

VOLLEY CLUB

Aspettative e obiettivi

La mia nomina a Presidente del Volley Club Cascinese non rappresenta un cambio di rotta per la società, ma una continuità nel percorso condiviso e avviato con Stefano Cecchini e Gabriele Petrini nel 2011.

Questo avvicendamento al vertice della società consentirà a Stefano Cecchini di dedicare maggior tempo alla Polisportiva Casciavola che è stata avviata verso una fase di forte rinnovamento.

Il progetto volley club nacque con l'obiettivo di unire le forze della Pallavolo Cascina a quelle della Polisportiva Casciavola per dare vita a una società il cui obiettivo principale fosse quello di realizzare una vera e propria scuola di pallavolo dedicata ai più piccoli.

Ritenevamo allora e riteniamo ancora di più oggi, che sia necessaria una più ampia revisione del concetto di sport e soprattutto di uno "Sport" non certamente milionario come quello della pallavolo che anche agli alti livelli ha subito un forte ridimensionamento a causa del periodo di grave recessione che il nostro paese sta attraversando. Nella serie "A", sia maschile che femminile, la realtà non è più quella dei primi anni '90 quando la pallavolo attirava in Italia i grandi campioni provenienti da ogni parte del mondo. Il periodo d'oro è proseguito fino alla metà del primo decennio del nuovo secolo per poi mano a mano spegnersi. Quella che era la "terra del ben godi", con atleti e atlete che sbarcavano nel nostro paese alla ricerca di ingaggi stratosferici, oggi si trova a dover affrontare un vero e proprio esodo verso altre realtà profondamente diverse dalla nostra: Russia, Turchia, Cina, Giappone.

Anche la serie B1, categoria in cui hanno militato per diversi anni sia Cascina che Casciavola, poteva essere considerata a tutti gli effetti fino ai primi anni duemila, un campionato semiprofessionistico, con importanti budget a disposizione grazie al contributo di aziende floride, che poteva garantire a molti giovani anche un'opportunità di lavoro seppur limitata nel tempo.

Da qualche anno però la situazione è fortemente e irrimediabilmente mutata e anche nel nostro territorio le risorse economiche sono oramai al lumicino e se a Pisa e dintorni si vorrà tornare a vedere una pallavolo di alto livello, si dovranno unire le forze tra le società sportive vicine, lasciando da parte rivalità e campanilismo. Le singole società dovrebbero concentrare le poche risorse a disposizione soprattutto investendo nella professionalità e nelle competenze di coloro che verranno chiamati a insegnare pallavolo.

E' proprio nei momenti di crisi che devono emergere nuove idee, che si deve trovare il coraggio di rinnovare con la consapevolezza che se si vuole sopravvivere qualcosa si dovrà pure fare.

I settori giovanili delle società sono stati per troppo tempo trascurati e si è cercato di trovare "fuori" quello che non eravamo in grado di realizzare in casa.

Il progetto Volley Club è nato proprio con l'obiettivo di costruire nel medio lungo periodo un settore giovanile importante con alle spalle una società coesa e ben strutturata, aperta a chiunque voglia dare il proprio contributo.

Buon divertimento a tutti.

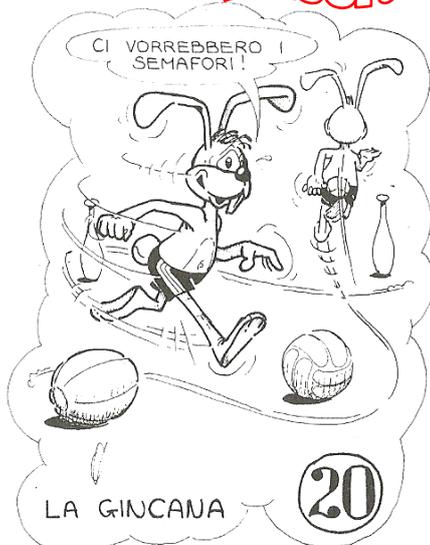
Luigi A. Pierotti



Il 9 dicembre 2013 ha avuto inizio il progetto "Lo Sport a Scuola", promosso dal Comune di Cascina - Ufficio Sport.

