

Giornalame

SEGNALI IMPORTANTI



di ORIENTE GIULIANI *

Nel 1984, per i suoi studi sulle particelle subatomiche, il fisico italiano Carlo Rubbia ottiene il Nobel per la fisica. L'Arcivescovo di Johannesburg, Desmond Tutu, vince quello per la pace. Alle Olimpiadi di Los Angeles, Carl Lewis eguaglia il record di Jesse Owens, vincendo 4 medaglie d'oro. Alla "valle", periferia di Bologna, nasce la Polisportiva Lame.

E' Storia, grande Storia per noi. E 25 anni dopo l'abbiamo festeggiata - e ancora siamo in campo - con una miriade di iniziative: sport, attività, esibizioni, galà, la bellissima mostra itinerante e la Festa Sociale del 23 e 24 maggio. Centinaia di persone, soci, amici, atleti, genitori, dirigenti, cittadini: alle Olimpiadi, alla cena, al taglio della torta, allo spettacolo dei fuochi artificiali. L'avventura continua, ma ci tenevo

con queste poche, sentite parole, anche attraverso il Giornalame, ad esprimere il mio personale ringraziamento - e dell'Ufficio di Presidenza - a tutti coloro che si sono impegnati, hanno partecipato e si sono prodigati con infinita passione, entusiasmo, dedizione.

E un grazie a tutti coloro, tantissimi, che hanno vissuto con noi questa bellissima avventura sportiva che è stata la stagione 2008-09. Segnali importanti, e certo non solo per la Polisportiva Lame.

* **Presidente Polisportiva Lame**

Visita il nostro sito
attività, corsi, foto, risultati:

[www.
polisportivalame.
bologna.it](http://www.polisportivalame.bologna.it)

Completamente rinnovato!

[contattaci@
polisportivalame.
bologna.it](mailto:contattaci@polisportivalame.bologna.it)

in questo numero

Feste 25°pag. 2-5

Calciopag. 6

Basketpag. 7

Danzapag. 9

Pattinaggio...pag.10-11

Yoga-Ginnastica..p. 12

25°

la Storia siamo noi

Mostra e Festa Cronache del nostro anniversario

Prima la mostra fotografica – oltre 300 gigantografie – che ha rallegrato le gallerie del Centro Lame e la sala del Centro Civico di via Marco Polo nei mesi di marzo e aprile, quindi la bellissima Festa Sportiva – il 23 e 24 maggio - all'insegna della partecipazione e dello stare insieme, dell'incontro fra piccoli e grandi,

della pratica sportiva e del divertimento per coronare i festeggiamenti del 25° Anniversario della Polisportiva Lame. Ma vediamo, nel dettaglio, com'è andata.

Ci siamo dati appuntamento, sabato 23 maggio, nel primo pomeriggio per partecipare alle "Olimpiadi della Polisportiva", ovvero allo "scambio degli sport"



23 Maggio

Centro Vasco De Gama

FESTA

24 Maggio
Ore 9:00
Raduno Cicloturistico
VIBOLT

ASSOCIAZIONE DILETTANTISTICA polisportiva
LAME 25°

23 Maggio
14:00/19:30 OLIMPIADI
19:30 Premiazioni
20:00 Cena Sociale
22:30 Lotteria
23:00 Torta del 25°

1984 2009

Fuochi Artificiali

Per Informazioni: Polisportiva Lame via Vasco De Gama 20, (051 6345717)



proposto dagli allenatori dei vari settori. Tante le squadre che hanno deciso di costituirsi per ruotare fra le varie attività e conquistare i "bollini" alla fine delle varie prove, dimostrando così a fine giornata quanta fatica ma, soprattutto, quanto divertimento abbia caratterizzato il mettersi alla prova avvicinandosi ad una disciplina sportiva non praticata durante la stagione. Valore aggiunto dell'iniziativa, il coinvolgimento dei genitori e degli adulti, sia di chi ha deciso di formare squadre (con improbabili nomi di fantasia inventati per individuare il proprio gruppo), sia di chi ha accompagnato i più piccoli nella rotazione, parteci-

