorio** si occupa da molti anni di tematiche legate agli adolescenti. Vicino al mondo accademico nazionale e internazionale è da sempre convinta che un percorso di orientamento mirato nei tempi e nelle modalità permetta ai ragazzi di fare scelte vincenti per il loro futuro. Il suo **approccio è complessivo**: non si limita alla scelta del percorso accademico, ma indirizza i ragazzi verso un'esperienza ricca e soddisfacente dal punto di vista formativo, personale e sociale (www.katjaiuorio.it)

Sabato 25 Gennaio insieme a lei, si forniranno alle famiglie e ai ragazzi **strumenti conoscitivi e pratici** per orientarsi a trovare **la propria strada tra tante possibilità**. Sarà possibile porre domande ed esprimere i propri dubbi. L'incontro è aperto a tutti.

Per informazioni e prenotazione, settore sportivo tel. 059 550153 o settore sportivo@clublameridiana.it



SABATO 25 GENNAIO
ore 16:00

COSA FARO' DA GRANDE?

IL MIO FUTURO COMINCIA OGGI

Discutiamone insieme con **Katja Iuorio**,
Educational Consultant

ILCA  

Incontro orientativo sul tema della formazione post scuola superiore dedicato a famiglie e ragazzi

@ Villa del CLUB LA MERIDIANA
Via Fiori 23
Casalballo di Formigine (MO)

MINI CLUB

Tutte le domeniche, **dalle 15:30 alle 19:30**, i bambini potranno trascorrere un pomeriggio di giochi e divertimento, insieme all'animatrice Veronica e agli altri bimbi del Club. Tante sono le novità di quest'anno, laboratori e attività.

Programma di Gennaio

5 Gennaio: Se un biglietto per la befana vuoi creare, al mini club dovrai arrivare, con tante idee da realizzare e nuovi amici da incontrare

12 Gennaio: Una storia inventeremo se tutti in cerchio staremo e un bel teatro per narrare creeremo.

19 Gennaio: Con il Das nuove forme misteriose costruiamo, con le quali poi giocheremo.

26 Gennaio: Un bel cartone guarderemo, se al mini club andremo e tutti insieme seduti al buio staremo.

QUOTA ASSOCIATIVA 2020 PRIMA RATA

Il 31 gennaio 2020 è in scadenza il pagamento della prima rata relativa alla quota associativa dell'anno 2020.

Ricordiamo che, a parte per i sottoscrittori dei RID (addebito automatico in banca che è già stato predisposto), l'importo di euro 1.210,00 può essere versato direttamente presso la segreteria del Club tramite assegno, carta di credito, bancomat o contante. In alternativa, il pagamento potrà essere effettuato direttamente con bonifico bancario sul conto corrente del Club avente IBAN: **IT 39 V 05387 66780 0000 0000 2202**.

Per informazioni contattare l'ufficio amministrativo: 059/550153.

PERCORSO NELL'ARTE

TÊTE-À-TÊTE con l'arte di Giorgio de Chirico

Si inaugura con il mese di Gennaio il **percorso nell'arte** che il Club La Meridiana propone ai propri soci.

Attraverso gli incontri con la professoressa **Lucia Peruzzi**, esperta e apprezzata professoressa di storia dell'arte, verremo accompagnati alla scoperta di prestigiose mostre ed esposizioni presso i più importanti musei italiani. Le visite saranno precedute da una lezione introduttiva, tenuta dalla stessa professoressa.

Iniziamo il percorso conoscendo Giorgio De Chirico (9 Gennaio l'incontro e 12 Gennaio la visita alla mostra, presso Palazzo Reale a Milano)

La seconda tappa di questo percorso nell'arte non ci condurrà molto lontano da casa, visiteremo infatti la **Galleria Estense di Modena** con il suo patrimonio artistico accu-

mulato dai duchi d'Este fin dagli anni gloriosi della signoria ferrarese. Dipinti, sculture, maioliche, disegni, ma anche avori, medagli, bronzetti, finanche strumenti musicali, per osservarli con occhi diversi e più consapevoli. Anche in questo caso la visita sarà preceduta da una lezione presso la villa del Club, nei giorni che la precedono.

