

## PANATHLON Club Lucca



**Ludis iungit**

**1961**

### **ATTIVITA' SVOLTA ANNO 2013**

Quest'anno oltre alle conviviali che sono state organizzate in modo tale da coinvolgere oltre i soci un ampio pubblico per contribuire a diffondere sempre più gli ideali del Panathlon, si sono portati avanti importanti progetti accomunati dall'obiettivo di sensibilizzare alla pratica dell'attività fisica e di facilitare l'accesso all'anello delle Mura nel cinquecentesimo anniversario dell'inizio della loro costruzione.

In previsione delle iniziative per ricordare i 500 anni delle Mura di Lucca, è stato portato avanti con l'Opera delle Mura e l'Amministrazione comunale di Lucca il progetto "**Salute sulle Mura di Lucca**" con cartelli indicatori per facilitare la pratica di attività sportive sulle Mura e la pratica del test di Cooper. Una casermetta ristrutturata dovrà servire come casa dello sport per ospitare eventi ed essere punto di riferimento per gli sportivi che frequentano le Mura.

Si prevede di estendere il progetto "**Qui si fa Fair-Play**" ad altri impianti e gruppi sportivi mediante la distribuzione e l'affissione di cartelli che indicano chiaramente che le attività sportive vengono praticate nel rispetto e nella valorizzazione del Fair-play.

Il Panathlon ha patrocinato la **5° Luccamarathon** che è diventata gara internazionale. Lo stesso giorno si è svolta la Lucchesina gara non competitiva, aperta a tutti.

Questo è il programma delle conviviali svolte:

## **SERATE CONVIVALI**

**28 Gennaio: Assemblea annuale dei soci**

**22 Febbraio: in collaborazione con Atletica Virtus in occasione dei campionati italiani di lanci, ospite l'olimpionica Assunta Legnante, medaglia d'oro alle paralimpiadi di Londra**

**8 Marzo: Donna e Sport al Real Collegio assieme a numerose associazioni: Soroptimist, Lyons, Associazione Donne Medico, Libertas, Coni**

**28 Giugno: 6° Bancarella sport con la presentazione dei 6 libri finalisti del premio nazionale con Fondazione Banca del Monte**

**26 Settembre: Interclub a Uliveto Terme sullo sci alpino, con Caludio Revetto, in collaborazione con l'Area Toscana e numerosi altri Panathlon club toscani**

**5 Ottobre: il club ha ospitato, presso il Museo del Castagno, la riunione del Direttivo dell'Area Toscana con il governatore Rinaldo Giovannini**

**25 Ottobre: Premio Scuola-sport con premiazione delle scuole di primo e secondo grado. In collaborazione con i Panathlon club della Provincia (Castelnuovo Garfagnana e Viareggio), con il Coni, la Provincia e i Veterani dello Sport**

**21 Novembre: assemblea elettiva con elezione del nuovo presidente e del nuovo consiglio direttivo**

**16 Dicembre: Festa degli Auguri**

## **ALTRE ATTIVITA'**

### **GRUPPI DI CAMMINO**

In collaborazione con la provincia di Lucca e con la ASL 2 di Lucca.

L'attività fisica regolare e gli stili di vita corretti incidono positivamente sulla salute. Per aiutare tutti, ma soprattutto gli over 65, si organizzano "Gruppi di cammino": percorsi gratuiti di attività motoria guidata da esperti, con l'obiettivo di prevenire molte malattie e di esercitare il cuore.

Di cosa si tratta: una camminata in gruppo della durata per lo meno di un ora.

Vengono fornite tutte le indicazioni utili su abbigliamento, calzature, alimentazione, esercizi, metodi di allenamento. Il gruppo si incontra 1-2 volte a settimana per permettere lo svolgimento regolare di attività fisica.

Come è organizzato: in orari prestabiliti i partecipanti si incontrano assieme ad un accompagnatore esperto e qualificato. La partecipazione è gratuita.

Come partecipare: è sufficiente inviare una scheda di iscrizione per prenotare il gruppo di cammino.

