



# ISTITUTO COMPRENSIVO Via AGNESI

Scuola dell'Infanzia "S. Maria" – Scuole Primarie "Via Agnesi" e "Via Diaz" – Scuola Secondaria di 1° grado "Pirotta"  
Cod. Ministero dell'Istruzione MBIC879001 - Cod. Fisc. 83010550156 – ic-  
agnesidesio.edu.it e.mail [mbic879001@istruzione.it](mailto:mbic879001@istruzione.it) – [mbic879001@pec.istruzione.it](mailto:mbic879001@pec.istruzione.it)  
Via Stadio, 13 - 20832 **DESIO** (MB) - Tel 0362/392314 Fax 0362/629863

Circolare n.117

Desio, 9 novembre 2020

Alle famiglie

Al RE e sito web

dell'IC via Agnesi

Oggetto: **Comunicato stampa e locandina dell'iniziativa per allenare i ragazzi in lockdown – CRI Monza e del Rotary Club Monza est**

## Comunicato Stampa

### **CRI Monza, Rotary Club Monza Est e il campione Alessio Martino insieme per allenare i ragazzi in lockdown**

Allenamenti a distanza per sentirsi meno soli e per tenersi in forma.

Il Comitato di Monza della Croce Rossa Italiana e il Rotary Club Monza Est, in collaborazione con il campione italiano di muay thai Alessio Martino, organizzano **allenamenti gratuiti on line rivolti ai ragazzi delle scuole medie e delle scuole superiori**.

L'iniziativa nasce dalla volontà di **aiutare i più giovani ad affrontare questo delicato momento** di emergenza sanitaria: il ritorno alla Didattica a distanza, le chiusure degli impianti sportivi, le restrizioni sulla possibilità di incontro e di socializzazione sono un **duro colpo per la salute psicofisica dei ragazzi**. Chiusi in casa tutto il giorno davanti a un computer, dividendosi tra lezioni, compiti e smartphone, molti adolescenti hanno azzerato la loro attività motoria.

Il progetto prevede **sedute gratuite di allenamento sotto la guida di Alessio Martino: le lezioni saranno in diretta streaming sulla pagina Instagram di Brianza Fighting e si svolgeranno il martedì e il giovedì alle 18.30. La lezione, che durerà sessanta minuti, rimarrà on line per 24 ore**.

“Tutti possono partecipare, anche coloro che non praticano sport - spiega Alessio Martino -. Non servono attrezzi, verranno presentati esercizi a corpo libero che si potranno eseguire anche nella propria cameretta”.

L'obiettivo è stimolare i ragazzi, allontanarli dall'ozio e dalla tristezza determinati dalla mancanza di contatti sociali, nella certezza che **lo sport è un mezzo sano per adattarsi e superare anche questo delicatissimo momento**.

“Verranno organizzate class room dove i ragazzi possono interagire – prosegue Martino -. Durante gli allenamenti verrà incentivata anche l'autostima e verranno insegnate tecniche di autodifesa. L'attività fisica diventa un pretesto per allontanare i più giovane dal torpore e dal sentimento di isolamento che questa emergenza sanitaria genera”.

La scelta dell'orario non è casuale: al termine della giornata di studi, e per i genitori di rientro dal lavoro, è l'occasione per **coinvolgere tutta la famiglia** in un momento di attività sportiva.

“Stare insieme e fare esercizio fisico è una toccasana anche per le mamme e per i papà che in questo

momento sono sotto stress – conclude il campione -. Svolgere insieme esercizi fisici è un modo per darsi forza a vicenda, e insieme superare le difficoltà che questo momento storico ci mette di fronte”. Il Comitato di Monza della Croce Rossa Italiana crede fortemente in questo progetto e nella necessità di essere presenti non solo in campo sanitario, ma anche sociale.

“Il Covid ha sconvolto le nostre vite – commenta **Dario Funaro, presidente della Croce Rossa di Monza** -. Le nostre ambulanze e i nostri volontari sono impegnati h24 al fianco di chi deve combattere con il virus che lo ha contagiato. Ma non dobbiamo dimenticarci anche degli aspetti sociali e psicologici che questa pandemia ha su un'ampia fetta di popolazione. I nostri ragazzi dall'oggi al domani si sono ritrovati chiusi in casa, privati dei momenti di socializzazione e di sport. L'esercizio fisico, sotto la guida di un professionista, è un prezioso aiuto per affrontare la solitudine e il sentimento di tristezza che sta affliggendo anche i nostri giovani”.

Il Rotary Club Monza Est, da sempre sensibile al mondo della scuola, ha deciso di sostenere questi allenamenti a distanza. “Ci sarebbe piaciuto organizzare allenamenti nelle scuole e nelle palestre di Monza – afferma **Gianmaria Bellazzi, presidente del Rotary Club Monza Est** -. Non abbiamo voluto comunque rinunciare a questo “service” e abbiamo accolto con entusiasmo la proposta di Alessio Martino e della Croce Rossa di Monza ad organizzare sedute di allenamento on line. Lo sport diventa valvola di sfogo e aiuta a migliorare le difese immunitarie”.

Le lezioni proseguiranno per tutto il periodo dell'emergenza sanitaria. **Inizieranno il 10 novembre**. Per seguirle basterà collegarsi alla pagina Instagram di Brianza Fighting.



**ogni martedì e giovedì ore 18.30  
con il Campione Italiano**  
👊🇮🇹 **ALESSIO MARTINO** 🇮🇹👊