Sarà un'esperienza unica!

Prof. LUCIA PERUZZI di Modena, nota insegnante di storia dell'arte presso il Liceo classico San Carlo, oggi Curatrice delle raccolte d'arte della Bper Banca nonché della Galleria aperta nel 2017 presso la sede centrale della Bper. Autrice di varie pubblicazioni tra le quali il catalogo dipinti antichi del Museo civico di Modena e curatrice della mostra dedicata al pittore del 600 Ludovico Lana.

RASSEGNA MUSICALE

La Grande Musica per il Grande Cinema

Presso la **Club House**, tutte le terze domeniche del mese, alle ore 17:00 si svolge la 3° edizione della rassegna di musica classica. Quest'anno verranno eseguite le colonne sonore dei film più importanti del panorama cinematografico italiano e internazionale.

Accanto al M° **Gentjan Llukaci** (violino) e al M° **Stefano Malferrari** (pianoforte), sarà presente il M° **Matteo Malferrari** per illustrare **le strutture e le funzionalità** che celebri musiche rivestono all'interno del film.

L'interpretazione musicale verrà **accompagnata da riproduzioni di parti dei film** di riferimento.

Ognuno di noi certamente ricorda almeno una melodia che riporta alla memoria un particolare film, un'emozione, inducendoci a memorizzarne il motivo.

Nel '900 sono stati composti e prodotti negli Stati Uniti alcuni dei musicals più importanti della

storia del teatro musicale che la conseguente trasposizione cinematografica li ha consacrati come alcune delle pellicole più celebri del mondo del Cinema. Ecco allora che nell'incontro di **domenica 19 gennaio**, verranno presentati alcuni degli straordinari brani che il cinema ha immortalato con celeberrime pellicole quali West Side Story, Les Miserables, Tutti Insieme Appassionatamente, solo per citare alcuni dei famosissimi titoli che accompagneranno l'ascoltatore in una storia della commedia.

Matteo Malferrari le spiegherà analizzando e raccontando aneddoti relative alla loro creazione, mentre Gen Llukaci e Stefano Malferrari le eseguiranno in un'affascinante versione per violino e pianoforte.

Gli appuntamenti domenicali si concluderanno con il **consueto buffet in villa**, in compagnia degli artisti.

RASSEGNA MUSICALE
3° EDIZIONE

LA GRANDE MUSICA PER IL GRANDE CINEMA

Domenica 20 ottobre riportano gli appuntamenti concertistici con i maestri **Gentjan Llukaci** al violino e **Stefano Malferrari** al pianoforte, nelle sale della settecentesca villa del Club La Meridiana. Quest'anno presentano le **COLONNE SONORE** dei più importanti film, con la partecipazione straordinaria del maestro **Matteo Malferrari** che ne illustrerà struttura e funzionalità all'interno del film.

Evento aperto a tutti gli appassionati di musica classica, soci e non

PROGRAMMA:

- 20 ottobre 2019 ore 17.00 - Cinema Italiano
- 17 novembre 2019 ore 17.00 - Cinema Americano
- 19 gennaio 2020 ore 17.00 - Musical
- 16 febbraio 2020 ore 17.00 - Cinema Italiano
- 15 marzo 2020 ore 17.00 - Cartoni Animal W. Disney

A seguire ogni appuntamento aperitivo con i Maestri

Gradita prenotazione 059 550253 settore sportivo

CLUB LA MERIDIANA - Via A. Fiacchi n° 23 - CASINALBO di FORMIGINE (MO)



TOMBOLA DELLA BEFANA

Lunedì 6 Gennaio, a partire dalle 15:30, si terrà la tradizionale **"Grande Tombola della Befana"** presso le sale della Club House. La prima parte sarà dedicata ai bambini e a seguire quella per i più grandi. In palio ricchi premi! Vi aspettiamo!!!