A chi è rivolto: a tutte le persone che godono di buona salute.

Quali sono i percorsi: viene utilizzato il giro delle Mura di Lucca (4.2 chilometri). E' previsto un percorso anche nel comune di Capannoni con partenza accanto al Distretto Socio Sanitario in piazza A. Moro.

### **Diffusione dell'AGENDA OLIMPICA**

Le Olimpiadi grazie alla loro storia millenaria ma anche al grande spazio loro concesso dai mass-media rappresentano sicuramente ancora non solo l'evento sportivo più importante del quadriennio ma anche l'obiettivo spesso ideale di ogni sportivo. Agli atleti olimpionici vengono ancora attribuiti, in tutti i paesi, grandi onori e riconoscimenti. Le loro imprese diventano storia di tutti i giorni, ma anche leggenda che aiuta tutti a credere nello sport, nei risultati che attraverso esso si possono raggiungere, nei valori e negli ideali che rappresentano. Le ragioni risiedono nell'intento di restituire vigore e sostanza attraverso una indelebile e preziosa testimonianza che vuole riscoprire un mito e interpretare un sogno. I Giochi Olimpici costituiscono l'evento di maggior forza aggregatrice e di più ampio impatto partecipativo del nostro tempo. Un fenomeno universale, non solo sportivo, che ha coinvolto e coinvolge gli uomini nel nome di un messaggio di lealtà, di solidarietà, di fratellanza e, soprattutto, di pace che fu rinnovato alla fine dell'ottocento dal barone Pierre de Coubertin e che giunge a noi dalla civiltà ellenica quale tratto fondamentale della storia dell'umanità. Le radici di questa agenda nascono dall'intento di rinnovare la memoria delle gesta di atlete e di atleti che hanno avvertito il coraggio e l'entusiasmo della partecipazione ai Giochi Olimpici, ne hanno avvertito il peso e ne restarono coinvolti ed affascinati. Il Panathlon club Lucca, il Coni provinciale di Lucca, la Libertas Lucca, l'Associazione medico sportiva dilettantistica di Lucca, con il contributo di Banca Mediolanum e palestra Ego hanno pubblicato un'**AGENDA OLIMPICA** uniti dall'obiettivo comune di diffondere i valori dello sport e di conoscerli ed apprezzarli meglio attraverso le imprese e le storie che hanno caratterizzato e caratterizzano le Olimpiadi moderne.

Nel corso dell'anno l'AGENDA OLIMPICA è stata presentata e diffusa nelle scuole, presso le associazioni sportive, in occasione di manifestazioni sportive, anche presso palestra Life.

### **ALTRE ATTIVITA' PRINCIPALI**

17 aprile presentazione libro di Lunardi

1 maggio, giornata dello sport a Lucca in Piazza Grande, presentazione Agenda Olimpica

Giugno alla libreria Ubik presentazione dei 6 libri finalisti Bancarella Sport

Partecipazione alla partenza dei Mondiali di ciclismo

21 settembre Montecarlo partecipazione alla festa dello sport nella palestra scolastica: sport senza barriere

28 settembre presentazione del libro di Simonetta Simonetti: la Lippa

24 ottobre alla libreria Ubik, presentazione libro di Schiavon, vincitore Premio Bancarella Sport

Il 12 dicembre il Panathlon ha patrocinato: Due mondi si incontrano, gemellaggio tra il Marcellin College di Melbourne (Australia) e gli studenti dell'ITIS Fermi e del Giorni.

Il 13 dicembre, convegno con le Associazioni benemerite, presso Fondazione BdM

### **PROBLEMI ed OBIETTIVI**

- **Aumentare il numero dei soci e coinvolgerli maggiormente**
- **Aumentare progetti comuni con il Distretto e con altri club dello stesso**
- **Aumentare attività assieme ad altri Enti ed Associazioni per promuovere i nostri ideali**
- **Coinvolgere stabilmente il mondo della scuola**
- **Migliorare la situazione economica, trovare sponsor o contributi**

**Il presidente del club**

**dr. Alberto Tomasi**