



**ASSOCIAZIONE SPORTIVA
DILETTANTISTICA GINNASTICA**



TRITIUM

**A
N
N
O
S
P
O
R
T
I
V
O
2
0
2
2
-
2
0
2
3**



Basiano



Capriate San Gervasio



Trezzo sull'Adda



Pozzo d'Adda



Vaprio d'Adda



Carvico



Villa d'Adda

CONSIGLIO DIRETTIVO CARICHE SOCIALI REVISORI DEI CONTI COLLABORATORI

T. Ranieri
G. Quadri
P- Bonetalli
R. Macchetta
A. Bassani
B. Nadia
R. Monia
B. Natalia
D. Manuela

Presidente
Vice Presidente
Segretario
Consigliere
Consigliere
Consigliere
Consigliere
Consigliere

A. Piazzoni
M. Lorella

COLLEGIO DEI
PROVIBIRI
A. Ambiveri
C. Grumelli

M. Bianca
B. Carla
B. Elide
L. Raffaella
P. Mina

MEDICO
A. Tagliaferri

DIREZIONE TECNICA

Ginnastica Acrobatica GA: M. Elisa
Ginnastica Aerobica AE: R. Michela
Trampolino Elastico TE: K. Olga

Ginnastica Artistica GAF-GAM: S. Veronica
Ginnastica Ritmica GR: R. Emanuela

STAFF TECNICO

AGAZZI CAMILLA	GAF	MORANO CHIARA	GA
ARRIGONI ALESSIA	GAF	NODARI ANNALISA	GAF/AD/GAM
BONFANTI ELIDE	YOGA	PEDRALI LUCREZIA	AE
BONFANTI SARA	GAF	PARAVISI ARIANNA	GAF
BRIGATTI MATILDE	GAF	PARISI SAMANTHA	R
CAGLIANI MARTINA	GAF	PIROLA GAIA	GAF
CASALI ALESSANDRA	AE	QUADRI CAMILLA	AE
CEREDA SILVIA	R	QUADRI FRANCESCA	GAF
CEREDA CHIARA	R	RANIERI MONICA	AE / GAM
COLOMBO CAMILLA	GAF	RIBOLI MARIA EMANUELA	R/AD
FERRARI CHIARA	GAF	RIPAMONTI MICHELA	AE/AD
FONTANA NICOLE	GAF	SALA FRANCESCA	GAF
FRER LAURA	GAF	SCARAMUZZA MARTA	GAF
GALLO SARA	GAF	SIRIANNI ALESSIA GRETA	R
GHEZZI GIADA	GAF	SPADARO VERONICA	GAF
GEROSA LAURA	GAF	TALLARICO GIULIA	GAF
KRUPOCHKINA OLGA	TE	VALONGO SELVAGGIA GAIA	GAF
LOCATELLI ASIA	GAF	VITALI ELENA	GAF
MAGGIORA ELISABETTA	GA	ZUCCHERI NICOLE	GAF
MAPELLI ELISA	GA		

INDICE

Presentazione anno sportivo 2022-23 Pag. 4
locandina Saggio 2023 Pag. 7

- Ginnastica Prescolare:

Basiano	Pag. 8
Capriate San Gervasio	Pag.9
Pozzo d'Adda	Pag.10
Trezzo sull'Adda	Pag.11
Vaprio d'Adda	Pag.12
Villa d'Adda	Pag.13

- GAF Ginnastica Artistica Femminile:

CORSI BASE

Basiano	Pag. 14
Capriate San Gervasio	Pag.16
Carvico	Pag.18
Pozzo d'Adda	Pag.19
Trezzo sull'Adda	Pag.20
Vaprio d'Adda	Pag.21
Villa d'Adda	Pag.22

CORSO INTERMEDIO

CORSO PROMOZIONALE

CORSO UNDER 8

CORSO OVER

- GAM Ginnastica Artistica Maschile Pag.34

- GR Ginnastica Ritmica:

CORSI BASE

Concesa	Pag.36
Pozzo d'Adda	Pag.37
Vaprio d'Adda	Pag.38

- Risultati Sportivi 2021-22

Pag. 70

- Iniziative Estate 2023

Pag. 76

SERIE D LA-LB

LC-LD. SERIE D LD

GOLD

FUTURE GOLD

PREAGONISTICA

- CORSO GINNASTICA PER ADULTI CONCESA

Pag. 39

Pag. 40

Pag. 41

Pag. 42

Pag. 43

- STRETCH & TONE

POZZO D'ADDA

Pag. 43

- GA Ginnastica Aerobica:

CORSO BASE

CORSO SILVER

CORSO GOLD

Pag. 44

Pag. 46

Pag.48

- AE Ginnastica Aerobica

CORSI BASE

Pozzo d'Adda

Vaprio d'Adda

AEROSTART

AEROBIC DANCE

SILVER ECCELLENZE

SERIE D

Pag.50

Pag.51

Pag.53

Pag.55

Pag. 56

Pag. 61

- TE Trampolino Elastico

Pag. 64

- D@NCE WORKOUT

Pag.68



Sito Ginnastica Tritium



FB Ginnastica Tritium



IG Ginnastica Tritium

#latritiumticambialavita

STAGIONE 2022/2023



Ci eravamo lasciati la scorsa stagione con una speranza di una ripresa importante in questa stagione, proposito che si è avverato e ci conforta per il futuro dell'Associazione, nonostante i molti dubbi sui cambi normativi che si prospettano e che non hanno ancora delineato chiaramente l'incidenza sulla nostra struttura, ma sul fronte delle attività e della partecipazione abbiamo rilevato un forte sostegno da parte dei nostri associati. Questo ha portato ad avere molta più fiducia e rincuorato dalle

difficoltà sostenute nel periodo 2020-2022, oggi vediamo un futuro più chiaro.

L'associazione è cresciuta in questa stagione, sia come nr. di tecnici, sia come sedi di proposte sportive, sia come nr. di associati. Oggi possiamo dire di avere una struttura tecnica che si sta concretizzando con giovani ragazze, in aggiunta ai tecnici già presenti e che formano una solida base di supporto, questo ci ha permesso di sciogliere la gestione ad interim del consiglio direttivo sui corsi sportivi e di formare una direzione tecnica composta da tecnici di ogni specialità proposta dall'associazione: Ginnastica Artistica, Ginnastica Aerobica, Ginnastica Acrobatica, Ginnastica Ritmica, Trampolino Elastico.

Essi si occuperanno di tutto quanto concerne la struttura sportiva, lasciando più disponibilità di tempo ai membri del consiglio per programmare e seguire le nuove sfide da affrontare. Oltre a quanto citato, il rinnovato consiglio direttivo, oggi ha iniziato ad operare su più fronti con deleghe assegnate ai suoi membri, aspetto che ha permesso di aggiungere, alle normali deleghe di tipo tecnico nelle varie palestre, anche figure che si occupano di informazione, abbigliamento, aspetti psicologici che possono insorgere nelle ragazze/i.

La prospettiva nel breve futuro è di aprire uno sportello di ascolto a cui tutte le famiglie ed i ginnasti possono trovare supporto per le loro difficoltà, anche in ambito non sportivo. Nella stagione vi è stata un'ulteriore variazione nei programmi tecnici con l'inserimento di nuovi impianti, quelli di Carvico e di Villa d'Adda, grazie alla collaborazione con la Dott.ssa Ubizzoni, che causa sopraggiunte sovrapposizioni di impegni ha pensato alla nostra associazione per far proseguire sul territorio quanto da Lei sviluppato, un particolare ringraziamento per questo lo dobbiamo, GRAZIE.

Ma a questi impianti se ne sono aggiunti altri due, nel comune di Pozzo d'Adda, impianti ad oggi occupati in gran parte da nostre attività, permettendo un leggero alleggerimento dalle strutture di Capriate San Gervasio e di Vaprio d'Adda, migliorando l'offerta di preparazione tecnica delle ginnaste, in particolare della sezione di Ginnastica Artistica, sia per la sezione definita U8, pre-agonistica per ginnaste con età inferiore agli 8 anni, sia per la sezione di Ginnastica Artistica di 1° livello (programma di gara federale LA-LA3), sia per dare una sede di allenamento più ampia alle sezioni agonistiche di Ginnastica Ritmica.