MOSTRA D'ARTE 2

Contrasti veneziani

Contrasti è la parola che emerge visitando la mostra fotografica curata da Barbara Ghisi che vede come protagonisti a Modena, Carlo Olivieri e Guido Roli. Nell'ingresso al piano terra e nelle due sale al piano superiore della villa settecentesca del Club La Meridiana ci si trova immersi nell'atmosfera veneziana. Ma attenzione, in due tipologie completamente opposte tra loro dalle quali scaturiscono percezioni e sensazioni nettamente differenti. Un evidente colpo d'occhio e una ricerca concettuale caratterizzano le

foto di **Carlo Olivieri**, dove ogni istantanea emerge per i vivaci colori. Le sue sono immagini reali del pittoresco paese di Burano, ripulite del superfluo per ottenere solo l'essenziale. Notevole è la cura nella composizione e nell'inquadratura che ben evidenzia il contrasto attraverso geometrie perfette, servendosi sia degli elementi che della cromia. Fotografie minimalistiche di architetture dove le ombre proiettate creano linee che a loro volta si rinnovano facendo emergere nuove forme. I riflessi

nelle acque dei muri colorati, sembrano dipinti astratti che ricordano le trame dei tessuti di Missoni. Le fotografie esposte riprendono sia i particolari nelle macro, che le vedute di più ampio spettro. Visioni veneziane piene di vivacità, movimento, allegria ed elementi celati che si vogliono far emergere, quelle di Carlo Olivieri. Negli scatti di **Guido Roli** invece,

sembra che il mosso e lo sfocato, seguano cliché piuttosto ricercati per creare l'atmosfera romantica della scena. Sono ritratti a colori o in bianco e nero di fanciulle mascherate durante il carnevale di Venezia che vengono quasi sempre catturate dall'obiettivo a sinistra della scena, come in disparte o in divenire. Velate come dall'atmosfera del tempo o avvolte dalla nebbia come a suggerire una solitudine introspettiva. Sensuali e misteriose queste donne veneziane, adorne di pizzi e merletti, sfidano l'osservatore

a volte ammiccando, a volte sfuggendo al suo sguardo. La sapiente scelta nell'uso del bianco e nero sottolinea il contrasto all'interno del soggetto stesso. Qui la fotografia esalta la sua capacità di provocare emozioni, e l'utilizzo di questo quale strumento analitico. Poi ci sono le visioni livide e ovattate dei canali, delle gondole e dei ponti sempre con la presenza di un osservatore solitario avvolto nell'intimità dei propri pensieri. Come chiamare quindi se non "Contrasti veneziani" questa doppia personale

di Olivieri e Roli, che con maestria rivelano, il fascino ambiguo delle atmosfere e della gente di uno dei territori tra i più pittoreschi e visitati del mondo. **Aperto tutti i giorni dalle ore 10 alle 18:30 fino al 16 Gennaio (escluso 25 Dicembre e 01 Gennaio)**
Per maggiori informazioni sugli eventi: 328 8662152 (Barbara Ghisi)



GITA SULLA NEVE 2020

Da giovedì 30 Gennaio e domenica 02 Febbraio, il Club La Meridiana organizza un lungo week-end per gli appassionati di sci, per chi ama la montagna d'inverno, per chi sta pensando di andare con la famiglia sulla neve...insomma per tutti!!!

L'hotel **TH RESORT** di Courmayeur mette a disposizione diverse tipologie di camere per soddisfare ogni richiesta.

Chiunque fosse ancora interessato, può contattare il Sig. Razzoli all'indirizzo enrico.razzoli@alice.it per valutare la disponibilità di camere.

Ricordiamo, anche a coloro che hanno già prenotato, che per qualsiasi tipo di informazione devono rivolgersi al Sig. Razzoli. Si prega di **non contattare** direttamente l'Hotel TH Resort. Le piste innevate di COURMAYEUR vi aspettano!!!

MERIDIANA SOLIDARIETÀ ONLUS

Carissimi socie e soci, Meridiana solidarietà Onlus è lieta da augurare a tutti voi e alle vostre famiglie, un sereno e prospero anno nuovo. Con l'occasione vogliamo ringraziare un gruppo di socie del nostro Club che hanno donato una cifra per pagare tutto il pranzo e i doni della festa degli auguri riservata agli anziani indigenti. Grazie per essere sempre pronti a sostenere le nostre iniziative. Vi aspettiamo alla nostra ormai tradizionale polentata di beneficenza che si terrà a Febbraio. Rinnoviamo i nostri più sinceri auguri di un bellissimo 2020.

