



Pag. 1	Prequalificazioni femminili internazionali BNL d'Italia XIII Memorial Stefano Antichi
Pag. 2	Al Club La Meridiana arriva il comico Leonardo Manera 13 maggio
Pag. 2	Apertura piscina
Pag. 3	Mostra d'arte a cura di Barbara Ghisi dal 14 al 29 maggio
Pag. 3	Convocazione di assemblea ordinaria dei soci I.A.T.Li. 24 maggio
Pag. 4	Tennis Summer Camp dal 6 giugno
Pag. 4	Farmaci per l'Ucraina: missione compiuta per Meridiana Solidarietà Onlus
Pag. 4	Acquagym
Pag. 5	Tornei pasquali di carte
Pag. 6	BBQ di beneficenza Meridiana Solidarietà' 4 giugno
Pag. 6	Stay tuned
Pag. 7	Fit Junior program Finale regionale Red misto
Pag. 7	Trofeo delle Nazioni - risultati
Pag. 8	Palestra

Prequalificazioni femminili internazionali BNL d'Italia XIII edizione Memorial Stefano Antichi

È **Chiara Catini** la vincitrice della tredicesima edizione del "Memorial Stefano Antichi", conclusasi venerdì 15 aprile. La tennista romana, che gareggia per il TT Vianello di Roma, a sorpresa ha battuto la testa di serie numero uno del tabellone, **Stefania Rachel Rubini**, la cui prestazione è parsa condizionata da un problema muscolare alla gamba destra. Il match si è protratto per oltre due ore e si è concluso a favore della tennista della capitale dopo tre set molto combattuti con il punteggio 6-4, 4-6, 6-4.

Si chiude così, con ottimo tennis e un buon numero di spettatori, il tredicesimo Memorial Stefano Antichi, nato per ricordare il fondatore, dell'azienda modenese Lasa Metalli. Il torneo è decisamente particolare, un unicum nel tennis, dato che

è valido come qualificazione regionale dell'Emilia-Romagna per le atlete che ambiscono a entrare nel tabellone della manifestazione tennistica più importante del nostro Paese, gli **Internazionali BNL d'Italia**, in programma dal 2 al 15 maggio a Roma. Secondo il regolamento, entrambe le finaliste oggi hanno perciò staccato il biglietto per il Foro Italico.

"Sono davvero molto soddisfatta – ha dichiarato Chiara Catini – perché erano tre anni che tentavo di vincere per partecipare agli Internazionali d'Italia. Purtroppo, anche a causa degli infortuni subiti, ho avuto molte difficoltà.

Oggi però ho giocato il mio miglior tennis della stagione e così sono riuscita a battere un'avversaria davvero molto forte."

"Per noi è stato un ritorno alla quasi totale normalità e già questo ci rende particolarmente soddisfatti. A ciò si aggiunge l'ottima qualità delle tenniste, provenienti da tutta Italia, che ci ha permesso di assistere a partite molto combattute e a gesti tecnici molto interessanti. Un plauso va prima di tutto alle giocatrici, quindi al direttore di gara e agli arbitri e a tutti i miei collaboratori che hanno gestito al meglio l'organizzazione" ha commentato il direttore del Club La Meridiana, Elio Agnoli. A premiare la prima e la seconda classificata sono stati l'Assessore allo Sport Marco Biagini, Antonio Fontana, Consigliere del Club La Meridiana e Massimo Antichi, figlio di Stefano al quale è intitolato il torneo.



Chiara Catini 1° classificata

Clicca sul QR code per vedere la galleria fotografica.



APERTURA PISCINA

Ebbene sì, l'estate si avvicina e siamo pronti...



ma le temperature e le previsioni meteo dei prossimi giorni non ci consentono di rispettare la data stabilita per l'apertura della piscina (7 maggio) che sarà rimandata di alcuni giorni. In attesa del primo bagno cogliamo l'occasione per ricordare a tutti i soci il regolamento inviti:

- piscina 10 inviti gratuiti e 12 a pagamento (euro 10,00 cd);
- dal 1° giugno al 31 luglio NON si potranno effettuare inviti nelle giornate di sabato, domenica e festivi.
- potranno essere invitati, giornalmente, al massimo quattro ospiti.
- il socio ospitante dev'essere presente durante tutta la permanenza dell'ospite al Club.
- gli inviti per la piscina valgono per tutte le attività sportive. Viceversa, gli inviti per le attività sportive non valgono per la piscina;
- lo stesso ospite può essere invitato al massimo per 15 volte.
- nel caso in cui il tempo non ci permetta di svolgere le attività programmate (acquagym), la comunicazione verrà inviata tramite newsletter. Per iscriversi al servizio, consultare il sito web all'indirizzo clublameridiana.it.