WWW.SYNERGYPALESTRE.IT

via Ferrarese, 7/c BOLOGNA

Tel. 051 37.38.71

ESTETICA - SOLARIUM - SPINNING
ELETTROSTIMOLAZIONE





25°

la Storia
siamo noi

partecipanti schierati in attesa di ricevere la meritata medaglia, si sono resi conto della quantità di persone coinvolte e sedotte dalla voglia di provare e di mettersi in gioco. Siamo anche stati tutti orgogliosi della presenza di importanti personalità al momento delle premiazioni: tra questi Renato Rizzoli, Presidente del CONI Provinciale di Bologna; Paolo Bernagozzi, in rappresentanza del Quartiere Navile; Ivan Pizzirani, primo Presidente della Polisportiva Lame; Ovidio Orsoni,

pando attivamente alle varie discipline; ma anche di coloro che, facendo parte del settore ginnastica di mantenimento, ci hanno proposto la loro esibizione di balli di gruppo, trascinando a propria volta altri adulti. Bellissimo il colpo d'occhio del Centro Sportivo Vasco De Gama dall'alto, pieno di bambini e di famiglie intere che si sono lasciate coinvolgere dagli allenatori presenti, ruotando fra le varie "stazioni": basket, calcio, tiro alla fune, corsa nei sacchi, pallavolo, pattinaggio, podismo, ginnastica artistica, danza, e poi sono arrivati anche insegnanti di yoga e massaggi shiatzu.

Simona e Massimo, gli ideatori e gli organizzatori delle *Olimpiadi*, ma solo due dei tantissimi volontari che hanno contribuito alla buonissima riuscita della Festa, erano molto soddisfatti a fine giornata quando, vedendo tutti i



**PRODUZIONE E VENDITA
PIANTE ORNAMENTALI
E DA GIARDINO**



Tel. 051 387786
Fax 051 6469007

Floridea Garden Center - Via Agucchi, 102/6 - 40131 Bologna

25°

la Storia
siamo noi

Responsabile del centro sportivo Vasco De Gama; e naturalmente Oriente Giuliani, che ha fatto gli onori di casa come Presidente della Polisportiva. Al tramonto, esausti, ci aspettavano la visita alla mostra fotografica, riallestita per l'occasione presso lo stand del Centro Sportivo, e l'ottima cena proposta dai bravissimi volontari della nostra cucina; un ottimo



menu che ha soddisfatto i palati di oltre trecentosettanta convenuti, l'intrattenimento da parte del cabarettista Kulz, la ricca lotteria (il cui ricavato sarà in parte devoluto a favore dei terremotati dell'Abruzzo) ci hanno accompagnati verso la fine della serata, quando l'arrivo della grandissima

torta in pista, il primo "botto" di avvertimento prima dell'inizio dei fuochi d'artificio e la comparsa nel buio della suggestiva scritta infuocata ci hanno suggerito il valore del raggiungimento dell'importante traguardo di aver compiuto venticinque anni. Orgogliosi e commossi tanto coloro che c'erano già allora, quanto chi da meno tempo si è avvicinato all'ambiente Polisportiva. La mattina dopo, di buon'ora, si sono incontrate le stesse facce di coloro che si erano salutati solo qualche ora prima. I volontari si sono trovati ancora tutti insieme per sostenere il settore Ciclismo nell'organizzazione del "Raduno Cicloturistico Vibolt", che ha visto la partecipazione di più di cinquecento appassionati che si sono presentati al Vasco De Gama per iscriversi e per poi ripartire alla volta delle mete prefissate. Goloso il rinfresco e ricche le premiazioni al ritorno dei capi gruppo, premiati e aggiornati dei punti conquistati nella classifica UISP per



Oreficeria Cristina

I nostri servizi:

- sostituzione pile e cinturini
- riparazioni orficeria e orologeria
- realizzazione gioielli su richiesta
- infilatura collane

orologeria
argenteria

via Zanardi 70/e 40131 Bologna

Tel. 051-6341300

25°
*la Storia
 siamo noi*



Presidenti di ieri e di oggi al taglio della torta, una panoramica del brindisi serale, sabato 23 maggio, e i fuochi artificiali



la corrente stagione. E la domenica è proseguita all'insegna dello sport e degli eventi legati al venticinquennale: anche il settore Calcio ha voluto essere protagonista, proponendo il Terzo "Memorial Alfio Oppi". Tanti i ragazzi presenti provenienti dalla provincia di Bologna e tante le formazioni che si sono incontrate sul campo di calcio.

SCUOLA
guida



**Pratiche
 Auto**

MELCHIORRE

- Patenti moto B - C - D - E - CAP
- B speciali con auto multiadattata
- Attestato ciclomotori per quattordicenni
- Corsi recupero punti
- Rinnovo e duplicato patenti
- Pratiche auto
- Visite mediche in sede
- Passaggi di proprietà

Bologna

Via della Beverara 68/4 Tel. 051 6345422

Via Andrea Costa 123/A Tel. 051 435087

Via P. Gobetti 49/I Tel. 051 352686

Funo di Argelato

Via Nuova, 14 Tel. 051 860706

San Pietro in Casale

P.zza Testoni, 5 Tel. 051 810851

6 Calcio, il 3 numero magico

E' sempre difficile sintetizzare la grande mole di "cose" fatte e presentare il programma del nuovo anno, senza abusare della pazienza di chi legge; quindi ci limiteremo a descrivere i programmi più importanti, rimandando alla consultazione delle pagine del calcio presenti sul sito della Polisportiva Lame per una informazione più specifica e puntuale. Della stagione appena conclusa ricordiamo l'ottima riuscita della sesta edizione del Torneo "Un bambino che gioca vince sempre", che abbiamo realizzato in collaborazione con l'A.D. Studio4 e la Lega Calcio della UISP.

Quindi il camp di calcio svoltosi nel mese di giugno, al termine dell'anno scolastico. Il camp, come noto, è gestito in proprio dal Settore con l'indispensabile collaborazione del Team Tecnico composto dai nostri istruttori/allenatori.

Anche quest'anno i genitori hanno espresso un ottimo livello di gradimento che, come al solito, è sfociato nella storica richiesta di organizzare per il prossimo anno un camp articolato su due settimane. Siamo intanto giunti al settimo anno di attività dalla rifondazione del settore e la memoria torna al settembre del 2002, quando abbiamo iniziato: tre giocatori, tre



istruttori, tre dirigenti (il tre è un numero magico!), e tante idee nella testa e... nel cuore.

Un progetto ambizioso, condiviso e concretamente supportato dalla Polisportiva, che con noi ha lanciato la sfida. Sfida che possiamo dire di aver vinto: oggi abbiamo squadre che militano in tutte le categorie del Settore Giovanile della FIGC, una squadra di adulti, un ottimo rapporto con il Gruppo di Volontariato Civile con cui collaboriamo per la realizzazione di un progetto internazionale di solidarietà, una buona visibilità nel mondo del calcio giovanile bolognese, una solida rete di rapporti con i servizi sociali del Comune e dell' Azienda Sanitaria Locale e, non ultimo, un fantastico gruppo di Tecnici. Infine, ma non

per importanza, ricordiamo il corso di aggiornamento/formazione per istruttori e dirigenti che realizziamo grazie alla poliennale collaborazione dello Spazio Giovani (servizio dell'AUSL dedicato agli adolescenti e composto da educatori, psicologi, medici) teso a migliorare le competenze educative degli adulti che a vario titolo si rapportano ai nostri ragazzi. Corre qui l'obbligo di ringraziare sentitamente il dott. Adriano De Blasi, la dottoressa Cristina Albertazzi e la Dirigenza dello Spazio Giovani che rendono possibile la realizzazione di questi indispensabili momenti formativi per il miglioramento costante della nostra offerta formativa.