Meridiana solidarietà Onlus

RISTORAZIONE



Comunichiamo ai sigg. Soci che, **da martedì 7 a giovedì 23 Gennaio** compresi, il ristorante del Club e la pizzeria rimarranno chiusi per ferie.

In queste due settimane sarà disponibile solo il bar con orario di chiusura anticipato alle ore 20:00.

TORNEO STELLARE DI NATALE 2019 RISULTATI



È stato disputato venerdì 13 Dicembre, il Torneo Stellare 2019, giallo doppio maschile e femminile.

Nel **maschile** la vittoria è andata a Simone Ciacci, seguito da Matteo Vandelli.

Il terzo posto è stato occupato da Christian Pastore e al 4° posto troviamo Marco Trifilio. Nel **femminile** il podio è di Marzia Montecchi, il secondo gradino è stato conquistato da Francesca Ciacci e terza si è classificata Cristina Ottani.

La serata si è conclusa con la premiazione dei vincitori durante un aperitivo musicale al ristorante.

Presentazione libro fotografico

Martedì 14 Gennaio alle ore 20.30, presso la villa del Club La Meridiana si terrà una serata con **proiezione di audiovisivi e fotografie** dei due fotografi attualmente in esposizione nella mostra **Contrasti veneziani**: Carlo Olivieri e Guido Roli. Sarà presentato anche il **catalogo fotografico** realizzato appositamente per la mostra.

Carlo Olivieri nato a Modena nel 1947 si è avvicinato al mondo della fotografia nel 1972, "spinto" da amici che frequentavano corsi sulle tecniche fotografiche. Da subito è entrato nei circoli fotografici modenesi, ed in particolare è stato iscritto al "Circolo Fotografico Colibrì".

Ha avuto modo di imparare guardando e studiando le fotografie dei fotoamatori FIAF del tempo, pluripremiati nei concorsi nazionali ed internazionali. Notevole poi l'influenza dei grandi fotografi locali del tempo quali: Cambi, Tosi, Fontana, Ghirri e Pantaleoni. La frequentazione di studi di architettura e di insegnanti di educazione artistica, ha permesso di sopperire, in parte, alla mancanza di studi artistici. Pur non disdegnando il ritratto, il paesaggio e la fi-

gura ambientata, la formazione tecnica ha influenzato sicuramente il suo modo di fotografare, prediligendo immagini minimalistiche e tendenti alla grafica.

Guido Roli inizia a fotografare nel 1975. Nel 1988 è co-fondatore con alcuni amici tra cui Giovanni Brandoli, del Gruppo fotografico Arcobaleno con cui collaborano ad iniziative del Teatro Comunale e del Teatro Storchi. Ha esposto in mostre collettive e personali a Modena: *Magnificat* presso la Chiesa del Voto, *Auschwitz* presso libreria Feltrinelli, *Circo Bidon*

alla Galleria del Paradisino. Ha curato la documentazione della GM della Gioventù per il Centro Pastorale Giovanile dell'Arcidiocesi di Modena con la pubblicazione del CD. Ha collaborato con il poeta e scrittore Luigi Gozzi e la compagnia teatrale "Gli aggregati" creando un connubio tra la fotografia e la poesia. Con *Arcobaleno* nell'anno dedicato alle disabilità, entrambi i fotografi in mostra, hanno progettato e partecipato in collaborazione con ASHAM, ANFASS e il giornalista Massimiliano Ranellucci alla realizzazione del libro *Traguardi*, ed alla mostra *Conosciamoci*.

Evento ad ingresso libero, da non perdere!