Al Club la Meridiana arriva il comico Leonardo Manera

13 maggio

Mancano pochi giorni all'apertura del sipario sullo spettacolo di Leonardo Manera l'"**Homo Modernus. Eppure, sembrava progresso...**" venerdì 13 maggio **ore 21:30**. Il gradimento da parte dei soci si è fatto sentire da subito e nei giorni successivi hanno coinvolti anche parenti e amici.

Leonardo Manera prova a vivere una giornata qualunque di uno di noi, dalla colazione del mattino alla cena, dalla raccolta differenziata dei rifiuti all'inevitabile pausa sui social, dall'accompagnare a scuola i figli fino all'arrivo al lavoro, più o meno gratificante. Momenti non privi di ansia, nei quali è però sempre possibile cogliere spunti di divertimento e comicità. Finché, giunta la sera, è inevitabile chiedersi: c'è ancora, per noi insoddisfatti uomini d'oggi, un motivo per sorridere alla vita? Leonardo Manera attraversa allora la città, ma è una città con nomi simbolici: "Corso Tatuaggi", "Via Tro-nisti", "Via della Scuola Vuota", per arrivare, infine, in "Piazza della Paura", a interrogarsi sugli elementi che danno ancora un senso alla vita, concludendo con un messaggio di speranza. Uno spettacolo che unisce il sorriso alla concreta considerazione del nostro modo di vivere quotidiano.

Le prenotazioni si effettuano esclusivamente tramite il sito internet www.clublameridiana.it, utilizzando l'apposito modulo e chiudono venerdì 6 maggio. Ricordiamo che per avere diritto al posto

prenotato, occorre **effettuare il pagamento entro lunedì 9 maggio** (in caso di bonifico, occorre che pervenga a noi entro quella data). Il costo è fissato in € 10,00 per i soci e € 15,00 gli ospiti. Si potrà provvedere al pagamento direttamente in segreteria sportiva o tramite bonifico bancario - IBAN IT 39 V 05387 66780 0000 0000 2202, causale Leonardo Manera nome di chi ha prenotato.

Eric ha studiato un **menù veloce** per deliziarvi prima dello spettacolo...senza farvi far tardi!! Aspetta i soci e i loro ospiti con un piatto unico composto da lasagnetta vegetariana, involtino di vitello e patate al forno. Chiudono la cena dolce e caffè. Compreso acqua e calice di vino € 25,00 a persona. Informazioni e prenotazioni 059 550153 int. 3.

PRESENTA
**LEONARDO
MANERA**
IN
HOMO MODERNUS
eppure sembrava
progresso...

VENERDI'
13
MAGGIO
h 21.30

PRENOTAZIONI
sul sito www.clublameridiana.it
dal 11-04 solo soci
dal 18-04 anche ospiti

EVENTO
riservato ai
soci e loro
ospiti
Soci € 10,00
Ospiti € 15,00

CLUB LA MERIDIANA - Via A. Fiori nr 23 - Casinalbo (MO) - 059 550153



Mostra d'arte a cura di Barbara Ghisi

dal 14 al 29 maggio

Dal 14 al 29 maggio presso la villa del Club La Meridiana saranno in esposizione gli elaborati degli studenti di quattro associazioni culturali del territorio modenese che tengono tra i loro numerosi corsi anche quelli di pittura di varie tecniche. L'**inaugurazione** curata da Barbara Ghisi avrà luogo sabato 14 alle ore 17.30 alla presenza dei direttori, degli insegnanti e dei corsisti delle varie associazioni.