Settore Calcio

Centro Commerciale

CENTRO LAME

qui è sempre
festa

animazioni – promozioni – spettacoli – giochi

via Marco Polo 3 – Bologna



Basket festeggia e ringrazia **7**

Festeggiamo, ringraziamo le Esordienti femminili che nel fine settimana del 6 e 7 giugno si sono classificate seconde alle finali regionali del basket. Bologna, si dice, è la città delle torri; ne siamo sicuri? Andatelo a raccontare alle nostre bimbe che nell'ultima partita si sono trovate a giocare contro le "torri" parmensi che hanno guardato per 32 minuti dal basso verso l'alto!

Festeggiamo e ringraziamo le Under 13, quarte classificate nelle finali regionali di categoria; festeggiamo e ringraziamo le ragazze della Serie B, che per un attimo (anche più di un attimo) ci hanno fatto sognare una finale regionale. E festeggiamo, ringraziandole, anche le ragazze della Serie C che hanno raggiunto i play off nel primo anno di quello che abbiamo considerato un nuovo corso.

Come non festeggiare e ringraziare gli Under 14 maschili, per la prima volta ai play off di categoria.

Si devono festeggiare e ringraziare gli Esordienti maschili a cui è toccato un duro anno di lavoro che sicuramente farà vedere i suoi frutti il prossimo anno. E ringraziamo e festeggiamo gli Aquilotti; hanno affrontato un campionato, anzi due, difficilissimi e l'unica loro vittoria ottenuta è valsa un campionato. E festeggiamo e ringraziamo gli Scoiattoli al loro primo campionato: hanno ottenuto qualche vittoria e soprattutto hanno dimostrato progressi che fanno ben sperare.

Festeggiamo, ringraziamo e "diamo



un cinque" ai più piccoli, i Pulcini del 2002 e 2003, con la speranza di averli fatti innamorare alla Polisportiva e allo sport.

Festeggiamo e ringraziamo, chiaramente, anche tutti gli istruttori ed allenatori: Casaro, Giacomo, Gina, Cri, Giacomo, Elvis, Sere, Lu, Pietro, Flavio, Jovan, Broc, Mela, Pasciu, Ceci, Chiarina... sperando di non aver dimenticato nessuno.

Festeggiamo anche Beppe che ci ha supportato e la Pina che... abbiamo sopportato! Festeggiamo chi ha par-

tecipato alla festa del 25° della Polisportiva e i 150 che hanno partecipato alla cena di fine anno del basket. Festeggiamo e ringraziamo i genitori e i nonni per la partecipazione, la pazienza e la disponibilità. Salutiamo tutti quelli che ora sono spaparanzati al sole su una spiaggia per cercare di diventare come LeBron James almeno con l'abbronzatura. Fra poco, arriviamo anche noi. Buone vacanze a tutti e arrivederci a settembre (i primi di settembre, non alla fine.....)

Settore Basket

TARGET

IT & OPERATIONS
MANAGEMENT

www.e-target.it

BERARDI

BULLONERIE

Berardi Bullonerie s.r.l.
Via della Concia, 10 Z.I. Poggio Piccolo
40023 Castel Guelfo (BO)
Italy
Tel. +39-0542-671911
Fax +39-0542-671940
www.gberardi.com



QUEEN by KING

Parrucchieri • Estetica • Solarium

I NOSTRI SALONI:

Via Marco Polo, 3
c/o CENTRO LAME - BOLOGNA
Tel. 051 6347347

Via M. E. Lepido, 168
c/o CENTRO BORGO - BOLOGNA
Tel. 051 405861

Via Ponchielli, 23
c/o C. C. S. Ruffillo - BOLOGNA
Tel. 051 4830223

Via Stoppato, 1
Q. Corticella - BOLOGNA
Tel. 051 4187610

InstabilEquilibrio: 9 che successo!

