

A.S.D. Karate Wa Yu Kai Giussano

Dopo la pausa estiva sono ricominciati i nostri corsi:

- Gioco Karate per bambini dai sei anni agli otto anni
- Karate Sportivo dai nove anni
- Karate Adulti
- Corso di Difesa Personale Realistica riservato alle Donne e Ragazze dai 14 anni in poi



Una breve presentazione del corso di Difesa Personale Realistica:

PRINCIPALI OBIETTIVI

Incrementare l'autostima e una maggior consapevolezza di sé
Dominare lo stress e il panico da aggressione
Vincere la paura di colpire l'aggressore
Acquisizione di semplici tecniche di Autodifesa

PARTICOLARITÀ

Tutto ciò che viene insegnato è praticato e perfezionato ESCLUSIVAMENTE con i Maestri Lorenzo Sala e Angelo Spinelli.

LEZIONI AGGIUNTIVE DEDICATE ESCLUSIVAMENTE ALLE TECNICHE ANTISTUPRO

CHI PUÒ FREQUENTARE

Donne di qualsiasi età e Ragazze dai 14 anni in poi

Perfetto per chi non ha nessuna qualità atletica

Ottimo per chi non ha nessuna esperienza in questa disciplina



DOVE: PAINA DI GIUSSANO - PALESTRA SCUOLA ELEMENTARE ADA NEGRI - VIA ZARA N.16

QUANDO: MERCOLEDÌ DALLE 19,30 ALLE 21,30
Sul nostro sito web <https://www.karategiussanowyk.it/> sono disponibili dei video che illustrano alcuni aspetti che vengono sviluppati durante le lezioni.

Per info Tel. Bugatti Patrizia 333/2145030 sito <https://www.karategiussanowyk.it/>

Il Giussano calcio compie 10 anni

La società è stata fondata da 7 giovani ragazzi nel 2012, quasi per gioco, una scommessa al bar tra una chiacchiera e l'altra. I primi anni di assestamento hanno visto i nuovi dirigenti sdoppiarsi tra campo e segreteria, partecipando ai campionati Csi. Ora, a distanza di 10 anni, il Giussano calcio si trova in seconda categoria e punta a crescere ancora.

Piergiuseppe Vitaliano è il presidente fin dalla nascita della società, **Mariani Michael** il vice, **Binda Federico** il direttore sportivo, **Campeggi Nicolò** il segretario; completano lo staff dirigenziale **Villa Alessandro** e **Piu Gabriele**.

L'allenatore è un giussanese, **Figini Ivan**; al suo fianco, **Stefano Borgonovo** vice, **Colombobassi Roberto** accompagnatore e **Riva Luca** allenatore dei portieri.

La squadra è composta da 25 ragazzi: il più giovane è del 2003, il più "anziano", un altro giussanese con un passato in alte categorie, **Anthony Santagada**, è del '91.

La passata stagione i biancorossi hanno concluso al terzo posto la stagione, sfiorando per soli 3 punti i playoff validi per il passaggio in prima categoria. Quest'anno (la prima gara si è disputata domenica 11 settembre vs Albiatese) i giussanesi parteciperanno ancora al campionato di seconda categoria, girone S. Monzese.

Seguiteci sui social: Facebook . Instagram - @asdgiussanocalcio - #GIUSSANOSIAMONOI



ASDO OSGB Giussano

C'è fermento all'Oratorio di Giussano. Dopo la pausa estiva è ripartita la stagione calcistica per gli oltre 150 bambini e ragazzi che quest'anno si sfideranno con i pari età nei campionati organizzati dal CSI. Il gruppo sportivo, composto da un giusto mix di istruttori qualificati e nuove risorse che hanno portato una ventata di freschezza, ha cominciato alternando allenamenti a partite amichevoli per saggiare il lavoro sul campo. A breve la stagione entrerà nel vivo con le partite di campionato che dal secondo weekend di ottobre si svolgeranno sia il sabato che la domenica pomeriggio in oratorio, considerato il fatto che ci saranno 10 squadre impegnate in partite ufficiali. Per i più pic-

coli, invece, il primo periodo sarà quasi esclusivamente dedicato agli allenamenti per prendere confidenza con il gioco del calcio, ma nella seconda metà della stagione ci sarà spazio anche per le loro prime partite amichevoli. L'invito è quello di seguirci su social e sito ufficiale www.osgbgiussano.it.

Per chi invece ha voglia di calcio vero e genuino, l'invito è quello di seguire le nostre squadre nelle partite interne di campionato presso l'Oratorio San Giovanni Bosco di Giussano. Ricordiamo che l'ingresso a tutte le partite è sempre gratuito. Vi aspettiamo numerosi per divertirvi insieme.



SIAMO UNA MACELLERIA... vendiamo solo carne, di altissima qualità e nel venderla vi offriamo tutta la nostra conoscenza e tutti i consigli che solo i veri macellai possono dare.

Macelleria Gigi Viganò

MINIMARKET DELLE CARNI

Vieni a trovarci a:
Verano Brianza (MB)
via A. Grandi 56

Tel.: 0362.903839
Per ordini tramite WhatsApp
375.6557678

www.luganegadimonza.it

Seguici sulle nostre pagine