U.P.F. Università Popolare di Formigine APS - Corsi di acquerello e pittura ad olio insegnante Barbara Ghisi. Studenti espositori: Monia Basinghi, Sara Caloro, Carla Filanci, Barbara Gibertoni, Gian Carla Giovanardi, Gianni Guerzoni, Giuliana Manzini, Dolli Mediani, Mara Prinzi, Celestina Raimondi, Enrica Rossi, Anna Vescovini, Alessandro Annovi, Elisa Baldaccini, Luciano Casoni, Giovanni Degli Esposti, Mirco Ferrari, Silvia Gianaroli, Susi Giroto, Silvia Macchioni, Annalisa Prati, Rita Sozio, Patrizia Pollastri, Mariapina Massimiano, Lorella Martinelli, Elisabetta Fantuzzi, Maria Laura Muratori, Giulia Barbolini, Giuseppe Cartieri, Carlo Rondinone.

Associazione La Clessidra APS gruppo NonantolArte – Nonantola. Insegnanti Massimo Po, Antonella Michellini, Caterina Coluccio, Meris Goldoni. Studenti espositori: Milena Guidetti, Luisa Bruni, Maria Gloria Mondini, Adelaide Franceschini, Paola Vecchi, Giorgio Tassi, Cinzia Palazzi, Maria Augusta Isaja, Giulia Pini.

Gruppo pittori sassolesi Jacopo Cavedoni APS – Sassuolo. Insegnanti Giuliana Forghieri e Massimo Po. Studenti espositori: Giuliana Scalabrini, Simona Pugliese, Sabrina Galassi, Susi Giroto, Maria Angela Ferrari, Elda Caselli, Angela Alberti, Barbara di Bonaventura, Caudine El Am, Manfredi Patrizia.

Università per la Libertà Età Natalia Ginzburg APS, comitato di Campogalliano. Insegnanti Massimo Po e Massimo Riccò. Studenti espositori: Laura Battelli, Cristiana Papi, Annamaria Artioli, Giuliana Marconi.

La mostra resterà aperta al pubblico tutti i giorni dalle ore 10.30 alle 18.30. Suonare al settore sportivo. Per informazioni tel. 328 8662152.

CONVOCAZIONE DI ASSEMBLEA ORDINARIA DEI SOCI I.A.T.Li.

24 maggio

I Signori Soci della Società I.A.T.LI. S.p.A. sono convocati in assemblea ordinaria per il giorno 24 maggio 2022, alle ore 20.00, presso la sede legale, in seconda convocazione, per discutere e deliberare sul seguente:

ordine del giorno

1. Approvazione del bilancio dell'esercizio chiuso al 31/12/2021; destinazione del risultato di esercizio; determinazioni inerenti e conseguenti;
2. Relazione sulla Gestione del Consiglio di Amministrazione al bilancio dell'esercizio chiuso al 31/12/2021;
3. Relazione del Collegio Sindacale al Bilancio dell'esercizio chiuso al 31/12/2021;
4. Deliberazioni ai sensi dell'articolo 2364, comma 1, n. 2) del Codice civile: rinnovo dei membri del Consiglio di Amministrazione e del Collegio Sindacale;
5. Acquisto azioni proprie e relativa disciplina ex art. 2357 c.c. e seguenti; deliberazioni relative;
6. Inefficacia della clausola di gradimento; deliberazioni relative;
7. Infruttuosità di finanziamenti dei soci; deliberazioni relative;
8. Informativa ai soci sulla situazione e le esigenze economico finanziarie della società;
9. Eventuali.

Potranno intervenire all'assemblea i Soci che avranno depositato le loro azioni presso la sede sociale, a norma di statuto, almeno cinque giorni prima della riunione.
Casinalbo di Formigine (MO), lì 14 aprile 2022.

Il Presidente
del Consiglio di Amministrazione
Avv. Enrico Fontana

Tennis Summer Camp

dal 6 giugno

Quando le scuole chiudono, apre il Tennis Summer Camp del Club La Meridiana.