InstabilEquilibrio
5 Giugno 2009 ore 20:45

Arena del Sole
Via dell'Indipendenza, 41 Bologna

Spettacolo di danza
e di espressione

Ispirato e diretto da
Veronica Lenzi



Vita

Traffici di instabile equilibrio,
dell'abilità di arrangiarsi
e di cadere senza farsi male.
Inventa l'equilibrio allora
si compie la magia,
costruzioni e progetti mai visti.
Armonia della risata e dell'arrivare.
Accordo delle relazioni.
Sapere di contare per l'altro
e che senza l'altro
la cima è irraggiungibile.
Se non ci fosse il senso di vuoto
forse sfuggirebbe la pienezza.

LAME 25
1984 2009

InstabilEquilibrio è l'ultimo spettacolo portato in scena al teatro Arena del Sole il 5 giugno scorso dagli allievi della Danza e della Ginnastica Artistica della Polisportiva Lame; l'evento è stato rappresentativo dei risultati eccellenti raggiunti quest'anno nella preparazione e nella formazione degli allievi. La regia e la direzione coreografica erano a mia cura; collaboratori fondamentali sono stati: aiuto regista e illustratrice, Lilia Migliorisi; supporto alla realizzazione dello spettacolo, Francesca Castellan e Nicoletta Bianchi; supporto tecnico, Davide Gazzotti.

Lo spettacolo ispirato al circo e completamente rivisitato, ha visto impegnati i bambini di 4/5 anni del corso Gioco Danza, gli adulti di Danza Creativa, il corso propedeutico di 6-9 anni, i corsi intermedi 1° e 2° livello di 10-13 anni, il corso Avanzato, il gruppo Break Dance e le Ginnaste del Corso Agonistico. Gli insegnanti della Polisportiva Lame che hanno reso possibile l'evento sono stati: Marzia Benassi, Nicoletta Bianchi, Elisa Biondi, Francesca Castellan, Veronica Lenzi, Matteo Melotti, Giorgia Vezzani. Lo spettacolo ha coinvolto 70 artisti e le presenze di pubblico hanno sfiorato i 500 ingressi, numeri veramente notevoli e da considerare per la crescente parteci-



pazione che si è avuta di anno in anno. Ricordiamo a tutti quelli che sono interessati che a partire da metà settembre saranno aperte le iscrizioni ai Corsi di Danza, Pilates, Break Dance. Vi attendiamo come sempre numerosi.

Veronica Lenzi

SOTTO IL PORTICO Macelleria

Maiani Franco e C S.n.c
Via Pasubio, 92/H - Bologna
Tel. e Fax: 051 - 6142503
C.F / P.I 00638590372



**BOVINO
VITELLO
SUINO
POLLAME
SURGELATI**



10 **Pattinaggio: 2009 da...**

Giugno 2009 - ANNO 25° - N. 69

Negli archivi del settore Pattinaggio la stagione 2009 occuperà uno spazio assai importante, per la quantità delle iniziative, di gare ed eventi, di manifestazioni a cui abbiamo preso parte e, perché no, per i buoni risultati che di tanto in tanto i ragazzi ci hanno regalato. Per ciò che riguarda il **pattinaggio artistico**, non senza un briciolo di orgoglio e di commozione, ricordiamo un inizio d'anno scoppiettante con il terzo posto conquistato inaspettatamente all'annuale Trofeo Mariele Ventre, dove i bimbi hanno presentato il Gruppo "Ma che mondo l'acquario!", coreografia sulle note di una coinvolgente canzone dello Zecchino d'Oro resa ancora più gradevole dall'interpretazione dei ragazzi e da scenografie e costumi che hanno coinvolto per la loro realizzazione un fantastico staff di mamme e papà che ringraziamo di cuore per l'enorme lavoro. I due fine settimana immediatamente successivi ci hanno portato il terzo posto di squadra ottenuto al Trofeo Provinciale FIHP Bergamaschi-Castellari e il quarto posto nella classifica di società al Trofeo Provinciale UISP Dozza; questi due ultimi appuntamenti hanno visto la partecipazione dei bimbi del Preagonistico cimentarsi nei loro dischi tecnici e per la prima volta negli esercizi obbligatori sui cerchi. Grazie alla partecipazione di tutti e alle ottime prestazioni individuali si è raggiunto in entrambi i casi un ottimo piazzamento. Grandissimo lavoro, anche in questo caso, da parte degli allenatori, impegno che è stato poi premiato nel corso



