



## Al Cus Napoli ripartono le attività

A settembre le vacanze iniziano ad essere un ricordo e la vita di ogni giorno si sforza di tornare alla sua ordinarietà. Tra gli esami della sessione autunnale, la ripresa delle lezioni universitarie, gli impegni di lavoro, cresce il desiderio di ritagliare del tempo per sé, per staccare la spina e rimettere il corpo in movimento dopo ore davanti alla scrivania. Il Cus (Centro Universitario Sportivo) Napoli risponde a questa esigenza ripartendo con le attività. A tornare in campo per primi sono stati gli iscritti ai corsi di **Tennis**, a partire dal 12 settembre; i corsi bisettimanali hanno un abbonamento di 200 euro per il trimestre. Il 20 settembre, invece, il ritorno in vasca per gli iscritti ai corsi di **Acquagym, Idrostation e Nuoto**, sia per bambini che per adulti. L'iscrizione (frequenza

bisettimanale) per gli studenti universitari ha un costo di 40 euro per la mattina e di 55 euro per i turni serali; stesso costo per l'abbonamento riservato agli studenti universitari da 12 ingressi per il nuoto libero. Sono ripresi anche i corsi di **Pallavolo** (210 euro l'anno) e quelli di **Acrobatica Aerea** (65 euro mensili). Dal 26 settembre riprendono tutti gli altri corsi, dal **Pilates**, al **Karate**, al **Taekwondo**. Il costo dell'abbonamento bisettimanale per universitari per il Pilates è di 40 euro mensili, con un'integrazione di 10 euro è possibile associare anche il corso di Fitness. La palestra di Fitness è aperta il lunedì, mercoledì e venerdì dalle 8.00 alle 22.30, il martedì e il giovedì dalle 8.00 alle 22.00, mentre nel weekend dalle 8.00 alle 13.30. Le lezioni per i corsi di Lotta e Taekwondo si svolgono presso la Palestra Quadrifoglio, in Via Cincinnato, mentre quelle di Judo e Karate nella sala Arti Marziali, tutte con un costo di partecipazione di 40 euro mensili. Disponibili con un abbonamento per studenti universitari anche i corsi di **Yoga Ashtanga** e **Vinyasaal**, costo mensile di 55 euro. I corsi universitari di **Atletica leggera** ritornano con un abbonamento annuale di 200 euro, mentre il costo per l'abbonamento annuale universitari per la **Pallacanestro** è di 210 euro. Per maggiori informazioni su giorni e orari dei singoli corsi e per conoscere quali altre discipline sono attive quest'anno, è possibile consultare il sito del CUS Napoli.

Agnese Salemi

### COME ISCRIVERSI

Per iscriversi al Cus, il complesso sportivo ha sede in Via Campegnà 267 (Stazione Metro Linea 2 di Cavalleggeri d'Aosta), occorrono un certificato di sana e robusta costituzione; attestazione di iscrizione universitaria o di appartenenza alle categorie personale docente, tecnico-amministrativo, dottorandi, master, borsisti, assegnisti e personale universitario in quiescenza. La quota d'iscrizione annuale per gli studenti ed il personale universitario è di 30 euro, 10 per gli studenti Erasmus.

### Tornei Interdipartimentali

In vista di una vivace stagione di tornei interdipartimentali, sono aperte le iscrizioni per **Calcio, Calcio a 5, Basket e Volley**. I tornei sono indetti e organizzati dal CUS Napoli e sono riservati agli studenti iscritti ad un Corso di Laurea degli Atenei partenopei. Le squadre dovranno essere formate da studenti afferenti ad uno stesso Dipartimento. Sono ancora in aggiornamento le date delle competizioni.

### Volontari del Servizio Civile

Lo scorso 16 settembre è iniziata l'esperienza presso le strutture del CUS Napoli dei volontari del **Servizio Civile Nazionale**. A seconda delle competenze, sono state assegnate diverse mansioni: da chi si occuperà della gestione del sito internet del centro, alle pagine social, a chi supporterà l'attività dei tecnici sportivi nei vari corsi erogati. Il progetto sociale coinvolge otto figure e prende il nome 'No-Limits', nella convinzione che lo sport sia senza barriere e rappresenti lo strumento di integrazione per eccellenza.

### CNU di Canoa e Canottaggio

Dopo il successo dello scorso anno, tornano a Sabaudia (in provincia di Latina) i **Campionati Nazionali Universitari di Canoa e Canottaggio**, nel weekend del 7, 8 e 9 ottobre. Questa seconda edizione è realizzata grazie alla collaborazione sportiva e istituzionale di CUSI, FICK e FIC. La partecipazione è riservata agli studenti universitari iscritti all'anno accademico 2021/22 e 2022/23. In vista di questi CNU, il CUS Napoli prevede la formazione di una propria rappresentativa, ma al momento nomi ed equipaggi sono ancora in via di definizione.





Raggiungi i tuoi traguardi

Allenati con noi



C. U. S.  
NAPOLI

**VIENI AL CUS: RIMETTITI IN FORMA IN PIENA SICUREZZA!**

Sport, passione e tanto divertimento: acquagym, acrobatica aerea, atletica leggera, calcio a 5, canottaggio, difesa personale, fitness, idrostation, judo, karate, lotta, MMA, nuoto, pallacanestro, pallavolo, pankration, pilates, scacchi, taekwondo, tai chi, tennis, yoga, qui al Cus Napoli c'è solo l'imbarazzo della scelta.

Da noi puoi seguire più attività sportive senza cambiare struttura, con la possibilità di un allenamento integrato e completo. Inoltre offriamo agevolazioni agli studenti universitari Erasmus.

Ci sono tanti buoni motivi per venire al Cus Napoli, ma a fare la vera differenza saranno i risultati!

**DOVE SIAMO:** A pochi passi da Monte Sant'Angelo e dalle aule di Fuorigrotta e Agnano, il Cus Napoli è raggiungibile anche in metro: la fermata è **Cavalleggeri d'Aosta (linea 2)** da cui è possibile prendere il **bus R7** o incamminarsi a piedi. Puoi raggiungerci anche in auto o in motorino dal momento che disponiamo di un'ampia area di parcheggio gratuito, riservato ai nostri Soci.

**INFO:** Per essere sempre aggiornato sulle nostre news clicca "**Mi Piace**" sulla nostra Pagina Fb Ufficiale "**Cus Napoli ASD**" e seguici su Instagram e tutti i nostri canali social. Per ulteriori info puoi passare a trovarci a Fuorigrotta, visitare il nostro sito internet oppure contattarci ai nostri recapiti.

**CENTRO UNIVERSITARIO  
SPORTIVO di NAPOLI**

Via Campegna 267 - 80124 Napoli  
Tel.: 081 762 12 95  
Email: [cusnapoli@cusnapoli.org](mailto:cusnapoli@cusnapoli.org)



[www.cusnapoli.it](http://www.cusnapoli.it)