Queste scelte hanno anche permesso di aggiungere l'offerta formativa per i residenti delle zone limitrofe di Pozzo d'Adda ai corsi di base di Ginnastica Artistica, Ginnastica Aerobica e Ginnastica Ritmica ed anche dei nuovi corsi per gli adulti, al momento corso di Ginnastica Posturale, Stretch & Tone e Hata Yoga.

L'avvio delle attività in quest'ultime palestre è stato piuttosto difficoltosa avendo sottoscritto la convenzione di utilizzo ai primi del mese di Ottobre con corsi ormai avviati e con difficoltà per la distribuzione della pubblicità informativa che si è protratta a fine ottobre, ma GRAZIE al sig. Quadri, Assessore allo Sport del Comune di Pozzo d'Adda, durante la stagione i corsi hanno preso interesse e nuovi ginnasti hanno iniziato ad iscriversi.

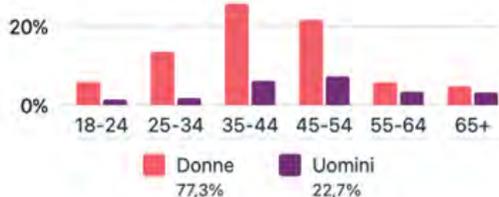
La stagione ha reso possibile, grazie a questi cambiamenti di conseguire numerosi successi, sia a livello locale, sia regionale, interregionale, nazionale ed internazionale, ora la nostra speranza è che essi possano concretizzarsi nella stagione 2023-2024.

Oggi si parla molto di social, ma qual è la loro incidenza nella nostra attività? Non è facile rispondervi, ma si possono portare a conoscenza dei numeri su quello che è la loro consultazione:

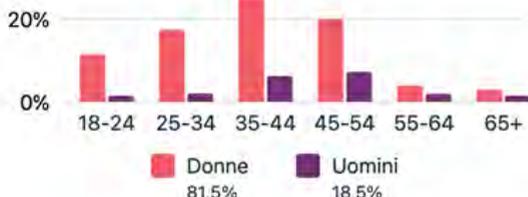
Consultazione del portale www.ginnasticatritium.it circa 3.000 visite anno, con la consultazione di circa 4.200 pagine. Come ci trovano? Il metodo utilizzato si divide in egual modo sia come indicazione diretta che come ricerca casuale. Da dove ci cercano? Nel 94,32% dei casi dall'Italia ed in 5,68% da altri paesi nel modo, di cui 1,98% dagli Stati Uniti. Da quali social?, 80,53% da Facebook ed il 19/47% da Instagram. Quanti hanno visto il nostro sito web dal 2009 ad oggi? Circa 74.500. Quanti sono i Follower su Facebook ? 2796, e su Instagram ? 454.

L'analisi ci porta anche ad un'altra valutazione sulla fascia di età che ci consulta:

Età e genere ①



Età e genere ①



La stagione si conclude con una manifestazione a tema, quest'anno in presenza ed al coperto, forse un po' tradizionale ma molto apprezzata da ginnasti, tecnici e famiglie, la scorsa stagione l'abbiamo presentata all'aperto ma la presenza tanto desiderata del sole ha offerto si una giornata luminosa ma anche molto problematica per l'esecuzione degli esercizi, la scelta di effettuare la manifestazione all'interno di un impianto sportivo ci permette di creare un particolare ambiente più adatto alla presentazione degli esercizi coreografati sulle "Ali della Musica", rendendo speciale questa giornata di festa dell'associazione.

Ricordo come sempre che la partecipazione attiva alla vita dell'associazione è un aspetto importante, anch'essa in quest'epoca moderna, non è un servizio dovuto, ma che serve a far sì che i nostri giovani abbiano una possibilità in più, come nelle altre forme associative è composta da persone che dedicano del loro tempo a sostegno degli altri, nel nostro caso alla crescita sana e in aggregazione, dei nostri ragazzi e ragazze, con un giusto compromesso di competitività senza per esso sacrificare il sano sviluppo del corpo e la loro vita aggregativa.

Un altro aspetto che vorrei ricordare e che mi viene spesso evidenziato da alcuni genitori dei nostri ginnasti è quello economico, in particolare confrontandolo con altri sport presenti sul territorio, una attività come la nostra, ha la necessità più di altri sport di un continuo rinnovamento ed adeguamento delle strutture necessarie ad effettuare la preparazione tecnica dei ginnasti, il cui costo è appesantito dai costi delle attrezzature, che in particolare in questa stagione hanno subito dei notevoli aumenti, ad essi si aggiungono i costi necessari alla formazione continua dei tecnici legati più che mai ai programmi tecnici in continua evoluzione.

La Ginnastica Tritium non è solo il consiglio direttivo, il collaboratore o il tecnico del corso, ma siamo tutti Noi, Ginnasti e loro Famiglie comprese, come alcuni hanno scritto nei loro messaggi UNA GRANDE FAMIGLIA ed attraverso di essa possiamo superare qualsiasi ostacolo.

Un caloroso saluto e invito a dare una lettura su quanto abbiamo fatto nella stagione sportiva trascorsa, e riassunto nell'opuscolo per gli elementi principali, un doveroso ringraziamento per la Vs. presenza e sostegno alle nostre attività ed alle Amministrazioni Comunali che ci supportano.

FORZA GRANDE FAMIGLIA DELLA GINNASTICA TRITIUM



SBL

Maintenance & Development

"Costruzione di edifici residenziali e non residenziali" L'indirizzo dell'azienda SBL MAINTENANCE & DEVELOPMENT S.R.L. è VIA S. LORENZO, SNC FARA OLIVANA CON SOLA 24058. Email: info@sblservizi.com tel. 3409780776



Associazione Sportiva Dilettantistica
Ginnastica TRITIUM



PRESENTA

SULLE ALI DELLA MUSICA

10 Giugno 2023 ore 18:00

Centro Sportivo "G. Facchetti"



Via Papa Giovanni XXIII

Cassano d'Adda

Ingresso Libero



Ginnastica Prescolare Basiano

Siamo molto contente delle dell'entusiasmo con cui avete sempre partecipato agli allenamenti, migliorando di volta in volta, facendoci sempre spuntare un sorriso. Vi auguriamo una buona estate e vi aspettiamo a settembre per un nuovo anno insieme !

Emanuela, Silvia, Chiara, Samantha, Alessia

Alice Marrella, Amira El haimar, Arij El haimar, Aurora Capobianco, Beatrice Boffelli, Emma Pilea, Gaia Avadanei, Gloria Muresan, Greta Serena Lacatus, Irene Costiniuc, Noemi Semini, Victoria Gaspani



Ginnastica Prescolare Capriate



Grazie!!!

Cristian
Ludovica
Ilaria
Desiree
Sofia
Kimberly
Nourssin
Emma Gambirasio
Emma Nervi
Celeste
Francesca
Jannat
Ginevra

Grazie per le emozioni che ci avete regalato piccolini!!
Che bello è stato vedere i vostri visi stupiti e emozionati nel poter fare la vostra prima gara e poi riuscire a farne un'altra un mese dopo (nonostante la stanchezza per la lunga attesa).
Le vostre prime volte sul trampolino e sulla trave alta (neanche il tempo di farvela vedere che ci eravate già saliti!).
Grazie per quello che ci avete trasmesso, perché alla fine voi imparare molto ma noi cresciamo tanto grazie a voi!

Le vostre Laura, Sara e Elena



Ginnastica Prescolare Pozzo d'Adda

Anche quest'anno è giunto al termine, nel migliore dei modi. È stato il primo anno di ginnastica per tutte le bambine e bambini, nonostante i corsi siano stati una novità, siete stati in moltissimi, tutti desiderosi di imparare.

I più piccoli si sono cimentati in giochi e percorsi alternativi, per migliorare lo sviluppo motorio, imparando le basi della ginnastica.

Anche per il corso base, non solo tramite percorsi e giochi, abbiamo posto le fondamenta della ginnastica per poi applicarle sui vari attrezzi.

