

VareseNews

Scegli lo sport che fa per te, il corso è gratis

Pubblicato: Venerdì 23 Ottobre 2009

Il comune di Olgiate Olona, in collaborazione con Mosaico Giovani, Provincia di Varese e Informagiovani ha attivato il progetto "Giovani e Sport" che permette ai giovani di Olgiate Olona di iscriversi a corsi gratuiti di diverse discipline sportive che saranno attivati, gratuitamente, a partire da gennaio 2010. I partecipanti ai corsi potranno poi partecipare alle prime "Olimpiadi della Valle Olona", un'iniziativa che verrà organizzata nel prossimo futuro.

Per iscriversi ai corsi ci si può rivolgere all'ufficio servizi sociali del comune. Nel periodo di preparazione si svolgeranno ad integrazione e completamento dell'attività 4 incontri serali di formazione che tratteranno diversi temi. Il primo incontro sarà dedicato alla scelta della disciplina con il titolo "Lo sport giusto per me – riconoscere le proprie aspettative e le proprie motivazioni nella scelta dello sport da praticare", un altro riguarderà "Come affrontare una prestazione sportiva: la gestione delle emozioni e dei pensieri", con il Dott. Daniele Crosta, psicologo sportivo. Gli incontri "L'importanza dello sport" e "Lo sportivo a tavola" saranno tenuti, invece, dal Dott. Carlo Guardascione, medico provinciale dello sport.

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it