Visto il successo delle scorse edizioni, il programma è stato attentamente studiato per rispondere alle esigenze dei genitori, alle aspettative dei ragazzi e all'ottenimento di risultati... nulla è stato tralasciato. All'aria aperta e immersi nel verde del parco verranno svolte molte attività sportive e tanti giochi. Sempre presente con l'obiettivo di "fare gruppo", lo staff specializzato guiderà i ragazzi alla scoperta e alla valorizzazione delle proprie passioni sportive e ricreative. Passando agli aspetti organizzativi, l'iscrizione sarà settimanale (in modo da poter gestire ferie e altri impegni) e l'ampio orario (dalle 8:00 alle 18:00) renderanno il servizio completo e accattivante.

I ragazzi verranno divisi in gruppi così da personalizzare le attività e agevolare la socializzazione.

Il programma mattutino sarà caratterizzato da attività sportive dinamiche: tennis, piscina, calcio, basket, atletica e altro, seguita dal pranzo e da momenti rilassanti trascorsi all'ombra. Non mancheranno momenti dedicati allo svolgimento dei compiti scolastici, giochi di gruppo e attività ricreative.

In definitiva, la prerogativa del tennis summer camp è quella far coincidere apprendimento e divertimento in un luogo sicuro in cui il personale specializzato propone varie attività in funzione delle fasce d'età. Saranno

severamente rispettate tutte le indicazioni anti-contagio previste dalla normativa vigente.

Di seguito le principali informazioni:

1) A chi è rivolto: bambini e ragazzi nati dal 2009 al 2016.
2) Date: turni settimanali, dal lunedì al venerdì, dalle 8:00 alle 18:00, durante i seguenti periodi:

– dal 6 giugno al 1° luglio,

– dal 11 al 29 luglio,

– dal 22 agosto al 9 settembre.

3) Pasti: verranno forniti dal Club La Meridiana, spuntino a metà mattina, pranzo e merenda. Eventuali allergie dovranno essere attestate da certificazione medica allegata alla domanda.

4) Posti e apertura iscrizioni: i posti sono in numero limitato;

- da lunedì 2 ore 9:00, iscrizioni riservate ai soci e agli allievi dalla S.a.t. 2021/2022;

- da lunedì 9 maggio ore 9:00, iscrizioni aperte a tutti.

L'iscrizione dovrà avvenire esclusivamente sul sito www.clublameridiana.it

Al momento dell'iscrizione verrà chiesto, se in possesso, l'inserimento del certificato medico sportivo (o libretto verde) in corso di validità. Consigliamo di preparare il file in formato adatto ad essere allegato (.jpg .pdf). Ricordiamo che il certificato è obbligatorio ai fini della frequenza, nel caso non possa essere inserito contestualmente all'iscrizione, dovrà comunque essere consegnato prima dell'inizio dei corsi. NON saranno accettate iscrizioni in segreteria sportiva, al telefono o per e-mail.

5) Costo: soci € 140,00 | non soci € 190,00 a settimana. Regolamento Tennis Summer Camp sul sito www.clublameridiana.it

Per informazioni settore sportivo:

– tel. 059 550153 int. 1

– e-mail settoresportivo@clublameridiana.it

ACQUAGYM

I corsi di ginnastica in acqua, in collaborazione con gli istruttori delle Piscine Dogali, tempo permettendo, avranno la seguente programmazione:

maggio: domenica 15 – 22 – 29 alle ore 11:15; giugno: lunedì ore 18:00, martedì ore 13:15, mercoledì ore 18:00, giovedì ore 13:15, sabato ore 11:15. Il palinsesto sarà in vigore da sabato 4 giugno.

Ogni lezione avrà una durata di 45 minuti. In caso di pioggia la lezione non verrà svolta. Per partecipare ai corsi di acquagym occorre prenotarsi sul sito <https://clublameridiana.wansport.com/>

Lezioni di nuoto

L'istruttore di nuoto, Aurelio, sarà a disposizione dei soci per lo svolgimento di lezioni individuali o di gruppo. Per informazioni rivolgersi direttamente al collaboratore.

Per informazioni settore sportivo:

– tel. 059 550153 int. 1

– e-mail settoresportivo@clublameridiana.it

Farmaci per l'Ucraina: missione compiuta per Meridiana Solidarietà Onlus!