Inoltre ci siamo preparati per la prima garetta portando a casa ottimi risultati.

Buone vacanze a tutti, speriamo di rivederci a settembre sempre con il vostro entusiasmo.

Le vostre allenatrici Asia e Selvaggia!!!!



Beatrice D., Nicole S., Cloe V., Dado, Giulia C.,
Dominique C., Rebecca G., Gioele G., Andrea C.,
Enea L., Alessandra C., Alice N., David L.N.



Ginnastica Prescolare Trezzo sull'Adda



Emily, Sofia, Aurora, Arianna, Anna, Clara,
Tommaso, Umberto, Margherita



Eccoci qua, un altro anno è giunto al termine! Siamo contente che il gruppo si sia notevolmente ampliato: alle ginnaste dello scorso anno si sono affiancate delle nuove bambine che si sono approcciate con entusiasmo per la prima volta a questo sport.

Dopo tanto tempo di stop dalle gare, finalmente le giovani atlete hanno potuto partecipare alla gara intersocietaria.

Anche i nostri piccoli atleti del baby hanno potuto cimentarsi nella loro prima gara, adatta ovviamente alla loro età e alle loro capacità motorie. Anche in questo caso, le soddisfazioni non sono mancate.

Speriamo di aver trasmesso ai nostri piccoli atleti la passione per questo bellissimo sport e ci auguriamo di rivedervi tutti l'anno prossimo!

Giulia, Francesca, Giada



Ginnastica Prescolare Vaprio d'Adda

Ecco a voi le piccole del corso baby di Vaprio:
Beatrice, Anna, Aria, Chiara, Laura, Kristal,
Sofia, Rebecca, Arianna...cucciole dolci e
coraggiose!!! Grazieeee!

Annalisa



Beatrice, Anna, Aria, Chiara, Laura, Kristal,
Sofia, Rebecca, Arianna, Gaia, Lara Beatrice



Ginnastica Prescolare Villa d'Adda



Villa Peschiera è la scuola paritaria di Villa d'Adda che da anni propone attività post-scolastiche per tutti i suoi alunni. Da quest'anno, la scuola ha affidato i corsi pomeridiani di ginnastica alla Tritium, corsi aperti ai soli alunni della scuola.

Le insegnanti: Sara, Camilla, Chiara

Psicomotricità

Questo è il corso frequentato dai bambini della scuola dell'infanzia. Noi insegnanti siamo state contente di vedere adesioni sia da femmine che da maschi. Lo scopo delle lezioni è stato quello di far provare ogni tipo di movimento possibile ai bambini, provare attrezzi e sperimentare sempre in un clima gioioso e giocoso.

Cari bambini, non dimenticheremo le vostre grida di gioia ogni giovedì pomeriggio in palestra... Ci hanno fatto sudare, ma soprattutto divertire e riempire di energia!

Riccardo,
Nikita,
Tobia, E.,
Linda,
Giorgia,
Sofia,
Antea



Corso base Basiano

Alessia, Matilde, Elena, Daria, Chiara,
Angela, Diego

Al corso di Basiano sono iscritte 6 bimbe e 1 bimbo, sempre allegri e con tanta voglia di imparare.....divertendoci! Grazie per il loro impegno e costanza e grazie ai genitori, sempre disponibili.

Un grazie speciale a Marta Scaramuzza e Alessia Arrigoni le co-istruttrici del corso. Sempre attente e preparate. Insieme, oltre allo svolgimento del corso, abbiamo preparato le bimbe per la gara intersocietaria che è stato un appuntamento importante per tutti.

Annalisa Nodari





ASSI•PLUS

Il valore aggiunto nelle scelte assicurative



Il valore aggiunto nel noleggio a lungo termine



LIBERI di SCEGLIERE il MEGLIO

Trezzo sull'Adda (MI) - Via Mazzini, 70 - T. +39 02 90967401
grezzago@assi-plus.it - www.assi-plus.it - assi-plus@pec.it

Corso base Capriate

Eccoci qui !!!! si è concluso un nuovo anno durante il quale finalmente abbiamo ricominciato con gare e manifestazioni col pubblico presente.

Che dire....emozioni uniche!!! sia da parte nostra come allenatrici, ma soprattutto da parte delle nostre piccole e grandi atlete che non si sono risparmiate, posizionandosi benissimo nella nostra Intersocietaria (per la maggior parte di loro la prima!).

Possiamo dirvi solo una cosa...siamo orgogliose di voi!!!

Continuate così !!!

Ci vediamo l'anno prossimo a settembre ancora più cariche!!

Le vostre "maestre " (ce la faremo a farci chiamare per nome prima o poi!!)

Laura, Nicole e Sara

Elementari:

Aisha Benhmid, Beatrice Merola, Sofia Fumagalli, Silvia Lucchini, Gaia Litti, Eleonora Teani, Inas Haidji, Riva Ginevra , Vittoria Paris, Elena Iovino , Gaspani Matilde, Stevanon Benedetta, Lisa Albani, Beatrice Tasca, Sofia Giardina, Madona Ambra Aurora Dorini, Arianna Colombo, Julia Galeffi, Cardia Elisa, Emily Pedrali , Longo Rebecca, Giuliana Moreira, Joy Moreira, Adele Sala, Angela Pedruzzi, Cecilia Trubia , Anna Comotti, Kristel Cattaneo, Giorgia Marchi, Rubinstein Ambra, Gambirasio Aurora, Turano Gioia, Migliarisi Ilaria



Medie:

Abbadini Sophia, Marta Fontana, Angelica Spada, Alice Carminati, Kleissa Merkja, Malvestiti Claudia, Chiara Bolis, Lara Arsuffi, Elisa Castelli, Lucia Manoni, Francesca Rota, Benedetta Sala, Martina Quadri, Nadia Bertoncelli, Spada Aurora



Corso base Capriate

Anno ricco di soddisfazioni !!!!
Sia nella gara di Cornate ,dove abbiamo ottenuto ottimi risultati, che nella nostra Intersocietaria di Capriate. Che dirvi... siamo estremamente soddisfatte dei risultati ottenuti e pronte per ricominciare un nuovo anno e cercare di alzare ancora di più l'asticella... Grazie a tutte voi per quello che ci date ad ogni allenamento .

Laura, Gaia e Arianna



GAR

Corso base Carvico

Gruppo piccole:

Viola, Patrizia, Vittoria Ru., Grazia, Ginevra, Letizia, Gaia, Emma, Nadia, Alice, Beatrice R., Camilla, Aurora, Vittoria Ri., Beatrice V., Camilla, Isabel, Chanel, Alessandra, Emma, Sofia, Bianca, Valeria

Primo anno di attività della Tritium a Carvico. Il corso nasce dall'eredità di tanti anni di ginnastica artistica nel paese. Sono state davvero tanto le bambine e le ragazze che hanno deciso di dare fiducia a questa nuova direzione.

Il gruppo è molto numeroso e l'entusiasmo si è fatto sentire ad ogni allenamento. L'impegno è stato ripagato da tante medaglie vinte alla gara intersocietaria di Aprile e la gioia negli occhi di bambine e ragazze ad ogni nuovo elemento imparato ci motiva a proseguire con sempre più grinta. Noi istruttrici ci auguriamo di avervi trasmesso un po' del nostro amore per questo magnifico sport.

Per le atlete più piccole: continuate a portare con voi la gioia e le risate che in palestra conosciamo bene. Alle atlete più grandi auguriamo di continuare a essere curiose e piene di voglia di imparare sempre qualcosa di nuovo.

Ci rivediamo tutte l'anno prossimo, con nuove risate, nuove capovolte e nuovi obiettivi da raggiungere!

Le vostre istruttrici,
Sara, Matilde, Laura, Chiara, Camilla, Martina



Gruppo Mezzane:

Alissa, Charlotte, Celeste, Violante, Sofia I.,
Giorgia, Martina, Krystall, Klara, Giulia, Laura,
Camilla S., Alessia, Sofia D., Diana F., Camilla
C., Ludovica, Diana S, Alice, Irene, Rebecca,
Giada

Gruppo Grandi:

Adelaide, Virginia, Matilde M., Nicole R. B., Sara, Linda F., Alice
B., Sofia, Camilla, Gaia V., Giulia, Anna M., Alice R., Melissa,
Emma, Gaia S., Diana, Matilde V., Greta, Nora, Emanuela,
Anna C., Mia, Letizia, Rebecca, Linda C., Matilda, Keren, Elena,
Isabella, Nicole A., Elisa, Greta S., Adele, Greta B.