La nostra referente Elena seguirà con attenzione e professionalità l'attività condivisa e predisposta per questo progetto. Siamo lieti di poter collaborare anche quest'anno con il Comune di Cascina, da sempre sensibile all'attività motoria di base, per la quale stanzia investimenti mirati ad un'offerta articolata e competente. E se qualcuno volesse informazioni ulteriori sulla nostra collaboratrice e sulla sua attività, veda <http://palestraatlanta.it/>





ESERCIZIO "LA GINCANA"

L'esercizio è piuttosto semplice, ma abbiamo bisogno di piccoli mattoncini di plastica. Si procede nel modo illustrato dal disegno lungo una linea retta : si parte con il piede destro sul mattoncino e si colloca il secondo mattoncino davanti all'altro alla distanza di 30/40 cm; quindi si poggia il piede sinistro, si recupera il mattoncino sul quale poggiava il piede destro e si ripete l'esercizio senza perdere l'equilibrio. Viene calcolato il percorso a tempo e si aggiungono 5" per ogni penalità (perdita di equilibrio). E' possibile organizzare una gara tra una o più squadre.

Li riconoscete ... sì, sono sempre loro, i nostri coniglietti che ci accompagneranno anche quest'anno per tutto il tempo della nostra attività nei corsi. Un gradito ritorno ... speriamo !

ESERCIZIO "L'OMBRA"

Questo esercizio è veramente semplice: si corre sul posto nel modo illustrato partendo dalla DISCESA. Al fischio dell'istruttore si passa alla fase due (PIANURA), quindi dopo un altro fischio alla fase tre (SALITA). E' un esercizio di riscaldamento e di resistenza, può essere effettuato prima dell'allenamento sulla palla, a piccoli gruppi che si predispongono sul terreno di gioco su file frontali all'istruttore. Dopo un po' diventa faticosissimo, ma se volete diventare degli atleti, bisogna saper soffrire !!!



ESERCIZIO "IL GALOPPO LATERALE"



E' necessario predisporre un cerchio interno (formato da birilli) ed uno esterno, in modo da formare una specie di pista più o meno lunga secondo le esigenze dell'allenamento. L'atleta si pone sulla linea di partenza e al fischio dell'istruttore corre velocemente all'interno della pista, senza far cadere i birilli e cercando di effettuare il giro nel minor tempo possibile. E' opportuno effettuare più giri (tre, cinque o quanti l'allenatore riterrà opportuno); per ogni atleta viene preso il tempo di percorrenza, a cui si aggiungeranno le penalità nel caso facesse cadere i birilli (5" per ogni birillo). Al termine dell'esercizio i primi tre miglior tempi, effettueranno uno spareggio per il titolo di SPEEDY GONZALES della giornata.

Il primo importante appuntamento ...

Anche la VCC e Volley Casciavola per TELETHON

Il programma della Festa

Comune di Cascina

Con la collaborazione di

7 DICEMBRE 2013
CASCINA
Corso Matteotti
ore 15.00 / 18.30

eleThon

Corri per Telethon – una corsa per la vita
 Gruppi Podistici del Comune di Cascina
 Corsa podistica ludico-motoria aperta alla cittadinanza
 prova valida per il Trofeo delle Tre Province e per il Trofeo Pisano provinciale di Podismo, di Km. 2/5/10
 partenza da Corso Matteotti

Oggettistica natalizia, palloncini colorati, giochi usati, libri e fumetti
 Ass. Onlus "Grande Giò" - Coop. Soc.le "Il Cammino"
 Manufatti e ricami
 Ass. "Mani Attive" - "Sartoria della Solidarietà"
 Creazioni artigianali a cura dei bambini del Centro Il Girasole
 Ass. P.S. "Diamoci la mano"
 Creazioni artigianali a cura dei bambini delle scuole
 Scuola "S. Teresa"
 Scuola dell'infanzia Misericordia di Cascina "Gli orsacchiotti"
 Istituto Scolastico "Falcone"
 Esibizioni di danza
 Ass. "Danza Città di Cascina"
 Misurazione della glicemia
 Pubblica assistenza e Misericordia di Cascina

Manifestazioni correlate

Esibizioni artistiche, concerti
 Filarmónica Municipale "Puccini"
 A.I.D.E. Onlus
 sabato 14 dicembre ore 17,00
 Auditorium CNR via Moruzzi 1 Pisa
 Filarmónica Leopoldo Mugnone
 Sabato 7 dicembre
 Sala della biblioteca Cascina

Tornei di calcio settore giovanile
 Pol. "Piccoli Azzurri" - Pol. "Pulcini Cascina"
 Ass. "S. Frediano Calcio"
 sabato 7/domenica 8 dicembre
 Campo sportivo "Nuovo Tettora" Cascina
 Campo sportivo "Parra" S. Frediano

Tornei di minivolley femminile under 12
 Ass. "Pallavolo Cascina"
 Domenica 15 dicembre dalle ore 15,00
 Palestra nuova via Galilei Cascina