Atleti Gruppo Agonistico

dell'anno quando, assieme ai ragazzi dell'Agonistico, i giovanissimi hanno preso parte alle loro prime gare ufficiali, dando prova della loro buona preparazione: ci riferiamo agli ottimi piazzamenti conquistati alla Fase Provinciale delle Gare di Livello promosse dalla UISP che ha visto la partecipazione di Valentina, Francesca, Federica, Ilaria M, Ilaria Z, Elisa, Rebecca e di Francesco (1° classificato nella categoria Livello 1 A), Sara (2° class. cat. Debuttanti A), Lucia (2° class. Livello 3 A) e Nicole (3° class. Livello 4 A1). Alla grande anche l'attività promozionale del Trofeo Super Promo, a cui partecipano i bimbi del centro di avviamento e i ragazzi dell'Avanzato: a questi ultimi i nostri più sinceri complimenti per avere ottenuto tanti podi e tante posi-

zioni di prestigio nella varie prove. Il gruppo Avanzato è formato da: Anna (2° alla prima fase del Lupo Alberto), Giulia, Chiara M., Chantal, Chiara D., Sara T., Lisa, Sara M. (2° alla prima fase Smile), Nicole, Martina, Raoul (1° in entrambe le fasi dello Smile), Caterina (3° alla prima fase del Morisi e 1° alla seconda fase del Lupo Alberto), Sandra (rispettivamente 1° e 2° alle due fasi dello Smile), Alice, Camilla, Nicoletta, Elisa (3° alla seconda fase Smile), Bianca, Enya. Per la specialità dei Gruppi, il Livello Avanzato ha presentato il collettivo "Oltre l'arcobaleno" alla riuscitissima Festa del settore del 29 marzo ed è stato ospite alla manifestazione di Nonantola. Il Quartetto dell'Agonistico "Amarcord" ci ha rappresentati ai Campionati Re-



Da più di 70 anni professionalità, competenza ed affidabilità Coop. Costruzioni è una realtà solida e forte sul territorio.

Ha realizzato grandi opere di edilizia pubblica, infrastrutture, restauri ed edilizia industriale, e la stessa competenza ed affidabilità è dedicata ogni giorno alle case che costruisce.

Nelle case Coop. Costruzioni c'è più valore

... incorniciare

gionale e Nazionale UISP, nonché all'appuntamento del Regionale FIHP. Il gruppo intersocietario Spectacuklar Skate con il suo "Notre Dame de Paris" ha partecipato ai Campionati Italiani UISP e, conquistando il 2° posto al Regionale Federale, ha potuto accedere alla fase Nazionale FIHP. Per quanto riguarda il **pattinaggio corsa**, i ragazzi hanno vissuto bellissimi momenti di aggregazione ai Raduni Regionali. Ricordiamo soprattutto: i Campionati Regionali FIHP su Strada di Cesenatico a cui hanno partecipato Alessandro Palestrina della categoria Allievi (che ha affrontato una prova a cronometro e la distanza lunga) e gli atleti delle categorie

Piccoli Passi e Principianti che hanno ottenuto buoni piazzamenti: Virginia Fontana 1° classificata e Davide Casoni 2° classificato nella categoria Principianti; ma un grande applauso anche a Tommaso Bellanca, Luigi Longo, Libera Longo; la trasferta ai Campionati Italiani UISP su Pista svoltisi a Senigallia, con la partecipazione di Davide, Tommaso, Luigi, Giulia, Raluca, Gioele, Libera e Virginia; e il fantastico allenamento intersocietario a Casalboretto.