Corso base Pozzo d'Adda

Anche quest'anno è giunto al termine, nel migliore dei modi. È stato il primo anno di ginnastica per tutte le bambine e bambini, nonostante i corsi siano stati una novità, siete stati in moltissimi, tutti desiderosi di imparare.

I più piccoli si sono cimentati in giochi e percorsi alternativi, per migliorare lo sviluppo motorio, imparando le basi della ginnastica.

Anche per il corso base, non solo tramite percorsi e giochi, abbiamo posto le fondamenta della ginnastica per poi applicarle sui vari attrezzi.

Inoltre ci siamo preparati per la prima garetta portando a casa ottimi risultati.

Buone vacanze a tutti, speriamo di rivederci a settembre sempre con il vostro entusiasmo.

Le vostre allenatrici Asia e Selvaggia!!!!



Nadia G., Martina M., Mia P., Vanessa M., Arianna G., Gaia D.C., Viktoria B, Giorgia M., Nicole Teresa Q.



Corso base Trezzo sull'Adda



Daniela, Aysel, Habiba, Giulia F., Yumi, Emily, Chiara L., Aida, Marta, Sofia, Sara, Giulia S., Emma, Irene, Sophia Amelie, Lia, Chiara, Marwa, Sara, Giulia Giovanna



Eccoci qua, un altro anno è giunto al termine! Siamo contente che il gruppo si sia notevolmente ampliato: alle ginnaste dello scorso anno si sono affiancate delle nuove bambine che si sono approcciate con entusiasmo per la prima volta a questo sport. Dopo tanto tempo di stop dalle gare, finalmente le giovani atlete hanno potuto partecipare alla gara intersocietaria. Nonostante per quasi tutte fosse la prima gara, sono riuscite ad ottenere ottimi risultati, conquistando numerosi podi. Sono state in grado di trasformare la loro agitazione in adrenalina, mostrando così il lavoro fatto in palestra durante l'anno e l'impegno messo negli allenamenti. Siamo felici che il divertimento, valore fondamentale dello sport, sia stato alla base di questa nuova esperienza. Anche lo spirito di squadra è stato essenziale nell'affrontare la gara, infatti le ragazze si sono sostenute e supportate a vicenda, creando così un forte legame.

Giulia, Francesca, Giada



GAN

Corso base Vaprio d'Adda

Un anno importante per le bimbe del corso base di Vaprio. Alcune di loro, che frequentano già da anni precedenti, hanno potuto dimostrare i progressi ottenuti, ma anche chi era al primo anno, ha avuto la possibilità di confrontarsi con successo durante la gara intersocietaria.

I miei complimenti alle bimbe che con costanza e gioia frequentano il nostro corso. Grazie ai genitori per la disponibilità. Grazie a Marta che ha condotto con me il corso con dedizione e creatività!

Annalisa

Anche quest'anno è terminato e sono molto contenta per l'impegno e l'entusiasmo con cui avete affrontato gli allenamenti e la gara intersocietaria di Capriate.

Sono fiera di aver visto un gruppo di piccole ginnaste in cui ci si sostiene l'una con l'altra. Continuate così!!

Marta



Angelica, Sara, Celeste, Rim, Lara, Gaia, Arianna, Thyara, Aurora, Amelia, Francesca, Valentina, Camilla, Esterina, Ginevra Camilla, Lara, Aria



Corso base Villa d'Adda



Bianca, Matilde, Allison, Alyssa, Clelia, Lucia, Angelica, Noemi, Zofia, Alyce Penelope, Gloria, Cecilia



Villa Peschiera è la scuola paritaria di Villa d'Adda che da anni propone attività post-scolastiche per tutti i suoi alunni. Da quest'anno, la scuola ha affidato i corsi pomeridiani di ginnastica alla Tritium, corsi aperti ai soli alunni della scuola.

Le insegnanti: Sara, Camilla, Chiara

Questo corso riprende dopo 2 anni di fermo a causa del Covid. Il primo anno a direzione Tritium. Noi istruttrici siamo felici di vedere che la voglia di proporre la ginnastica artistica non è stata fermata da questi ultimi anni difficili. L'entusiasmo delle bambine che entravano in palestra dopo la merenda è sempre stata la nostra ispirazione.

Ci vediamo l'anno prossimo, con l'inizio del nuovo anno scolastico, cariche e pronte a imparare nuove capovolte, verticali e salti!

Corso 1° livello

Quest'anno è stata una novità e una grande sorpresa, sia per noi istruttrici che per le nostre ginnaste.

È un corso che per diversi anni è stato sospeso, ma quest'anno finalmente è ripartito. Anche se in poche, le ragazze, sono state molto determinate in ogni obiettivo prefissato.

L'inizio d'anno è stato un un po' turbolento: le ginnaste solo in quattro e la palestra non attrezzata, ma nonostante questo non ci siamo perse d'animo. Abbiamo puntato molto sulla preparazione fisica e il perfezionamento delle basi, che in seguito hanno dato importanti risultati.

Durante l'anno il corso è cresciuto sia tecnicamente che numericamente. Grazie alla grande passione e dedizione, un aiuto non indifferente delle attrezzature necessarie, le ragazze sono riuscite a preparare la loro prima gara di Serie D LA3 conquistando: il gradino del podio per Noemi A., e a un soffio dal terzo posto per Lucia R. Il lavoro svolto quest'anno ci ha portato a far gareggiare Noemi, Lucia, Emma e Aurora D. alla gara di squadra di LA3 conquistando un quarto posto a solo un decimo dal podio.

Ma le soddisfazioni non sono finite, per vincere l'ansia hanno partecipato ad un gara intersocietaria sia individuale che di squadra.



Emma Tristanio, Noemi Alborghetti, Lucia Rossetti, Aurora Baioni, Aurora D'alessio, Giada Bigolin, Miranda Magri, Gaia Sirtori, Ginevra Marcandalli





Nell'individuale: Lucia R. al primo posto e Aurora D. al terzo posto nella classifica assoluta. Anche le altre atlete hanno portato a casa diversi attestati nelle varie specialità (corpo libero, trave, mini trampolino e volteggio) Nella gara di squadra al primo posto troviamo Emma, Aurora B., Aurora D. e Giada, al secondo posto Gaia, Ginevra, Miranda.

La nostra più grande soddisfazione, oltre al raggiungimento degli obiettivi prefissati è sicuramente vedervi unite da questa grande passione che vi ha portato a creare una bellissima amicizia.

Tutto questo è stato possibile grazie al vostro sostegno reciproco che vi ha aiutato a superare con il sorriso i momenti di difficoltà.

Le vostre allenatrici,
Asia e Selvaggia



GNP

Corso 2° livello

Anche quest'anno siamo quasi giunti alla fine dell'anno sportivo, possiamo ritenerci soddisfatte in quanto è stato un anno che ci ha regalato diverse soddisfazioni.

Le ginnaste più grandi di questo gruppo hanno partecipato per la prima volta ad una gara di un livello superiore rispetto a quello dell'anno scorso; l'agitazione e l'emozione in campo gara infatti non sono mancate. Nonostante ciò, nella prima prova individuale Sofia è salita sul terzo gradino del podio nella classifica generale.

Il gruppo delle più piccole invece, le nostre 'gigette', come vengono chiamate in palestra, grazie all'arrivo di una nuova atleta è riuscito a formare un'altra squadra della categoria allieve. Il forte legame che hanno instaurato anche al di fuori della palestra gli ha permesso, nonostante fossero le più piccole, di ottenere un ottimo risultato nella gara di squadra LA3: hanno conquistato il quinto posto su un totale di oltre venti squadre. Arianna e Rebecca, entrambe alla loro prima gara, nella prima prova individuale hanno raggiunto il podio qualificandosi terze, rispettivamente, nella categoria LA e LA3.



