



Un calendario fittissimo di iniziative natalizie al Cus Napoli

Un calendario particolarmente ricco quello delle iniziative natalizie al Centro Universitario Sportivo di via Campegna. Dal 12 al 23 dicembre, si segnala un susseguirsi di eventi a cui parteciperanno gli iscritti alle varie comparti sportive. Vivo è il desiderio di passare qualche ora insieme a divertirsi dopo lo stop imposto dal Covid nelle festività trascorse.

Ha aperto il ciclo di eventi il **Fitness**, il 12, con **'Spartacus'**: una prova di massimale, assoluto e relativo, con la premiazione dell'atleta più resistente. La sfida è principalmente con se stessi, per provare a superare i propri limiti. Mercoledì 14 le donne del fitness si sfideranno per aiutare nella corsa la **slitta di Babbo Natale**. "Tra i recenti acquisti della palestra c'è un **tappeto di resistenza che permette di simulare il movimento di spinta**. Abbiamo voluto giocare con il tema natalizio e dare questo nome all'incontro del 14", racconta il tecnico del fitness, **Italo Gatta**. Chi, in 30 secondi, avrà coperto più metri verrà premiata come 'migliore renna dell'anno'. Il 17 dicembre **MMA** e **Pankration** organizzano una lezione congiunta con l'ASD Kodokan. Il 19 nuovo evento per il comparto **Fitness** con una **fiesta sociale** per tutti i frequentatori della palestra. Un'occasione di socialità e aggregazione, con la proclamazione di alcune men-

zioni speciali: il/la più puntuale, il/la più simpatico/a, il/la più sportivo/a e molti altri. Il premio principale della serata prevede l'abbonamento di un mese gratuito in palestra. Dopo il successo della scorsa giornata di workshop, tornano le iniziative dello **yoga**: il 15 si tengono le lezioni di **'Happy Pylates'** con le Mamme Natale al Circle Polare Artico, un gioco di parole divertente che fa riferimento ad alcuni attrezzi che verranno impiegati durante la pratica. Domenica 18 dicembre ci sarà il passaggio di cintura per gli atleti del **Karate**; il 20 il passaggio di cintura per i ragazzi del **Taekwondo**, mentre per quelli di Judo la data programmata è il 23. Il 19 dicembre si terrà anche la premiazione per il **torneo sociale interdipartimentale di Tennis**, mentre nella settimana di Natale ci saranno i **tornei di Basket** (21 dicembre) e **Volley** (22 dicembre). Varie iniziative anche per l'**Atletica leggera** il 19 e 20 dicembre, tra cui la XXXIesima edizione del **Memorial Ettore Milone** e **Acrobatica Aerea** il 21 dicembre. Infine, il comparto **Nuoto** organizza, il 21, l'esibizione dei giovani **Cavallucci Marini** e lo **Sprint di Natale**, dopo aver raccolto un diffuso successo con l'esibizione dello scorso anno, a cui hanno preso parte anche due atlete della nazionale di Nuoto Sincronizzato.

Agnese Salemi



Orari di apertura nel periodo natalizio

Nei giorni festivi e prefestivi del periodo natalizio il CUS Napoli osserverà l'orario di apertura domenicale. In particolare nei giorni 24, 25, 26 e 31 dicembre, 1 e 6 gennaio sarà possibile praticare le seguenti attività negli orari indicati:

- nuoto libero dalle ore 8.00 alle ore 14.00 (ultimo ingresso ore 13.00)
- fitness dalle ore 8.00 alle ore 13.30
- jogging: dalle ore 8.00 alle ore 14.00 (ultimo ingresso ore 13.00)
- fitto campi tennis: dalle ore 9.00 alle ore 14.00 (ultimo campo prenotabile ore 13.00).

Tennis: 230 atleti ai Campionati assoluti regionali

Hanno avuto inizio, presso i campi sportivi del CUS Napoli, i Campionati assoluti regionali di Tennis, in svolgimento dal 5 al 18 dicembre. Si contano più di 230 iscritti, un folto gruppo di tennisti agonistici che fanno parte delle diverse società campane di tennis convenzionate con la FIT. L'evento ha ottenuto il patrocinio della Regione Campania e del Comune di Napoli. In palio il titolo di vincitore per la categoria singolare maschile e singolare femminile. Un evento che dà lustro al CUS Napoli e sottolinea la centralità di questo polo sportivo nella regione.