La squadra Agonistica del Pattinaggio Corsa sta seguendo il calendario delle Maratone dell'Italian In Line Cup; tre le tappe già affrontate: Mordano, Trieste e Pordenone. Ogni atleta deve partecipare con impegno alle varie tappe per tenere salda la posizione in classifica provvisoria e arrivare al termine della stagione analizzando il risultato finale ottenuto nella propria categoria. Il **Gruppo adulti Pollame Skating** ha stupito tutti alla annuale Festa di fine anno per l'eleganza e il giusto mix di simpatia e professionalità nella libera reinterpretazione della "Carmen". Ora, festeggiando gli atleti e guardando al 2009 come ad una stagione da ricordare davvero, il settore programma la nuova attività e lo Staff

Gruppo Pattinaggio in linea. Sotto: le ragazze del Preagonisti co 2009. In basso a sinistra: Gruppo Mariele Ventre 2009, "Ma che mondo l'acquario"



Volontari aspetta tutti, famiglie, cittadini e simpatizzanti alle serate di pattinaggio libero del Disco Roller, ogni martedì sera al Vasco De Gama fino a fine luglio.

Settore Pattinaggio

LA BOTTEGA DEI MINERALI

UN NEGOZIO

PIENO DI

ENERGIA POSITIVA

MINERALI

FOSSILI

BIGIOTTERIA

IDEE REGALO

CRISTALLO TERAPIA

Via Zanardi 85/A - Bologna

Tel. 051 6350709 - Cell. 338 5857500

GELATERIA L'ECLISSE

Produzione
Artigianale

Ampio e comodo
parcheggio

gelati, torte gelate,
caffè, bibite, frappe,
granite, macedonie,
e tante altre
specialità Proprie

Via Zanardi 247/a Bologna
di fronte alla Bocciofila



ASTERIX

Pulizie civili ed industriali

ESPERIENZA e TRADIZIONE

UFFICI - CONDOMINI - PALESTRE - POLIAMBULATORI - CANTIERI

Trattamenti Rigeneranti e Protettivi per tutti i pavimenti in pietra naturale e/o materiale sintetico

Lavaggi sbiancature e trattamenti Anti-graffiti e Anti-Smog per pavimenti e pareti di Colonnati e Porticati

Pulizie Professionali di superfici Vetrare anche in Altezza con sistemi ad acqua canalizzata, gru e piattaforme

INFO

Uffici: Via Zanolini, 29/B 40126 Bologna

Tel. e Fax: 051 9913514

P.IVA e C.F. 02747891204

E-mail: asterix.soc.coop@fastwebnet.it - Sito Internet: www.Asterixcooperativa.it

CON CAVE

Risorse ed Ambiente

Attività estrattive, lavorazione inerti e calcestruzzi preconfezionati

via Lame 108 - Trebbo di Reno - Castelmaggiore (Bologna) - Tel. 051.701458 Fax 051.700768

<http://www.concave.it> e-mail: concave@concave.it

Azienda Certificata ISO 9002

Yoga, finalità di un percorso 13

Siamo arrivati all'estate ed è terminato il nostro corso di yoga. Tutti gli anni propongo, la prima settimana di giugno, alcune lezioni di recupero per compensare le assenze o le feste capitate nei giorni dei corsi. Mi ha fatto piacere vedere la partecipazione di tanti, nonostante il caldo. Erano assenti i "fortunati" già partiti per le vacanze. La partecipazione costante e regolare per tutto l'anno mi conferma l'interesse e il piacere di ritrovarsi a praticare. Lo yoga è un percorso individuale, ma si comincia a percepire l'energia del gruppo. Il piacere di sperimentare insieme, verificandosi nelle difficoltà incontrate e condividendo lo stato di calma e di serenità che si può produrre alla fine della pratica. Il gruppo è eterogeneo sia per l'età dei partecipanti che per le loro

attività lavorative, ma questo non crea alcuna difficoltà perché la pratica, le posizioni (asana), sono solo un mezzo per relazionarsi con se stessi e con gli altri. Il pomeriggio della Festa della Polisportiva è stato un buon momento per il gruppo. Le persone che hanno aderito, oltre a dimostrare il piacere di coinvolgere amici e parenti, hanno in modo naturale accettato e gradito ritrovarsi a praticare sul prato del Centro Sportivo. Ma cos'è la disciplina che propongo? Lo yoga mira prima di tutto all'armonia e all'aprirsi totale della persona, ci permette di comprendere ciò che non era in nostro potere prima, e ci aiuta per prepararci all'azione, nella vita di tutti i giorni.