Candeloro Lavinia, Riva Arianna, Airoldi Rebecca, Bombonato Alice, Pennati Letizia, Sacchi Sofia, Kalinijabo Sara, Burelli Stella, Carnemolla Giuditta, Biffi Rebecca, Sicari Giulia, Mantegazza Melissa





L'anno sportivo per noi però non è ancora finito, ci aspettano i nazionali di Rimini che si terranno a fine giugno, forza ragazze!!

Ci auguriamo che la vostra passione per questo sport persista nel tempo e che vi continui a portare grandi risultati, non solo nell'ambito sportivo ma anche in quello personale, perché lo sport non è solo un sacrificio a livello fisico ma è anche una via per coltivare legami nuovi e duraturi.



Corso 2° livello

Ed eccoci al momento in cui si tirano le somme di un altro anno sportivo che è quasi giunto al termine. Quest'anno, più che mai, siamo molto orgogliose di questo gruppo che è composto da atlete grandi ma di diverse fasce di età... Abbiamo le più grandi (Vitali Elena, Ghezzi Giada, Sanna Mara, Pirola Gaia e Brambilla Elisa) che sono un ottimo esempio, sempre presenti agli allenamenti, sempre attente, mettendo il 100% del loro impegno negli allenamenti e sempre pronte ad aiutarsi l'una con l'altra. Abbiamo, poi, un altro gruppo di atlete anagraficamente più piccolo (Brambilla Elisa, Bissola Sofia, Marangon Linda, Cerioli Sofia, Cerilli Asia, Mariani Mia e Comotti Giulia) che quest'anno ha lavorato sodo, mettendosi in gioco nel gareggiare in livelli superiori rispetto agli anni precedenti, pur magari non essendo pronte al 100%. Dopo la prima gara che hanno affrontato con molta ansia e tensione abbiamo valutato le debolezze di ogni ginnasta e noi istruttori, insieme soprattutto alle atlete, ci siamo attivati per sistemare le lacune con esercizi specifici e chiedendo sempre di più alle nostre ginnaste ed infatti i risultati si sono visti nella seconda prova dove le atlete hanno saputo affrontare la gara più sicure delle loro capacità! C'è ancora molto da lavorare con tutte le ginnaste... ma per noi istruttori è sempre un piacere visto l'impegno che mettono ed il buon umore con cui affrontano ogni allenamento.



Bissola Sofia, Brambilla Elisa, Cerilli Asia, Cerioli Sofia, Comotti Giulia, Ghezzi Giada, Marangon Linda, Mariani Mia, Pirola Gaia, Sanna Mara, Vitali Elena





Parlando di risultati ottenuti, quest'anno Bissola Sofia si è aggiudicata il 2° posto della classifica generale nel livello LB portandosi a casa anche numerosi riconoscimenti nei singoli attrezzi, Comotti Giulia 3° classificata in parallela nel livello LB, Vitali Elena è vicecampionessa regionale alla trave e al volteggio livello LC, Marangon Linda campionessa regionale alla trave e vicecampionessa al corpo libero livello LC. Ma i complimenti vanno a tutte!! Chi si è confrontata nel livello LD che è un livello tecnico molto difficile in cui le nostre atlete sono state comunque molto

competitive ed anche a tutte le altre atlete che non hanno ottenuto risultati eclatanti ma loro come noi istruttrici sappiamo gli sforzi e i miglioramenti fatti grazie al loro impegno! Ora affronteremo le gare di squadra e successivamente i nazionali a Rimini cercando, come sempre di dare il massimo ed ottenere altre soddisfazioni!!

Auguriamo a tutte le ginnaste di riuscire a mantenere il sorriso in palestra nonostante questo sport sia uno tra i più faticosi e ricordare che non importa il posto in classifica che uno ottiene, ma il percorso che ogni atleta effettua pensando a tutte le difficoltà affrontate ed insieme a compagni ed istruttori superate!!

NON PERDETE MAI IL SORRISO NEL FARE GINNASTICA! QUESTO AIUTA ANCHE NOI ISTRUTTORI AD ESSERE PIU' SERENI NEL VENIRE IN PALESTRA!



GAR

Corso Under 8

Presentiamo il corso delle piccole UNDER 8 che siamo riusciti a far ripartire dopo lo stop forzato dovuto al Covid-19.

L'obbiettivo di questo gruppo è la crescita tecnica per cercare di riportare la ginnastica artistica nel settore Gold con la speranza di avere una futura palestra di allenamento idonea a supportare questo obbiettivo per cui le nostre piccole atlete insieme ai tecnici si stanno allenando duramente.

Questo corso nasce da un gruppo selezionato di bambine scelte da tutti i corsi che la Tritium offre nei vari territori e quest'anno è composto dalle Atlete: Baioni Honey, Centini Letizia, Colombo Lara, Dubbioso Linda, Ghezzi Matilde, Litrico Ginevra e Molteni Emma Diana.

Queste Bimbe che hanno 5 e 6 anni hanno già partecipato a 2 gare intrasocietarie in categorie anche più elevate rispetto alla loro età occupando in entrambe le gare tutti e 3 i gradini del podio ed ottenendo numerosi riconoscimenti ai singoli attrezzi.





Baioni Honey, Centini Letizia, Colombo Lara, Dubbioso Linda, Ghezzi Matilde, Litrico Ginevra, Molteni Emma Diana



Le atlete sono seguite oltre che, alternativamente, dai Tecnici Tritium Fontana Nicole, Sala Francesca e Spadaro Veronica anche del tecnico Federale Claudia Ferrè che porta una crescita tecnica

oltre che alle atlete stesse, soprattutto ai nostri tecnici.

Queste ginnaste hanno dimostrato di avere passione in questo sport che, purtroppo, è molto precoce e per cui richiede un duro lavoro già alla loro età, nonostante si cerchi sempre di rispettare la crescita fisica e mentale che ogni bambina matura in modo differente e senza far mancare loro il sorriso sulle labbra nel venire in palestra! Noi allenatori siamo molto felici di questo nuovo gruppo di piccole atlete che si impegna duramente e non fanno mai mancare l'occasione di fare delle grasse risate anche a noi tecnici grazie al loro carattere super solare!!

Speriamo di riuscire ad incrementare il corso con altre atlete promettenti e volenterose di imparare questo fantastico sport di nome GINNASTICA!!



GAT

Corso Under 8



Corso Over



Giulia, Asia, Selvaggia, Nicole, Arianna, Marta e Francesca



Siamo Arianna, Asia, Francesca, Giulia, Marta, Nicole e Selvaggia... siamo un gruppo di istruttrici che hanno deciso di proseguire il loro percorso da atlete. Nonostante i vari impegni, siamo riuscite a trovare del tempo da dedicare agli allenamenti. Ci eravamo promesse di tornare in campo gara e così abbiamo fatto rimettendoci in gioco in competizioni di squadra come Lc Silver e Coppa Italia, dove abbiamo conquistato il titolo di campionesse regionali.

Il nostro gruppo si è formato ormai un po' di anni fa in palestra continuando al di fuori... Non possiamo che dire grazie alla ginnastica Tritium per averci trasmesso l'amore per questo sport, i suoi valori e questa amicizia!



Quest'anno in palestra è stato un anno ricco di nuove esperienze e molti cambiamenti; infatti, nostri atleti hanno affrontato per la prima volta le gare del Campionato Individuale Silver, dove hanno ottenuto degli ottimi risultati e hanno avuto la possibilità di affrontare altri atleti delle diverse società lombarde.

Vorrei ringraziare ognuno di loro per la passione e l'impegno che ci hanno messo in ogni allenamento e competizione mantenendo sempre la loro grinta e il loro sorriso. Inoltre, ringrazio Annalisa che mi ha sostituito con grande impegno e dedizione per tutto l'anno.

Per ultimi, ma non ultimi ringrazio i genitori e i nonni per accompagnarli e seguirli con grande passione ed entusiasmo.

Vi auguro buone vacanze e riposatevi un po' che a settembre si torna in palestra sempre più carichi per raggiungere nuovi traguardi e affrontare nuove sfide.

