



Liceo Cantonale Lugano 1
Viale C. Cattaneo 4
CH-6900 Lugano
Tel +41/91/815.47.11
Fax +41/91/815.47.09

Lugano, 22 maggio 2012

AGLI STUDENTI DI PRIMA

PROGRAMMA GIORNATA SPORTIVA 2012

LUNEDÌ 4 GIUGNO:	1A, 1C, 1F, 1G, 1R
MARTEDÌ 5 GIUGNO:	1H, 1L, 1N, 1P, 1Q
MERCOLEDÌ 6 GIUGNO:	1B, 1D, 1E, 1J, 1M

RITROVO MATTINA	8.30	LICEO LUGANO 1 - Entrata palazzetto per CORSA D'ORIENTAMENTO, HIP HOP, IMMERSIONE Posteggio motocicli (dietro il liceo) per RAMPICHINO, WINDSURF LIDO DI LUGANO: entrata lato fiume Cassarate per CANOA, CANOTTAGGIO STADIO DI CORNAREDO - Posteggio Cinestar per le discipline: BEACHVOLLEY, TENNIS (principianti)
	9.00	FERMATA BUS 5 TPL-Vezia Paese per ARRAMPICATA
	N.B.	Partenza bus 5 (VEZIA) da Lugano-Centro (Pensilina Botta): 8.30
	9.00	FERMATA BUS ARL – Tesserete Stazione per ESCURSIONE E RUGBY
	N.B.	Partenza bus ARL da Lugano-Centro (Pensilina Botta): 8.30
INIZIO	9.00	Inizio attività sportive.
PAUSA	12.15	Tutti gli allievi si ritrovano al Lido di Lugano per il pranzo al sacco .
RITROVO POMERIGGIO	13.15	Suddivisione dei gruppi per le attività pomeridiane presso il Lido (Pergola vicinanze orologio centrale)
	13.30	Ripresa delle attività.
TERMINE	16.00	Appello per gruppi sul luogo d'attività e fine della giornata.

N.B. In caso di cattivo tempo la giornata sportiva non avrà luogo e le lezioni si svolgeranno regolarmente.

Con tempo incerto verificare il regolare svolgimento della giornata consultando il sito del Liceo (www.liceolugano.ch).

PROGRAMMA DETTAGLIATO

ARRAMPICATA

Luogo dell'attività: Collina Porza (trasporto pubblico Bus 5/TPL fino a Vezia Paese)
Animatore: Mauro Rossi, guida alpina
Tenuta: sportiva

BEACH VOLLEY

Luogo dell'attività: **Mattino:** Campi beachvolley, Pregassona
Pomeriggio: Lido Lugano
Animatore: Riccardo Rizzello, Claudio Prati, docenti di EF del LiLu1
Tenuta: sportiva (maglietta, pantaloncini) / possibilità di fare la doccia

BEACH SOCCER

Luogo dell'attività: Lido di Lugano
Animatore: Claudio Prati, docente di EF del LiLu1
Tenuta: sportiva (maglietta, pantaloncini), costume e asciugamano

CANOA

Luogo dell'attività: Centro Canoa/Canottaggio Foce del Cassarate/Lago di Lugano
Animatrice: Laura Netzer
Tenuta: sportiva, asciugamano (ev. abiti di ricambio per il pomeriggio)

CANOTTAGGIO

Luogo dell'attività: Centro Canottaggio Foce del Cassarate/Lago di Lugano
Animatore: Monitori Club Canottieri di Lugano
Tenuta: sportiva, costume, asciugamano (ev. abiti di ricambio per il pomeriggio)

CORSA D'ORIENTAMENTO

Luogo dell'attività: Lugano città
Animatore: Massimo Fioroni, docente EF del LiLu1
Materiale: bussola (per chi la possiede)
Tenuta: sportiva

ESCURSIONE

Luogo dell'attività: Val Capriasca, tutta la giornata
Animatore: Edy Foletti, Dina Nideröst docenti del LiLu1
Materiale: zainetto, borraccia, **pranzo al sacco**, t-shirt di ricambio, mantellina, cappellino, occhiali da sole, crema solare
Tenuta: sportiva, scarpe con suola profilata, ev. bastoni da trekking

HIP-HOP

Luogo dell'attività: Palestra Nuova, Liceo Lugano 1
Animatrice: Manuela Bernasconi
Tenuta: sportiva

IMMERSIONE SUBACQUEA

Luogo dell'attività: piscina Liceo di Lugano
Animatore: Dario Pettini, docente di EF del LiLu1
Tenuta: necessario per la piscina/asciugamano

RAMPICHINO

Luogo dell'attività: nel Luganese, tutta la giornata
Animatore: Massimo Fioroni, docente EF del LiLu1
Tenuta: rampichino in perfetto stato e **casco obbligatorio**, zainetto, **pranzo al sacco**, mantellina, borraccia

RUGBY

Luogo dell'attività: Campo sportivo Tesserete (Trasporto con bus di linea ARL)
Animatore: Tiziano Galli, Rugby Lugano
Tenuta: sportiva / possibilità di fare la doccia

SKATE

Luogo dell'attività: Skatepark Cornaredo
Animatore: Yari Kopt
Materiale: a disposizione alcune tavole; chi avesse materiale proprio è pregato di portarlo
Tenuta: sportiva

TENNIS

Luogo dell'attività: **Mattino:** Pregassona/Tennis Club Lugano 1903
Pomeriggio: Tennis Club Lido - Campo Marzio
Animatore: Mauro Morandi, docente di EF del LiLu1
Materiale: chi avesse una propria racchetta è pregato/a di portarla
Tenuta: sportiva

VELA

Luogo dell'attività: Foce del Cassarate, Circolo velico lago di Lugano
Animatore: Lucio Centrodi
Tenuta: sportiva, cappellino e crema da sole

WINDSURF

Luogo dell'attività: Riva S. Vitale (trasporto in minibus), tutta la giornata
Animatore: Valeria Vassalli
Tenuta: necessario per entrare in acqua/asciugamano, crema da sole

WAKEBOARD

Luogo dell'attività: Foce del Cassarate - Lago di Lugano
Animatore: Danilo Crivelli
Tenuta: necessario per entrare in acqua/asciugamano, crema da sole

È assolutamente proibito consumare bevande alcoliche, fumare e allontanarsi dal luogo delle attività.

Il Consiglio di direzione

Il coordinatore delle giornate sportive

Valeria Doratiotto Prinsi

Francesco Beltraminelli