Nei giorni scorsi è partito, grazie all'indispensabile lavoro della Croce Rossa Italiana – Comitato di Sassuolo, un carico di **medicinali destinato in Ucraina**, acquistato anche grazie alla donazione di 5mila euro che ha messo in atto **Meridiana Solidarietà Onlus**. Dopo una tappa al centro di smistamento regionale a Bologna, il carico è stato trasferito all'hub nazionale e infine nel Paese in cui si sta combattendo da due mesi una cruenta guerra. "An-

cora una volta la nostra Onlus e più in generale i soci del Club La Meridiana hanno dato vita ad una importante catena della solidarietà.

Il mio sincero grazie va anche al Comitato di Sassuolo della Croce Rossa il cui ruolo è insostituibile. Come sempre hanno unito cuore a capacità organizzativa rendendo possibile un'impresa non semplice" ha sottolineato la presidente di Meridiana Solidarietà Onlus Paola Gobbi.

Tornei pasquali di carte

Sono terminati i tornei di carte svolti nell'attesa delle festività pasquali.

Ha fatto da cornice la splendida villa del Club e, come sempre, ogni torneo si è svolto all'insegna dell'amicizia e del buonumore.

Domenica 3 aprile si è disputato il torneo di **Pinnacolo**. Anche quest'anno il posto più alto del podio è andato ad una coppia tutta al femminile, Loretta Consolini e Carla Macchioni. Al secondo posto Rino Lodi e Vittorino Turini, al terzo posto Gianna Benedetti e Paola Zanasi. A seguire le altre coppie che si sono date battaglia fino all'ultimo punto, in ordine Ornella Ferrari e Valeria Zanni, Igino Berselli con Paolo Poli, ed infine Maurizio Gozzi in coppia con Uber Mazzi.

La domenica successiva sono "scesi in campo" i giocatori di **Burraco**, con il seguente esito: medaglia d'oro alle socie Gianna Benedetti e Paola Zanasi, argento ai coniugi Gianni Benassi e Marinella Pisu, seguiti dalle trionfatrici del Pinnacolo Loretta Consolini e Carla Macchioni. Giù dal podio troviamo nell'ordine, Milena Zecchini con Milena Bosi, Graziano Torricelli e Umberto Martiniello e in chiusu-

ra Cristina Della Casa con Gabriella De Angelis.

Un gradito ritorno per il torneo di **briscola**, svoltosi giovedì 14 aprile, che ha regalato grandi soddisfazioni: prima classificata la coppia formata da Umberto Martiniello e Graziano Torricelli, seguiti da Igino Berselli e Umberto Sghedoni, ed infine Paolo Poli con Loretta Consolini. Sempre presente a premiare, il direttore del Club Elio Agnoli.

Sono stati 3 appuntamenti molto sentiti e combattuti, bei momenti da ripetere il prima possibile.



Pinnacolo 1° classificati



Pinnacolo 2° classificati



Pinnacolo 3° classificati



Pinnacolo 4° classificati



Pinnacolo 5° classificati



Pinnacolo 6° classificati



Burraco 1° classificati



Burraco 2° classificati



Burraco 3° classificati



Burraco 4° classificati



Burraco 5° classificati



Briscola, da sx Igino Berselli, Umberto Sghedoni, Paolo Poli, Loretta Consolini, Umberto Martiniello e Graziano Torricelli

Meridiana Solidarietà' BBQ di beneficenza

4 giugno

Sono due anni ormai che la nostra Onlus non organizza le sue cene. Cene dove le signore di MSO si mettono ai fornelli...ma riaccoci finalmente con il tradizionale Barbecue "**BBQ di Beneficenza**" nel bellissimo parco della villa. Prendete l'agenda e annotate l'appuntamento: **sabato 4 giugno ore 20:00**.