Un forte abbraccio
Monica



Annalisa- Gabriele- Gabriel- Giorgio-Monica- Julian





Uno Studio che si occupa di Amministrazioni Condominiali e Gestione di beni Immobili, dal 2008, orientato nella massima disponibilità verso il cliente.

Lo studio è gestito da due amministratori, iscritti all'Anaci, coperti da polizza assicurativa a tutela degli amministrati, l'amm. Barzaghi si occupa prevalentemente della parte burocratica ed amministrativa e l'amm. Santorino che si occupa prevalentemente della parte manutentiva, contrattuale e legale; impostazione

posta per una garanzia di presenza sui condomini.

Lo Studio combina l'esperienza pluriennale con una gestione moderna e flessibile, sia a livello di consulenza, sia in termini di livello tecnico per offrire il servizio più adatto ai nostri clienti.

Al suo interno sono presenti diverse figure professionali, per offrire consulenze a 360° sulle problematiche condominiali

Gli orari di apertura "libera" dello studio sono i seguenti:

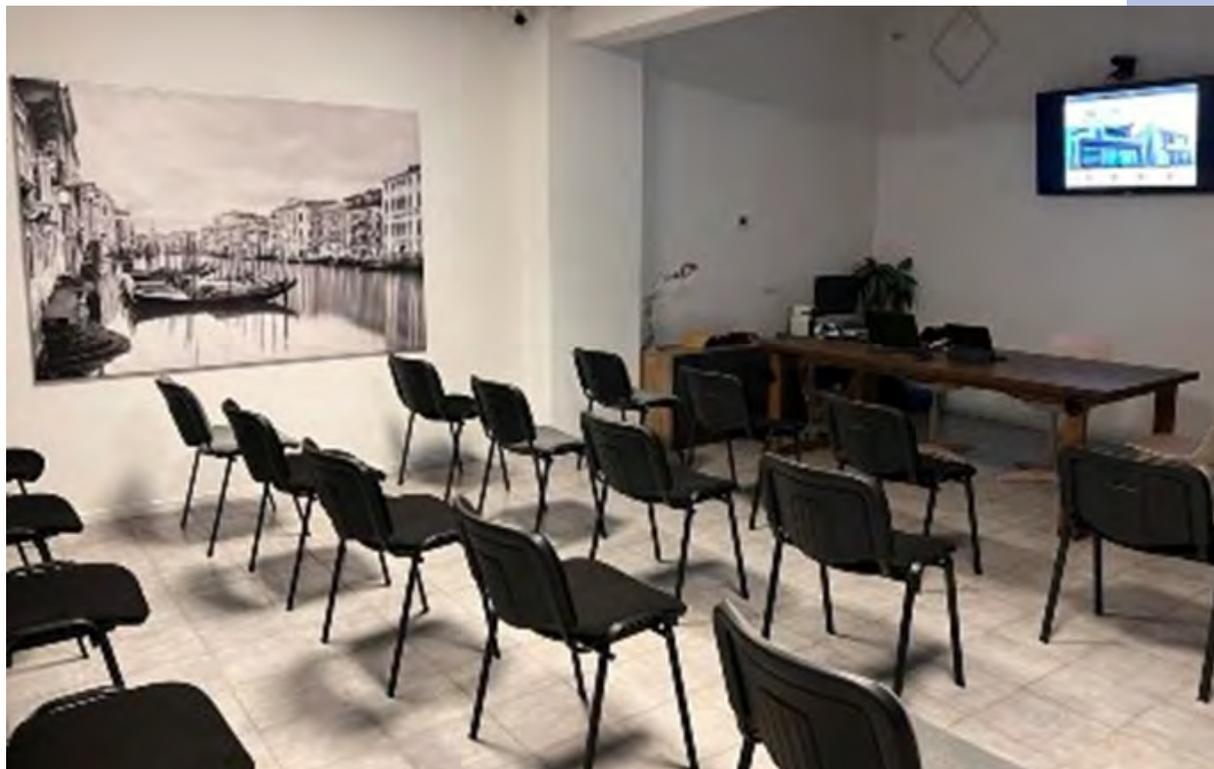
lunedì, mercoledì e venerdì, dalle ore 9:00 alle ore 12:30 e dalle ore 14:00 alle ore 17:00.

Lo studio è a disposizione per necessità di orari differenti, tramite appuntamento.

Il pomeriggio del giovedì è dedicato alle pratiche e consulenze legali.

Per le emergenze è disponibile un servizio di reperibilità sulle 24 ore.

Lo studio è attrezzato con una sala assemblee sanificata giornalmente; oltre alla possibilità di effettuare le assemblee in videoconferenza



Via Santa Marta, 20, 20056 Trezzo sull'Adda MI

GR

Corso Base Concesa

Chiara Cambiagli, Caloni Sveva, Barzagli
Ginevra, Gioia Ginevra, Pulici Sofia, Bonanno
Emma, Arnoldi Bianca, Bassani Viola, Selitto
Francesca, Rogliano Ariel e Sara

Siamo molto soddisfatte di voi, dei vostri miglioramenti, dell'impegno che avete messo in questi mesi. Vi auguriamo buone vacanze e ci vediamo tutte a settembre !

Emanuela, Chiara, Silvia, Samantha, Alessia



Corso Base Pozzo d'Adda



Giorgia Frigerio, Gaia Gorrino, Gloria Cereda, Greta Cambiaghi, Chiara Tocariuc

Siamo orgogliose dei miglioramenti ottenuti dalle atlete del nuovissimo corso base base di ginnastica ritmica con sede a Pozzo d'Adda!

Le adesioni non sono state numerose questo però ha permesso a noi istruttrici di concentrarci in profondità sul maneggio degli attrezzi, sullo sviluppo della flessibilità e della muscolatura, sulla ricerca dell'armonia nei movimenti del corpo e sul superamento dei propri limiti.

Speriamo che le bimbe si siano divertite e che abbiano imparato i valori dell'amicizia, del rispetto, della costanza e della determinazione cose che risulteranno loro utili non solo nello sport ma anche nella vita quotidiana. Grazie a tutte per l'impegno che ci avete dimostrato e per l'entusiasmo che avete portato ogni giorno in palestra. Ci vediamo l'anno prossimo ci raccomandiamo... continuate ad allenarvi a casa!

Emanuela, Samantha, Silvia, Alessia e Chiara



GR

Corso Base Vaprio d'Adda

Siamo molto orgogliosi dei miglioramenti che avete conseguito e di tutto quello che avete imparato durante l'anno con impegno e volontà

Ci vediamo a settembre per continuare il nostro percorso buone vacanze!

Emanuela, Chiara, Silvia, Samantha, Alessia



Klea Marku, Diana Marku, Caiazza Giada, Caiazza Isabella, Aurora Previti, Serena Pellegrino, Alice Farina, Ester Brambilla, Giulia Tedone, Caterina Barbarossa, Dea Pulici



Serie D LA-LB



Mettersi insieme è un inizio,
rimanere insieme è un progresso,
lavorare insieme è un successo.
Siamo fiera di Voi e di come vi siete comportate in queste prime gare.

Emanuela, Samantha, Silvia,
Alessia, Chiara

Meregalli Alice, Riso Aurora,
Catalano Sofia, Vavalà Anna,
Francesconi Lisa



Quando la tua squadra vince, sii pronto ad essere duro, la vittoria rende morbido.

E se la tua squadra sta perdendo, continuate a crederci! Prima o poi riuscirete ancora a vincere!

Siamo comunque fiera di voi!



Emanuela, Silvia,
Samantha, Alessia,
Chiara

Saletti Gaia, Ronchi Sara e
Cambiaghi Elena, Ravanelli Jessica

GR

GR

LC-LD Serie D LD

Jessica Ravanelli, Sara Ronchi, Gaia Saletti, Alena Gambiagli, Samantha Parisi

Ragazze, ormai son tanti anni che ci conosciamo, siamo sempre più fiere delle persone che state diventando e dei miglioramenti che state raggiungendo. Come sapete, in questo sport ci vuole molta testa e volontà, continuate così.

Buone vacanze, ci vediamo a settembre.