Ass. "Casciavola Volley" - "Volley Club Cascinese"
 venerdì 20 Dicembre dalle ore 15,45
 Palestra Russo A Casciavola

Torneo di scherma
 Circolo Scherma Navacchio
 domenica 16 dicembre dalle ore 9,00
 Centro 380° di Navacchio via Guelfi Casciavola

Esibizioni di danza
 Ass. "Shall We Dance"
 13 dicembre ore 21,00
 Sala Futura,
 via dei fossi doppi 95
 S. Stefano a Macerata

Si impegnano attivamente per Telethon presso le proprie sedi
 "la Scuola Pascoli di S. Frediano a Settimo"
 "la Misericordia e il Centro sociale di Latignano"
 "l'Università della Libera Età"
 17 dicembre 2013
 Via Galilei 90 Cascina

ore 15,30 : inizio attività VCC con giochi vari;
ore 17,15 : consegna della strena a bambini e bambine VCC;
ore 17,30 : merenda;
ore 18,00 : discorsi di circostanza, premiazione concorso per il miglior disegno dello scorso anno e a seguire consegna della strena atleti Polisportiva;
ore 18,30 : estrazione lotteria e foto di gruppo.

Il 20 Dicembre 2013.

Come lo scorso anno chiediamo la collaborazione dei genitori per organizzare la merenda al termine dello spettacolo e della strena. Ognuno può portare ciò che vuole, la società provvederà all'acquisto di tovagliolini, posate, piattini e bicchieri. Non chiediamo alcun impegno particolare perché deve essere la festa dei bambini, ma ci farebbe piacere che vi fosse una partecipazione numerosa e sentita. Vi ringraziamo fin da ora per quel che potrete fare.

A presto.

Un momento di generosità : la LOTTERIA



In occasione della tradizionale festa di Natale la VCC organizza una **LOTTERIA** con premi interessanti (chi verrà, vedrà). Una parte dell'incasso sarà devoluto in beneficenza alla **TELETHON**, un motivo in più per essere presenti e dimostrare la vostra solidarietà

Il Club Cascinese punta sui giovani con il progetto «Sport a Scuola»

Volley La società è impegnata solo nei campionati under 12 e 13

PRESIEDUTO da Stefano Cecchini, con il quale collaborano Mario Bruselli, Luigi Pierotti, Giovanni Masotti e Luciano Viviani, tutte persone competenti e da sempre vicine al mondo della pallavolo, il giovane – è solo al suo terzo anno di attività – Volley Club Cascinese si propone come società il cui scopo è sviluppare il settore giovanile.

UNA FINALITÀ assai impegnativa che richiede tempo e risorse economiche e che non si lascia distrarre dalla voglia di scendere in campo per partecipare a campionati di qualsiasi livello, ad eccezione di competizioni di promozione sportiva under 12 e 13. «Noi abbiamo voluto cambiare rotta – dice Pierotti – costituendo un team dedicato esclusivamente ai giovanissimi che vogliono impa-



rare il volley. Per questo motivo – prosegue – abbiamo scelto istruttori competenti e motivati, ma soprattutto capaci di operare con i bambini». Una scelta, questa, che si sta dimostrando vincente, dal momento che il numero de-

gli iscritti è cresciuto (e il trend prosegue ancora) di anno in anno. Lo staff tecnico – Giancarlo Dainelli, Virginia Coli, Giulia Cerri e Rachele Luppichini – è affidato a Sabrina Berrini, un'atleta dal palmares eccezionale: 6 scu-

detti negli anni '90 con le squadre di Ravenna e di Bergamo, 4 Coppe dei Campioni e 1 Coppa del Mondo, oltre ad aver indossato circa 300 volte la maglia della Nazionale. «Dopo anni e anni di competizioni a livello altissimo, sono stata ben contenta di calarmi nel ruolo di allenatrice per trasferire ai giovani la mia esperienza maturata sui parquet di mezzo mondo. Per il momento, però, la cosa più importante è che per i più giovani il volley sia un gioco che diverte e che li spinge a fare attività psicomotoria».

E CHE IL VOLLEY Club Cascinese si dedichi esclusivamente ai giovani lo dimostra il fatto che in collaborazione con il Comune e con le scuole del territorio si è impegnato a portare avanti il progetto «Sport a Scuola».

Paolo Vestri



Riceviamo e pubblichiamo le attività del Comune per le festività natalizie

A Natale regalati... la tua Città!