Una cornice perfetta per un evento ricco di momenti belli e commoventi ma anche tanta musica. Quest'anno si sosterrà "**L'uno con l'altro**" progetto voluto da Mo.ba, Modena Basket, dedicato a ragazzi autistici. La costituzione di Mo.ba risale a un paio di anni fa ed è frutto della fusione di due storiche società cestistiche modenesi, SBM e PSA, accomunate dalla medesima missione di formare alla vita i propri iscritti attraverso il basket. A causa della pandemia Mo.ba solo in questa stagione è riuscita ad avviare tutti i progetti prefissati e coerenti con il proprio scopo sociale. Uno di questi

è Ambo "l'uno con l'altro" che si occupa di tutte le attività sociali che riguardano principalmente il basket e la disabilità. Nello specifico è un progetto sportivo per bambini con disturbo dello spettro autistico sviluppato in collaborazione con il settore di neuropsichiatria dell'Ausl di Modena, in cui il basket è inteso come parte integrante del progetto riabilitativo. Il lavoro, coordinato dalla dottoressa Angela Russo, viene gestito da due professioniste della riabilitazione psichiatrica che affiancano un coach di Mo.ba. Si pone obiettivi che coinvolgono sia la sfera delle autonomie personali e sociali che la parte, pretta-

mente sportiva, legata alla sfera motoria. Ambo, inoltre, si occupa di portare avanti il progetto per i teen, over 16 anni, dando continuità alle competenze raggiunte dai ragazzi in questo sport ed alla loro voglia di migliorarsi. Quest'anno hanno frequentato Ambo circa 30 atleti con disturbi della sfera cognitivo relazionale. A rendere

speciale la serata sarà anche il **gruppo musicale Doors to Balloon**, band di musicisti per passione, che nella vita di tutti i giorni svolgono professioni mediche. A comporre il gruppo sono Andrea Santarelli (cardiologo emodinamista) voce solista e chitarra ritmica, Fabio Tarantino (cardiologo emodinamista) chitarra solista e cori, Carlo Tumscitz (cardiologo emodinamista) basso e cori, Alberto Benassi (cardiologo emodinamista) organo Hammond, Raffaele Sabatini (cardiologo) piano e tastiere e Paolo Galli (medico del lavoro) batteria e cori. Insieme hanno fondato un'associazione no profit, la Heart & Music for



Life (H&M4L), attraverso la quale devolvono i proventi dei loro concerti per scopi umanitari.

Ospiti d'onore della serata saranno medici e infermieri delle terapie intensive degli ospedali di Modena, Baggiovara e Sassuolo, che non vediamo l'ora di accogliere per esprimere loro tanta gratitudine per l'immenso lavoro che hanno svolto in questi due anni di pandemia. Per vivere una serata speciale, dare il proprio contributo a una buona causa e godere dell'ottima cucina curata dalle socie del gruppo di Meridiana Solidarietà, i componenti di Meridiana Solidarietà sono a disposizione per la prevendita dei biglietti, così come la segreteria del Club chiamando il numero 059 55013, scrivendo a settoresportivo@clublameridiana.it o meridianasolidarieta@gmail.com. Le prenotazioni dovranno pervenire **entro e non oltre domenica 22 maggio**.

Vi aspettiamo per la gioia di ritrovarsi, di stare insieme e di condividere grandi valori come la solidarietà e l'aiuto al prossimo, insomma **l'uno con l'altro**.

STAY TUNED

Al momento dell'uscita del notiziario, sono in fase di definizione alcuni appuntamenti che però possiamo anticipare...prendete nota!! **venerdì 27 maggio** - grande festa dei giovani con DJ set **Venerdì 10 giugno** - festa di inizio estate con la presenza dei Borghi Bros.

Dal 15 al 17 giugno - torneo di padel.

Giovedì 23 giugno - torna Roberto Pellegrini con un nuovo appuntamento con gli aperitivi

Gli eventi non finiscono qua, ma non possiamo svelare tutto!!!! I dettagli verranno comunicati via newsletters, servizio a cui invitiamo tutti i soci e amici ad iscriversi.



NOTIZIE SPORTIVE

FIT JUNIOR PROGRAM FINALE REGIONALE RED MISTO

Sabato 23/04 al Club la Meridiana si è svolta la Finale Regionale del Campionato FJP a squadre categoria Red Misto

1° Squadra Classificata Club la Meridiana composta da Arginelli Vittoria, Bettinelli Alessandro e Pinti Martina

2° Tc Laghi (Forlì), 3° Tricolore (Reggio Emilia), 4° Castellazzo (Parma)
I nostri bambini sono stati bravissimi, ma un grande applauso a tutti i bambini presenti che hanno dato vita a tantissime partite entusiasmanti e avvincenti prove di atletica.



