

ALLENAMOCI**STARBENE**

a cura di E. Toppano

tività sportiva giovanile attuale nei C.A.S., sono il bambino compreso nella fascia 5-10 anni e il ragazzo della fascia 11-16 anni.

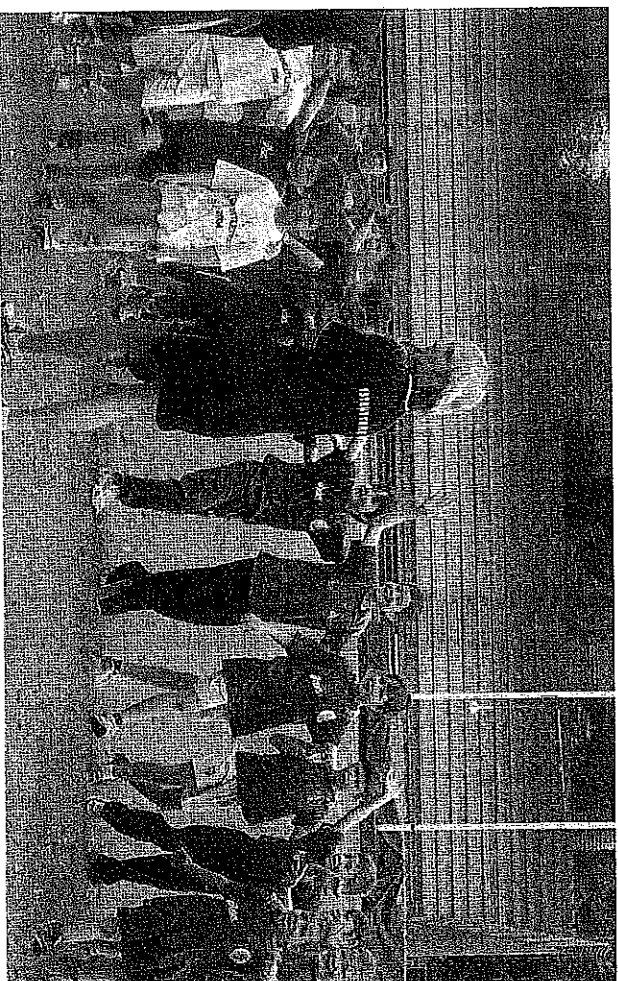
I CAS dell'ATLETICA ASICS FIRENZE: MARATHON

Sono dei centri studiati, organizzati e realizzati appositamente per bambini e ragazzi all'inizio della loro attività sportiva dai 4/5 agli 11 anni di età in un ambiente sano e all'aria aperta come lo Stadio di Atletica Riboldi ed il Campo Scuola di Sorgane che ospitano quotidianamente i corsi. L'attività si basa su criteri di formazione generale riservata a tutti gli iscritti

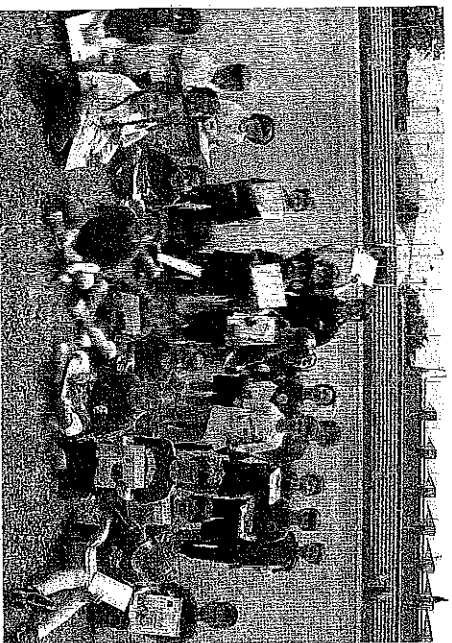
con la possibilità, a scelta dell'interessato e dietro parere dell'istruttore, di un partecolare e graduale avvicinamento all'attività pre-agonistica giovanile nel modo più appropriato.

400 ragazzi, con un approccio ludico, fanno attività motoria e iniziazione tecnica insieme a numerosi e preparati istruttori e tecnici della Federazione di Atletica leggera, con il coordinamento della società.

Contemporaneamente ai corsi per i più piccoli, vengono tenuti anche quelli per i genitori che potranno così approfittare del tempo impiegato ad accompagnare il figlio, per coltivare anche la propria forma fisica ■



Le attività annuali della Firenze Marathon rivolte ai giovani in collaborazione con l'Atletica Asics Firenze Marathon

**GIOCATLETICA**

8-10 Maggio 2006
Stadio di Atletica L. Riboldi
Evento di carattere ludico-sportivo non agonistico. Tutti gli anni i bambini delle scuole elementari del quartiere 2 vengono invitati a disputare delle gare di differenti abilità atletiche.