Rita Cutugno

Ginnastica adulti e over

Tempo di vacanze; dunque, carissimi allievi ed allieve del corso di ginnastica artistica adulti ed over, anzi-

tutto tengo a sottolinearvi la mia soddisfazione (spero ricambiata) per avervi seguito in questo percorso di conoscenze ginniche e non solo che, insieme, abbiamo portato avanti e che proseguiremo nel corso della prossima stagione. Per chi ancora non ci conoscesse, ricordo come le nostre lezioni si caratterizzano per il supporto della musica e per una particolare attenzione alle posture corrette; quindi esercitiamo la memoria con specifici esercizi di memory training e utilizziamo attrezzi quali palle, bacchette, elastici e spalliera. Il tutto condito da allegre

coreografie e balli di gruppo. Obiettivi? Un'adeguata e attenta prevenzione psico-fisica di ciascuno di noi. Vale la pena di provare, vero? Agli atleti che sono stati protagonisti dell'anno da poco conclusosi, dell'esibizione di fine corso e della Festa, rivolgo un cordiale arrivederci all'autunno e... ricordatevi di fare i compiti. Un'importante novità per chi fosse interessato a corsi di ballo di gruppo, di ginnastica posturale o di pilates: dal prossimo anno vi aspetto con tanto entusiasmo!

Silvia Morelli

Giornalame

Direttore responsabile
Alessandro Alvisi

Fotografo
Dulio Ansaloni

Indirizzo
Via Vasco De Gama, 20 Bologna
Autorizzazione del Tribunale n. 5286

Stampa



azeta print service s.r.l. Bologna
tel. 051 582022 051 5877427
fax 051 582223
www.tipocolor.com

Conto ZeroNet
il conto corrente on-line di BPER



il tuo conto è ovunque
gratuito, veloce, semplice

Numero Verde
800-205040

**Banca popolare
dell'Emilia Romagna**
GRUPPO BANCARIO Banca popolare dell'Emilia Romagna

www.bper.it

La banca per la famiglia

**Un paese civile
ha bisogno di sangue**

**UN PAESE CIVILE
HA MOLTI DONATORI**



***aiutaci
ad aiutarci***

Distributori Automatici

DISTRIBUTORI AUTOMATICI

SI.RA
service

GESTIONE DISTRIBUTORI AUTOMATICI DI
BEVANDE CALDE-FREDDE-SNACK-FRESCHI

051.684.19.62

PROGETTAZIONE AREE RISTORO
PERSONALIZZATE.

 **Saeco**

CAFFÈ
VERO


Bianchi
VENDING MACHINES

LAVAZZA
ESPRESSO POINT

STOP 256
ABBIGLIAMENTO

VIA EMILIA PONENTE, 256 - BOLOGNA

☎ 051 - 38.47.41



A U T O C A R R O Z Z E R I A

BIGNAMI - TESTONI

Via Agucchi, 74
40131 - Bologna

Tel. 051.31.12.13
Fax 051.64.275.23



www.porrettanagomme.it

CASALECCHIO DI RENO (Bo) Via Guido Rossa, 34

Tel. 051 6132671 - Fax 051 6132880

SILLA (Bo) Via Kennedy, 131

Tel. 0534 30032 - Fax 0534 31099

PISTOIA Via Modenese, 163

Tel. 0573 903268 - Fax 0573 903456

Revisioni
Auto e Moto

Conc. MCTC



25°

la Storia
siamo noi

Momenti di Festa



Immagini delle
Olimpiadi e della
Festa Sociale
del 23 maggio