Da sinistra: la squadra del Forlì, del Club La Meridiana e del Tricolore (RE)



Alessandro, Martina, Vittoria con il M° Carlo Pinti

TROFEO DELLE NAZIONI - RISULTATI

È terminato venerdì 22 aprile il Trofeo nelle Nazioni che ha visto coinvolti tanti nostri soci. Il clima è stato molto goliardico tutte le sere e il divertimento non è mancato. Inghilterra, Spagna, Italia e Francia non hanno risparmiato colpi per aggiudicarsi il trofeo 2022 e alla fine l'Italia ha dominato sulle altre! La Spagna ha lottato fino alla fine,

ma si è dovuta accontentare del secondo gradino del podio, seguita da Francia e Inghilterra.

Inquadra il QR-code per la galleria fotografica



Italia



Spagna



Francia



Inghilterra

NOTIZIE SPORTIVE

PALESTRA

Corsi fitness

Nel mese di maggio viene confermato il palinsesto già in vigore, ma l'arrivo di giornate miti darà la possibilità di tornare a sfruttare gli spazi all'aperto, nel meraviglioso parco e nelle ampie zone verdi che circondano il Club. Saranno gli istruttori a verificarne la possibilità.



Scansiona il QR-code per scaricare il palinsesto

La palestra è frequentabile dal lunedì al venerdì dalle ore 7:45 alle ore 23:00, di sabato, domenica e festivi dalle 7:45 alle 21:00. L'accesso è consentito per fasce orarie prenotabili su Wansport. Per ogni fascia è previsto un contingentamento a 25 iscritti. Al fine di rispettare tale limite, chiediamo a tutti gli associati di effettuare l'iscrizione prima di accedere.

L'assistenza del prof. Aurelio Saja è garantita da lunedì a venerdì, dalle ore 18:00 alle ore 20:30 anche per il servizio di schede personalizzate che verranno stilate secondo le esigenze individuali grazie all'App EvolutionFit, utilizzata in palestra. L'assistenza è un servizio gratuito

riservato ai soci del Club. Rammentiamo agli associati di igienizzare, sempre, le mani e gli attrezzi e a riporre quest'ultimi, con ordine, dopo l'utilizzo.

Per partecipare a tutti i corsi fitness e per la presenza in palestra, occorre:

- aver consegnato il certificato sportivo in corso di validità,
 - prenotarsi sul sito <https://clublameridiana.wansport.com/>
 - munirsi di proprio asciugamano e tappetino,
- Per informazioni, settore sportivo: tel. 059 550153 int. 1, e-mail settoresportivo@clublameridiana.it



CORSI FITNESS 2022 ORARIO dal 5 APRILE

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO	
10:00	TOTAL BODY FEDERICA S.	GINN. DOLCE FABIO	YOGA principianti PAOLA	GINN. DOLCE FABIO	TOTAL BODY FEDERICA S.		10:00
11:00	PILATES FEDERICA S.				PILATES FEDERICA S.	TOTAL BODY rotazione	11:00
13:00	GAG NICOLETTA	CROSS TRAINING CLAUDIO	YOGA MIRIAM	CROSS TRAINING CLAUDIO	GAG NICOLETTA		13:00
14:00	ADDOMINALI NICOLETTA				ADDOMINALI NICOLETTA		14:00
14:30							14:30
17:30		STRONG NICOLETTA		STRONG NICOLETTA			17:30
18:00			CROSS TRAINING CLAUDIO		YOGA PAOLA o MIRIAM		18:00
18:30		STEP & TONE NICOLETTA		STEP & TONE NICOLETTA			18:30
19:00	PILATES FEDERICA C.	TOTAL BODY NICOLETTA	YOGA principianti PAOLA	YOGA MIRIAM	PILATES FEDERICA S.		19:00
19:30							19:30
20:00	YOGA PAOLA						20:00
20:30							20:30
21:00							21:00

● MOBILITÀ e FLESSIBILITÀ'
 ● TONIFICAZIONE
 ● CARDIO INTENSO