Mercatini, laboratori, giochi e tanto altro in Corso Matteotti e Piazza dei Caduti

Sabato 7 Dicembre

Ore 9-20 Mercatino Natalizio del CCN in collaborazione con Concommercio Pisa, a cura dell'Associazione Antares;
ore 11 Maghi, animatori, giocolieri a cura di MAGIC JOE - TUTTINFESTA srl.
ore 14-17 Decoriamo il nostro albero con le ciancucce Laboratorio a cura di: Le Caramelle Animazione
ore 15-17 Truccabimbi a cura di: Le Caramelle Animazione

Domenica 8 Dicembre

Ore 9-20 Mercatino di Natale a cura dell'Associazione Rilax
ore 11 Maghi, animatori, giocolieri a cura di MAGIC JOE - TUTTINFESTA srl.
ore 14-17 Stelline colorate per il nostro albero di Natale Laboratorio a cura di: Le Caramelle Animazione
ore 15-17 Truccabimbi a cura di: Le Caramelle Animazione

Sabato 14 Dicembre

Ore 9-20 Mercatino del Riuso a cura di Confesercenti Toscana Nord e Geofur spa
Le Scuole al mercatino! Mercatini dei bambini e delle bambine delle seguenti scuole: *Primario S. Giovanni Bosco, B. Ciari, G. Galilei, media G. Pascoli (I.C. Falcone), primaria U. Cipolli (I.C. De André), media L. Russo (I.C. Borsellino), Gli Orsacchioni e Il Grillo (Municipalità Cascina) scuola dell'infanzia Santa Teresa.*
ore 11 Maghi, animatori, giocolieri a cura di MAGIC JOE - TUTTINFESTA srl.
ore 14-17 Una ghiandola molto speciale Laboratorio a cura di: Le Caramelle Animazione
ore 15-17 Truccabimbi a cura di: Le Caramelle Animazione
ore 16-18 Pomeriggio con Peppa Pig a cura di CCN Cascina e Concommercio

Domenica 15 Dicembre

Ore 9-20 Mercatino del Biologico a cura dell'Associazione Rilax
ore 11 Maghi, animatori, giocolieri a cura di MAGIC JOE - TUTTINFESTA srl.
ore 14-17 Un albero di Natale di ciancucce Laboratorio a cura di: Le Caramelle Animazione
ore 15-17 Truccabimbi a cura di: Le Caramelle Animazione
ore 16-18 Laboratorio per bambini a cura di Non solo Fiori e dimostrazione di Cake Design a cura di Sugar Start

Lunedì 16 Dicembre

Ore 17-18 Raccontastorie per bambini a cura di CCN e Concommercio

Martedì 17 Dicembre

Ore 16,30-19 Laboratorio di decorazioni con Panno Lencio a cura di Il Cucitutto

Mercoledì 18 Dicembre

Ore 16-19 Gonfiabile di Bimbo Piante

Giovedì 19 Dicembre

Pomeriggio Fluo a cura di CCN e Concommercio

Venerdì 20 Dicembre

Animazione itinerante a cura di CCN e Concommercio

Sabato 21 Dicembre

Ore 9-20 Mercatino natalizio del CCN in collaborazione con Concommercio Pisa a cura dell'Associazione Antares;
ore 14-17 Centro tavola Laboratorio a cura di: Le Caramelle Animazione
ore 15-17 Truccabimbi a cura di: Le Caramelle Animazione
Spettacolo di Burattini "Cecino" a cura di Crear è bello
ore 16.30 - 18.30 Baby dance a cura di Miodra Danza - esibizione a cura della scuola di danza Malleminium - proiezioni di viaggio in Valigia a cura di Settemari e Amo il mondo
ore 21 Serata musicale a cura di CCN e Concommercio

Domenica 22 Dicembre

Ore 9-20 Mercatino del Riuso a cura di Confesercenti Toscana Nord e Geofur spa
ore 11 Maghi, animatori, giocolieri a cura di MAGIC JOE - TUTTINFESTA srl.
ore 14-17 Centro tavola Laboratorio a cura di: Le Caramelle Animazione
ore 15-17 Truccabimbi a cura di: Le Caramelle Animazione
ore 16 Dona il tuo regalo a cura di Baby Bazar

Lunedì 23 Dicembre

Ore 9-20 Mercatino di Natale a cura dell'Associazione Rilax
ore 11 Maghi, animatori, giocolieri a cura di MAGIC JOE - TUTTINFESTA srl.
ore 14-17 Stella di Natale Laboratorio a cura di: Le Caramelle Animazione
ore 15-17 Truccabimbi a cura di: Le Caramelle Animazione
Animazione in strada a cura di CCN e Concommercio