Per informazioni e prenotazioni contattare la segreteria sportiva 059 550153 settore sportivo@clublameridiana.it

CLUB LA MERIDIANA
Presenta
Incontro con gli artisti
CARLO OLIVIERI & GUIDO ROLI
per la presentazione dell'evento:
CONTRASTI VENEZIANI
Proiezione di audiovisivi, fotografie
&
Presentazione del catalogo fotografico della mostra.
MARTEDÌ 14 GENNAIO
ORE 20:30
Presso le sale della Club House
Presenterà la serata
Barbara Ghisi
curatrice della mostra d'arte
Evento libero e gratuito
Informazioni e prenotazioni: settore sportivo 059 550153
CLUB LA MERIDIANA
Via A. Fiori nr 23 - CASINALBO DI FORMIGINE (MO)



Gli artisti con la curatrice delle mostre Barbara Ghisi



Opera di Guido Roli



Opera di Carlo Olivieri



NOTIZIE SPORTIVE

FESTA NATALE SCUOLA TENNIS

Venerdì 20 Dicembre si è svolta la festa natalizia dedicata agli atleti della scuola tennis. I ragazzi sono stati coinvolti per un intero pomeriggio, dai giochi, gli scherzi e le divertenti attività preparate dei maestri e dei preparatori at-



letici. È stata una bellissima festa, che ha visto un'ampia adesione, tutti si sono divertiti un sacco...maestri compresi!!! La festa si è conclusa con il tradizionale buffet e brindisi di auguri natalizi con genitori e maestri. Appuntamento a martedì 7 gennaio con la ripresa di tutte le attività tennistiche.

PALESTRA

Carissimi sportivi, è con i migliori propositi che inizia un nuovo anno per tutti noi, e spesso tra i buoni propositi c'è un inizio o un incremento dell'attività sportiva. Ed è proprio in questi momenti che la palestra del Club La Meridiana è a vostra disposizione per accompagnarvi in tutti gli obiettivi del 2020.

Tanti i corsi nel palinsesto che vi permettono di allenarvi in compagnia, con lezioni dinamiche e sempre diverse, in grado di soddisfare le più svariate esigenze: Anna, Nicoletta, Fabio, Federica, Letizia, Claudio, Mattia ed Emanuele vi aspettano.

Per gli amanti della sala pesi, c'è l'assistenza del prof.



Aurelio che tutti i pomeriggi dalle 18:00 alle 20:30 è a disposizione dei soci per studiare assieme nuove schede di allenamento e darvi i giusti consigli.

Per tutti quelli che vogliono un'intraprendente percorso personalizzato invece ci sarà la possibilità di affidarvi alle lezioni personali, dedicate a chi vuole essere seguito in maniera accurata.

Per chi ama la corsa proseguono gli allenamenti del Running Club seguiti dal prof. Fabio.

Tutto questo con l'augurio di vedervi sempre più felici di fare sport con noi.

Un buon 2020 sportivo a tutti.

TORNEI E STAGES

Per i soci e le socie tenniste del Club La Meridiana, Gennaio si prospetta un mese di grandi sfide!

Lunedì 6 Gennaio, dalle ore 15:00 alle ore 18:00, si terrà il **Torneo della Befana**, riservato alle tenniste del Club. La formula del torneo è di doppio giallo. Gli incontri termineranno con il consueto momento **aperitivo** per festeggiare tutti insieme! Il torneo si svolgerà al raggiungimento del numero minimo e massimo di 12 iscrizioni. Per prenotarsi occorre rivolgersi in segreteria sportiva, entro venerdì 3 Gennaio, versando la quota di € 5,00 a persona. Per informazioni 059 550153 | settoresportivo@clublameridiana.it

Venerdì 17 Gennaio, continuiamo con gli appuntamenti dedicati alle socie. I maestri di tennis aspettano le tenniste per uno **STAGES** molto divertente dedicato al **cardio tennis a tempo di musica**. L'appuntamento è per

le ore 19:00 e una volta terminato, ci rilasseremo tutti insieme al bar per un aperitivo in compagnia. Possono partecipare anche le ospiti delle socie. Per informazioni e iscrizioni da venerdì 10 a mercoledì 15 Gennaio, presso la segreteria sportiva, 059 550153 | settoresportivo@clublameridiana.it

Finalmente **Venerdì 24 Gennaio** è il turno dei soci uomini, con un **torneo giallo di doppio**. Si inizia alle ore 19:00 e dopo la sfida sui campi, si continua a tavolino con le carte in mano, per un **torneo di briscola** tra i partecipanti! Il torneo di tennis si svolgerà al raggiungimento del numero minimo di 12 e massimo di 16 iscrizioni. Per prenotarsi occorre rivolgersi in segreteria sportiva, da venerdì 17 a mercoledì 22 Gennaio, versando la quota di € 5,00 a persona. Per informazioni 059 550153 | settoresportivo@clublameridiana.it

NOTIZIE SPORTIVE

RUNNING CLUB



Anno nuovo, nuovi appuntamenti per il **Running Club** della Meridiana.