Emanuela, Silvia, Samantha, Alessia, Chiara Samantha, Alessia, Chiara



Eccole qua le nostre piccole ma grandi ginnaste! Non è facile unirsi in una squadra, soprattutto se ci sono differenze di età, ma voi ci siete riuscite benissimo. Ricordate che il talento vince i giochi, ma l'impegno di squadra e l'intelligenza sono necessari per ottenere i campionati.

Siamo fiere di voi e di come vi siete unite e comportate questo anno.

Emanuela, Samantha, Alessia, Silvia, Chiara



Gold

Comotti Giorgia, Panayotova Sofia,
Lena Elisa, Arina Hlinka



Non mettete mai limiti, non c'è nulla di
impossibile. Più sognate e più lontano
arriverete.
Continuate così! Fantastiche!

Emanuela, Samantha, Silvia, Alessia, Chiara



GR

future Gold Preagonistica

Questo sport, quando arriva a questo livello diventa più duro, insegna il coraggio. La forza di rialzarsi nonostante il dolore, la forza di continuare sempre, nonostante tutto. Questo sport, a questo livello, aiuta a vivere, a cavarsela da soli...perchè in gara non c'è nessuno su cui appoggiarsi, nessuno evita che l'attrezzo cada a terra. E questo è un pò come nella vita...non bisogna mai appoggiarsi a nessuno, perchè se si sposta, si cade nel vuoto. Siamo felici di come avete affrontato questo nuovo anno e di come siete riuscite ad affrontare le difficoltà date da allenamenti più duri.

Mi raccomando....indossate sempre la vostra anima e la vostra voglia di fare e ricercare quel carattere da leonesse che c'è in voi!

Emanuela,
Samantha,
Alessia, Silvia,
Chiara



Vincere è solo la metà del gioco.
Divertirsi e fare amicizia è l'altra metà.
Bravissime, siamo fiere di voi

Emanuela, Samantha, Silvia,
Alessia, Chiara



Marchetti Martina, Corti Yvonne, Pesenti Cecilia,
Marannino Valentina, De Oliveira Elena, Riva Ambra,
Pesenti Anna, Pozzi Bianca, Verzeni Martina, Genco
Russo Martina, Caspani Veronica, Francesconi Lisa



Ginnastica per adulti



Le belle signore del corso adulti
"CORPO LIBERO" a Concesa.
Dal fondo: Cristina, Enrica, Nora, Marisa,
io! Durante l'anno sono state con noi anche
Adriana e Valeria.
Brave e super in forma!!!

Annalisa



Stretch & Tone



Massaro Irene, Minardi Daniela, Federica
Rocco, Stelco Vanessa

Un altro anno sportivo è giunto al termine e il corso base di Ginnastica Acrobatica ha subito numerose aggiunte.

Le atlete che già si allenavano l'anno precedente sono Sofia Figini, Michela Belloli, Clotilde Marrella, Sara Tinelli e Nadia Bonifazi. Le nuove arrivate invece sono Lucia Varesi, Allison Iati, Emily Morales Silva e Margherita Monzani. Quest'ultima è l'atleta più giovane, che con i suoi soli 6 anni si è aggiudicata il titolo di mascotte del gruppo!

Tutte le atlete ci dimostrano ad ogni allenamento la loro voglia di migliorare e di imparare elementi nuovi e sempre più difficili. Speriamo che grazie alla loro determinazione riusciranno a raggiungere nuovi obiettivi e a partecipare l'anno prossimo alle loro prime gare! Noi allenatrici siamo contente del percorso fatto, ma consapevoli che ci sia ancora tanta strada da fare per migliorarsi sempre di più.

Quindi forza ragazze! Complimenti a tutte e vi aspettiamo l'anno prossimo!

Elisa, Chiara, Elisabetta



Allison, Clotilde, Emily, Lucia, Margherita, Michela, Nadia, Sara, Sofia





Il gruppo avanzato di Ginnastica Acrobatica quest'anno ha partecipato a due diversi campionati nazionali: campionato silver e campionato gold.

Nel primo, nella categoria L2 open, hanno gareggiato due trii e una coppia.

Un trio si è creato grazie al ritorno della exatleta Anna Ferro e dalla new entry Chiara Pedrali, insieme a Giorgia Manzoni. Le ragazze hanno affrontato le gare a testa alta, ottenendo dei buoni risultati e riuscendo a qualificarsi per la finale nazionale!

L'altro trio è composto dalle basi ormai consolidate dall'anno scorso Giada Puglia e Sofia Crepaldi e dalla loro nuova top Valentina Colombo, che grazie al duro lavoro dell'anno precedente nel corso base ci ha dimostrato di essere pronta per partecipare alle gare di questa stagione. Il livello in questa specialità è molto alto, ma nonostante questo, le ragazze hanno dimostrato entusiasmo e determinazione nell'affrontare le loro prime gare insieme.

Gloria Corti e Emily Mitrofan hanno affrontato la loro prima esperienza insieme come coppia e grazie al loro affiatamento instaurato sin da subito, hanno affrontato al meglio delle loro possibilità le gare, sempre a testa alta.



Coppia: Emily, Gloria
 Trio body blu: Anna, Chiara, Giorgia
 Trio body giallo: Giada, Sofia, Valentina





Nel campionato gold, nella categoria L3 open, hanno partecipato 2 trii. Il primo è composto da Ilaria Grillone, Beatrice Mazzola ed Emma Staffoni. Purtroppo, a causa di un infortunio della top, le atlete hanno potuto partecipare solamente alla prima gara, senza aver avuto la possibilità di dimostrare il loro vero valore. Nonostante questo ostacolo, le ragazze non si sono demoralizzate, ma hanno continuato ad allenarsi duramente in attesa del rientro di Emma. Grazie alla loro determinazione, riusciranno a partecipare al saggio di fine anno, come riscatto di questa stagione sfortunata.

Il secondo trio, composto dalle veterane Elisa Bravi, Serena Barbarino e Alessia Pesenti, ha partecipato al campionato portando un nuovo esercizio, con elementi più difficili, riuscendo così ad ottenere degli ottimi punteggi, sia in esecuzione che in artistico, che gli hanno permesso di qualificarsi per la finale nazionale come nona combinazione sulle 33 partecipanti!



Trio body rosso: Alessia, Elisa, Serena
Trio body blu: Beatrice, Ilaria, Emma





Come novità di quest'anno, anche per la Ginnastica Acrobatica sono state organizzate due gare regionali, una gold e una silver. Il trio di Elisa, Serena e Alessia ha ottenuto un ottimo risultato piazzandosi al terzo posto! Mentre i due trii che hanno gareggiato nella categoria silver hanno fatto entrambi delle ottime gare, ma purtroppo a causa di piccoli errori non sono riusciti a salire sul podio. Noi allenatrici siamo molto soddisfatte del

lavoro svolto dalle atlete e speriamo che il gruppo che si è creato quest'anno continui a stupirci in positivo.

Viaspettiamo pronte per affrontare nuove sfide insieme e raggiungere numerosi obiettivi!

Forza ragazze!

Elisa, Chiara,
Elisabetta, Olga



Corso Base Pozzo d'Adda

Calafir Miruna - Montuori Viola -
Munteanu Aryana - Munteanu Maya
- Sottocorno Anna

La storia della GINNASTICA AEROBICA va avanti e anche quest'anno è stato ricco di sfide e soddisfazioni.

L' Aerobica racchiude in sé tante caratteristiche unendo tecnica, precisione, esplosività, eleganza e soprattutto tenacia. E' un'attività dove si intrecciano le caratteristiche della ginnastica, della danza, dell'acrobatica e dove la musica è la vera protagonista. Per tutti questi motivi è uno sport molto divertente per le atlete più piccole ed appassionante per quelle più grandi.

I corsi di aerobica si svolgono nelle palestre di Vaprio d'Adda e Concesa dove le atlete vengono suddivise in vari livelli. In questo modo è possibile seguire le ginnaste nel loro percorso di crescita.

Da Settembre 2022 abbiamo iniziato la nostra avventura anche nella palestra di Pozzo d'Adda con un nuovo gruppetto di ginnaste affiatatissime.

