

Lo sport per il sociale

# Endurance Alta Brianza, i Lions aiutano le famiglie bisognose del territorio

L'endurance Alta Brianza è realizzata dal Club Lions Capiago Intimiano, in sinergia con il Comune di Alzate Brianza, e avrà luogo in coda alla Fiera Secolare domenica 14 settembre.

Come ogni anno, la manifestazione avrà un chiaro intento benefico: soddisfacendo lo slogan "L'endurance, con i Lions, per il sociale - I Lions, con l'endurance, per il sociale", si mira infatti a una raccolta fondi da destinare, in questa occasione, ai bisogni urgenti e reali di alcune famiglie segnalate dal Comune ospitante.

L'endurance equestre è uno degli sport equestri di maggior diffusione al mondo. Le competizioni consistono in corse di resistenza su percorsi di varia natura e un chilometraggio che varia dai 30 ai 160 km a seconda delle categorie. Una delle peculiarità della disciplina è l'attenzione alla salute del cavallo. Ogni 30-35 km infatti l'animale viene sottoposto a un'accurata visita veterinaria per valutare se le condizioni del cavallo sono idonee per continuare.

Il percorso di gara, sviluppato su circa 30 km, sarà ripetuto fino a 3 volte dai cavalieri, a seconda



della categoria, e interesserà anche i Comuni di Mariano Comense, Brenna, Cantù e Carugo.

La gara si svolgerà su sentieri già esistenti e preventivamente ripuliti e mantenuti, al fine di migliorarne anche una successiva fruizione anche per altre tipologie di frequentatori (famiglie, joggers, bikers).

La gara regionale di endurance, tappa unica del campionato under 21 "Trofeo Emanuele e Angelica Chiodi", prevede tre categorie (Cen B - 90 km, Cen a - 60 km, Debuttanti - 30 km), prevede i

seguenti orari:

- ore 7,00 apertura segreteria e bar ristoro (perfezionamento iscrizioni e consegna pettorali, a seguire visite veterinarie)
- ore 8,00 partenza in frotta cat. Cen B

- ore 9,00 partenza cat. Cen A - concorrenti ogni due minuti
- ore 10,30 partenza cat. Debuttanti - concorrenti ogni due minuti

- best condition per le tre categorie
- ore 17,00 premiazione

Ecco il programma delle attività

promosse dal Lions Club Capiago Intimiano che si svolgeranno durante la giornata del 15 settembre presso l'area zootecnica di via Santuario ad Alzate Brianza:

- prova gratuita della glicemia - dalle ore 10,00 alle 13,00 e dalle 14,00 alle 15,00 rilevazione delle glicemie capillari con glucometro, misurazione circonferenza vita e pressione arteriosa, compilazione di un questionario con il calcolo del rischio di sviluppare diabete nei prossimi 10 anni (una copia trattenuta a fini statistici, una consegnata ai partecipanti) tutte le rilevazioni e le schede sono anonime e svolte da medici

- gazebo per la raccolta di occhiali usati, sia da vista che da sole

- dalle 10,00 alle 12,00 circa "giro in carrozza" riservato ai bimbi

- dalle 14,00 alle 16,00 circa "battesimo della sella" con merenda riservato ai bimbi

- dalle 14,00 alle 16,00 laboratorio per i bimbi "decoriamo i ferri"

- gazebo mercatino libri usati
- alle ore 11,30 e alle ore 15,00 unici due spettacoli di "cavallo in libertà"

## Mountainbike, un'attività sportiva per godere della natura intorno a noi

Arosio mtb nasce da un gruppo di amici che, con dedizione e passione, hanno trasformato la mountainbike in un'attività fisica ricca di forti emozioni e in armonia con la natura, a pochi passi da casa. Proprio per fare questo l'associazione comasca porta avanti una scuola di mountainbike, dove vengono preparati tutti i ragazzi appassionati, sia a livello agonistico, sia per chi vuole solo tenersi in forma e divertirsi.

E sempre con questo spirito i membri di Arosio mtb parteciperanno alla Fiera Secolare di Alzate con diverse iniziative.

Sabato 6 settembre, dalle ore 9.00 alle ore 12.00 e dalle 16.00 alle 18.30, test



bike: prova su percorso sterrato con mountain bike corratec, messe a disposizione dei partecipanti da Cicli Mosca Mariano Comense. Adatto sia per adulti che ragazzi. Dalle ore 15.00 alle ore 16.00 dimostrazione pratica degli allievi del corso mtb ragazzi 7-14 anni con la par-



tecipazione del maestro Alessandro Nardin.

Domenica 7 settembre, dalle ore 9.00 alle ore

12.00 e dalle 15.00 alle 16.00 ancora bike test e dalle ore 16.00 alle ore 18.30 percorso a cronometro per ragazzi 7-14 anni con gadget offerto da Cicli Mosca a tutti i partecipanti e premiazione finale dei primi classificati.

L'associazione ricorda che è obbligatorio per tutti i partecipanti l'uso del casco.

Per ulteriori informazioni: Asd Arosio mtb, via G. Casati 1, Arosio (CO), telefono 338.9394715 - email arosiomtb@gmail.com.