FESTA DELLO SPORT

Prima settimana di settembre
Quartiere 3 - Parco Anconella
Seconda settimana di settembre
Quartiere 2 - Giardini del Campo di Marte.

Tutti gli sport in mostra da vedere e provare per i bambini del quartiere. La festa dello sport è un evento che attira bambini e genitori da anni e permette di provare le varie attività che le società sportive del quartiere mettono a disposizione.

**CORRI E... SFUMATI**

31 maggio 2006
Stadio di Atletica L. Riboldi
Trofeo scolastico di staffetta contro il tabagismo per celebrare la Giornata Mondiale Senza Tabacco indetta dall'Organizzazione Mondiale della Sanità ogni 31 maggio. E' organizzata da Atletica Asics Firenze Marathon, LILT Firenze, Azienda sanitaria di Firenze - U.O. Educazione alla salute, Ufficio scolastico regionale, Comune di Firenze e Regione Toscana ed è ri-



volta agli studenti delle scuole medie inferiori e del biennio delle superiori della provincia. La competizione, ha l'obiettivo di sensibilizzare i giovani sui danni provocati dal fumo, promuovendo uno stile di vita più salutare: meglio senz'altro: l'atletica delle sigarette!

FIRENZE MARATHON MINI RUN

26 novembre 2006
Piazza S. Croce
Si tratta di una corsa di 1,5 km circa aperta a tutti i ragazzi delle scuole elementari e medie, che ha lo scopo di avvicinare allo sport anche i giovanissimi e di aggregare fasce di età diverse nell'ambito di un grande evento sportivo che coinvolge tutta la città di Firenze, la Maratona Internazionale.

GINKY GUARDA FIRENZE
7 maggio 2006
Piazza Duomo
E' una manifestazione legata ad un concorso grafico-pittorico indetto dall'assessorato alla Pubblica Istruzione sulla storia della nostra città. Il tema del concorso di quest'anno è "Campagne e campanili di Firenze" e coinvolge ogni anno circa 3.500 ragazzi

con i loro insegnanti. La Ginky Guarda Firenze ha un percorso di 3 km ed è riservata ai ragazzi fino a 14 anni ed ai camminatori. I più esperti si potranno cimentare sulla distanza più lunga di 10 km. "Salute, benessere e forma fisica: una giornata di sport per tutti per riscoprire Firenze" è lo slogan della manifestazione ■

**Educazione alla salute: sport e benessere**

Crescere bene sin dall'infanzia, avendo cura del proprio corpo. Sport e corretta alimentazione sono essenziali per questo obiettivo, regole d'oro da seguire, importanti per gli adulti, ma soprattutto per i bambini. E' nell'infanzia, infatti, che si costruisce l'uomo di domani, e allora, educare bene, svolgendo attività fisica e facendo attenzione alla propria alimentazione, diventa sinonimo di un futuro migliore, più sano e vitale.

Proprio per questi motivi, la XXII edizione della Firenze Marathon sarà caratterizzata ancora una volta dal "Progetto di educazione alla salute" giunto al suo terzo e ultimo anno di svolgimento e promosso in collaborazione con l'Amministrazione comunale, l'ASI, 10 di Firenze, la Sezione fiorentina della Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori, l'Ufficio Scolastico Regionale per la Toscana e Lady Radio. L'iniziativa, che si pone l'obiettivo di indirizzare i giovani verso uno stile di vita corretto, in cui alimentazione e attenzione a una crescita fisica e mentale equilibrata, siano punti fondamentali, si rivolge, questa volta, ai bambini della terza media inferiore, giunti all'ultimo passo di questo percorso triennale. In questa fase il tema di riferimento è "Pubblicità e immagine corporea", affrontato in specifici incontri e laboratori scolastici. I partecipanti al progetto si misurano, sul campo, con l'argomento, partecipando al lavoro che quotidianamente si svolge in un ente, redigendo, per capire come si comunica e come nasce uno spot pubblicitario, la 11 classi coinvolte nell'iniziativa, suddivise in gruppi di lavoro, realizzeranno degli spot radiofonici, sugli stili di vita, ispirati al tema, "Allenarsi al benessere". Quelli giudicati migliori, saranno messi in onda su Lady Radio nel periodo estivo, a termine delle manifestazioni legate al progetto e cioè: Mini Run (27 novembre 2005), Guardia Firenze (7 maggio 2006) e Corri e sfumati (31 maggio 2006).