Martedì 24 Dicembre

Ore 9-20 Mercatino di Natale a cura dell'Associazione Rilax
ore 11 Maghi, animatori, giocolieri a cura di MAGIC JOE - TUTTINFESTA srl.
ore 14-17 Stella di Natale Laboratorio a cura di: Le Caramelle Animazione
ore 15-17 Truccabimbi a cura di: Le Caramelle Animazione
Sorpresa di Natale per i bambini a cura di CCN e Concommercio

A SAN CASCIANO

Il Comitato San Casciano e la Filarmónica Puccini organizzano in Piazza Nenni dal 6 dicembre al 6 Gennaio il Natale con i Fuochi.
Ogni venerdì, sabato e domenica con orario dalle 18.00 alle 24.00 gastronomia, musica e animazione. Il sabato e la domenica animazione per bambini anche dalle 10.00 alle 18.00.

A SAN LORENZO A PAGNATICO

L'Associazione SLAP 89 organizza in Piazza Sandro Pertini Sabato 21 e Domenica 22 dicembre i Mercatini Solidali, con stand gastronomici, Esposizione di manufatti e Babbo Natale.



Palestra e orari :

Il Presidente comunica che a seguito dell'incremento dei bambini per lo svolgimento delle attività della Società oltre alla Palestra Scuola Media Casciavola abbiamo dovuto richiedere la disponibilità della palestra "Ciari" a Cascina con il seguente orario

FEMMINILE

Martedì dalle ore 16.30 alle ore 18.30 palestra Scuola Elementare "Ciari" - Cascina Via Galilei

Mercoledì dalle ore 15,45 alle ore 19,30 palestra Scuola Media Casciavola - Casciavola Via Pastore

Venerdì dalle ore 15,45 alle ore 19,30 palestra Scuola Media Casciavola - Casciavola Via Pastore

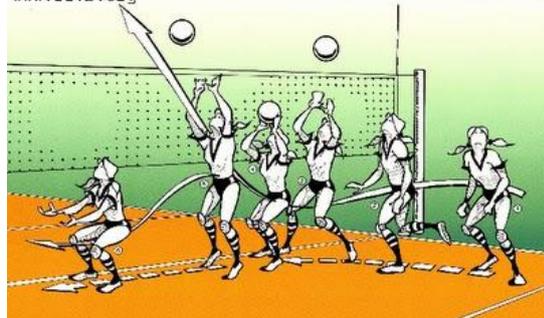
MASCHILE

Martedì dalle ore 16.30 alle ore 18.30 palestra Scuola Media Casciavola - Casciavola Via Pastore

Giovedì dalle ore 17.30 alle ore 19.30 palestra Scuola Elementare "Ciari" - Cascina Via Galilei

Venerdì dalle ore 16,45 alle ore 18,15 palestra Scuola Media Casciavola - Casciavola Via Pastore

www.fivb.org



Ricordiamo ai nostri atleti che è possibile inviare anche quest'anno disegni, ma che abbiano come tema i nostri coniglietti che giocano a pallavolo. Nel prossimo numero pubblicheremo i disegni che verranno consegnati agli Istruttori. Partecipate numerosi !!!

Spazio riservato agli sponsor della pubblicazione

Chi fosse interessato a comparire per i prossimi numeri su questa pubblicazione può contattare direttamente il presidente dell'associazione Pierotti Luigi Andrea (340-8837755), oppure il vice-presidente Mario Bruselli (347.3917116)

IDEA INFISSI
di Parri Emiliano

Falegnameria - Infissi in Legno
Infissi in pvc - Porte -
Ristrutturazione - Zanzariere

Via Oroseli n 60 www.ideainfissifalegnameria.com
56023 Navacchio - Pisa
P. iva 01516710504
tel. 3479430946 Fax 050740294

IDEA INFISSI
di Parri Emiliano

Falegnameria - Infissi in Legno
Infissi in pvc - Porte -
Ristrutturazione - Zanzariere

Via Oroseli n 60 www.ideainfissifalegnameria.com
56023 Navacchio - Pisa
P. iva 01516710504
tel. 3479430946 Fax 050740294

IDEA INFISSI
di Parri Emiliano

Falegnameria - Infissi in Legno
Infissi in pvc - Porte -
Ristrutturazione - Zanzariere

Via Oroseli n 60 www.ideainfissifalegnameria.com
56023 Navacchio - Pisa
P. iva 01516710504
tel. 3479430946 Fax 050740294

IDEA INFISSI
di Parri Emiliano

Falegnameria - Infissi in Legno
Infissi in pvc - Porte -
Ristrutturazione - Zanzariere

Via Oroseli n 60 www.ideainfissifalegnameria.com
56023 Navacchio - Pisa
P. iva 01516710504
tel. 3479430946 Fax 050740294