Un allenamento rivolto a tutti, ai principianti che vogliono avvicinarsi alla corsa e migliorare la propria tecnica, e a runners già più esperti che vogliono condividere un divertente allenamento per migliorare nuovi obiettivi.

A **Gennaio** sono previsti 4 appuntamenti: **Sabato 11** 9:30-11:00 | **Giovedì 16** 13:00-14:30 | **Sabato 25** 9:30-11:00 | **Giovedì 30** 13:00-14:30

Tutti gli interessati, possono rivolgersi al prof. Fabio Spezzani per maggiori informazioni.

FIT JUNIOR PROGRAM individuale

A Gennaio torna il 3° appuntamento con il FJP tornei individuali. L'11 e 12 Gennaio il Club la Meridiana ospiterà la categoria Green per i nati dal 2007 al 2010. Mentre negli altri club della provincia si organizzeranno i tornei delle categorie Red, Orange, SuperOrange e SuperGreen, dove saranno presenti anche gli allievi della scuola tennis del Club La Meridiana.

Avvincenti ed emozionanti le mini-partite, che vedranno protagonisti i ragazzi della nostra scuola tennis, insieme



agli allievi delle altre scuole della provincia. Invitiamo tutti gli appassionati ad incoraggiare i nostri e tutti gli altri tennisti, che si sfideranno in un vero e proprio torneo.

Progetto questo del Fit Junior Program, rivolto a tutti i bambini che appassionati al nostro splendido sport, vogliono cominciare a vivere le emozioni di un torneo. Un arricchimento per i protagonisti sotto tutti i punti di

vista, sia tecnico-tattico, che comportamentale.

PALESTRA

Martedì 7 Gennaio la palestra riprenderà l'orario e la programmazione normale:

Orario di apertura: da lunedì a venerdì 07:45 – 23:00 | sabato, domenica e festivi 07:45 – 20:00

Assistenza sala: da lunedì a venerdì 18:00 – 20:30

Il **palinsesto** per l'anno nuovo è quello già in vigore prima del periodo natalizio, ma con una novità: tutti i lunedì, Nicoletta vi aspetta dalle 14:00 alle 14:30 per una lezione incentrata sugli addominali.

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	ENERDÌ	SABATO	DOMENICA	
09:00-09:30								
09:30-10:00								
10:00-10:30	GINN.DOLCE FABIO			GINN.DOLCE FABIO				
10:30-11:00								
11:00-11:30	PILATES FEDERICA		PILATES FEDERICA					
11:30-12:00						GAG		
12:00-12:30								
12:30-13:00								
13:00-13:15	TOTAL BODY NICOLETTA	STRONG CIRCUIT FABIO	LES MILLS BODYBALANCE	GRIT 30'	CARDIO CIRCUIT FABIO			
13:15-13:30								
13:30-14:00	ADDOMINALI NICOLETTA			CHARLES CHWORTH 30'				
14:00-14:30								
14:30-15:00								
15:00-15:30								
15:30-16:00								
16:00-16:30								
16:30-17:00								
17:00-17:30								
17:30-18:00		STRONG NICOLETTA		STRONG NICOLETTA				
18:00-18:30	TOTAL BODY NICOLETTA	STEP&TONE NICOLETTA	TOTAL BODY EMANUELE	STEP&TONE NICOLETTA	LES MILLS BODYBALANCE			
18:30-19:00								
19:00-19:30	PILATES FEDERICA	YOGA LETIZIA	PILATES FEDERICA	ADDOMINALI NICOLETTA	YOGA LETIZIA			
19:30-20:00								
20:00-20:30								
20:30-21:00								



- MODERATO
- TONIFICAZIONE
- CARDIO INTENSO
- MOBILITÀ e FLESSIBILITÀ