Nelle ore di allenamento si pensano nuove coreografie, si provano gli elementi tecnici e le collaborazioni, cercando di portare il livello sempre più in alto.

Ecco le protagoniste dei corsi di quest'anno!



ANNA, ARYANA, MIRUNA, VIOLA
3° posto FASCIA BRONZO TROFEO TURELLI



Basha Elisea - Bugini Cecilia - Caushi Ellitsa - Celaj
Valentina - Dominguez Alison - Fontana Adele -
Gjergjaj Alesja - Gjergjaj Giulia - Pena Gonzales
Emily - Pisacane Martina - Stenaj Evelyn - Uhaci
Emma - Valkova Vanessa

Corso Base Vaprio d'Adda

Le atlete dei corsi base sono il futuro della
ginnastica aerobica e la loro grinta promette
bene!

In palestra l'energia e il divertimento non
mancano mai e anche le soddisfazioni,
visti i bellissimi risultati ottenuti ai trofei
intersocietari di quest'anno.

Brave ragazze continuate così! Buone
vacanze e ci vediamo a settembre più cariche
che mai! Un abbraccio!

MIKY



ALESJA, ELISEA: 2° posto FASCIA ARGENTO TROFEO
AEROBIC ENJOY, FASCIA ARGENTO TROFEO TURELLI



EMMA, EVELYN, GIULIA, VANESSA: 1° posto TROFEO
AEROBIC ENJOY, 3° posto TROFEO TURELLI



CECILIA, EMILY, MAYA: 7° posto TROFEO TURELLI



ALLISON, ELITSA, MARTINA: 2° posto TROFEO
AEROBIC ENJOY, 2° posto TROFEO TURELLI

AE

“Anche quest’anno è giunto al termine ed è stato un anno non solo di conquiste di titoli, come avviene da tempo nella nostra sezione, ma di grandi scoperte e nuove presenze.

A settembre 2022, infatti, sono stati avviati i corsi base di aerobica sia a Vaprio, sia a Pozzo, quest’ultimo una novità per noi istruttrici. Facendo qualche conto, ci siamo ritrovate a gestire 18 bambine, di età compresa tra i 5 e gli 11 anni, numeri per niente scontati per il nostro sport, che rimane uno di quelli meno conosciuti nel panorama della ginnastica. Queste piccole atlete, con la loro grinta e allegria, hanno portato una ventata di aria fresca al gruppo ormai consolidato dell’aerobica e, spero vivamente che, l’anno prossimo, possano tornare in palestra e continuare questo bellissimo percorso.

Devo ammettere che gestirle tutte insieme non è sempre stato facile, ma vederle entrare e, dopo un’ora, uscire entusiaste non può che essere confortante per me, per le mie socie e per Michi. Spero di rivedervi tutte a settembre 2023 bimbe, pronte per farmi vedere quanto siete diventate brave nelle spaccate o nei piegamenti. A presto!”



Lucre



Bejinaru Giulia - Campana Gianna -
Filippi Giada - Lunati Lara - Signorelli
Greta

Aerostart Junior A



CAMPIONESSE REGIONALI
CAMPIONESSE INTERREGIONALI



L' Aerostart è una specialità di GRUPPO che può essere composto da 3 a 5 atlete. Le nostre squadre hanno dimostrato di essere molto competitive visti i numerosi podi conquistati in tutte le gare. Ogni anno cerchiamo di migliorarci inserendo nuovi elementi tecnici e perfezionando la coordinazione e la sincronia dei gruppi. Molte di loro gareggiano insieme da tanti anni; questa unione si vede quando entrano in pedana ed è per noi la vittoria più grande! Grandi ragazze!!!Avanti così! Le sfide da affrontare sono ancora molte! Condividere una passione crescendo anno dopo anno penso sia per tutte voi la cosa più bella.

"Alle mie paperotte, le bambine che ormai da due anni mi prosciugano le energie con le loro videochiamate a qualsiasi ora, i loro innumerevoli selfie, le loro scommesse più disparate. Nessun gruppo più di voi mette alla prova Simona e le sue scarpe dalla mira infallibile! Se continuate così, Simona chiederà la pensione in anticipo. Scherzi e scommesse a parte, siete un gruppo solido, un gruppo di amiche, un gruppo di bimbe che vive nel mondo, dove la competizione non è di casa, che si abbraccia finita ogni gara, prima ancora di sapere il gradino del podio dove salirete. Queste cose sono RARITÀ, tenetelo a mente perché la vostra forza più grande siete voi, che vi sostenete, nonostante tutto e tutti. Mamma papera è fiera di voi e diciamolo... di tutti i 1 posti che avete conquistato uno dietro all'altro in questa stagione sportiva!"

Lucre



AE

Aerostart Junior B

“Per Asia, Gioia, Maria, Lisa e Veronica: siete il gruppo che si è affacciato più tardi al mondo della ginnastica e, si sa, questo può essere una difficoltà in più da gestire quando si compete a certi livelli. Voi, però, non vi siete scoraggiate, anzi, per quei pochi mercoledì che ho allenato, vi ho osservate e ho visto l’impegno e la volontà di fare, d’imparare cose nuove; non può che essere un pregio in una ginnasta! L’inizio di stagione è sempre stato tosto per voi, ma in questi due anni in cui vi ho seguito, avete dimostrato che, mettendo da parte le divergenze ed affrontandole in modo maturo, i risultati arrivano e possono essere sorprendenti quanto inaspettati. Continuate per questa strada ragazze.”

Lucre



CAMPIONESSE INTERREGIONALI

Allieri Lisa-Bertola Asia-Chignoli Maria-Nozza Gioia-Porfido Veronica

Acanfora Martina-Blini Elena-Bramati
Francesca-Bramati Giulia-Colombo Cecilia-
Filippi Viola-Luggeri Irene-Pirotta Aurora-
Sbarufatti Miriam

Aerobic Dance

L' Aerobic Dance è tornata nella ginnastica Tritium. Quest'anno, dopo alcuni anni di stop in questa specialità, abbiamo deciso di riprovarci ed è stato semplicemente fantastico!

Una coreografia che deve contenere i passi della ginnastica aerobica, parti acrobatiche spettacolari ed un "cambio di stile" dove le atlete interpretano e ballano un genere musicale street dance, hip-hop, reggaeton... Il nostro gruppone composto da ben 9 ginnaste ha fatto una standing ovation tra il pubblico durante le gare, accompagnate da un bellissimo medley degli Abba ed un cambio di stile molto coinvolgente =o) In questa strepitosa squadra c'è praticamente un pezzo della mia vita visto che sono più di 10 anni che sono stata ogni giorno con loro in palestra. Quando entrano in pedana è come se ci fossi anche io! Come sempre siete in grado di trasformare una routine di aerobica in uno spettacolo vero e proprio!

Sei di queste ragazze sono state selezionate per rappresentare l'Aerodance Regionale Lombardia ai campionati assoluti di Giugno!

Siete grandiiiiiiii!!!!



CAMPIONESSE REGIONALI
VICECAMPIONESSE INTERREGIONALI



La squadra Silver Eccellenza continua a lavorare duramente anno dopo anno visti gli obiettivi che ci siamo poste. Il livello, sia regionale che nazionale, è davvero altissimo e questo mette a dura prova le nostre atlete che, in ogni gara, devono lottare per ottenere la qualifica per la fase successiva.

Arrivano tante soddisfazioni e tanti podi nelle gare svolte quest'anno e questo ci rende orgogliosi perché, grazie a queste ragazze, i colori della Ginnastica Tritium volano sempre in alto!

Partendo dalle più piccole, alla loro prima esperienza di gare, fino alle ginnaste che ho visto crescere e diventare ormai delle donne bellissime, non posso che essere orgogliosa di tutte loro, vedendo l'impegno che ci mettono ogni giorno, facendo tanti sacrifici per riuscire a far conciliare tutto.

Grazie ragazze di condividere con me questa grande passione e grazie per farmi sognare ogni anno quando vi vedo tornare in palestra!





Bassani Chiara - Cocozzella Giorgia
CAMPIONESSE ITALIANE DI SPECIALITA'

Coppia Allieve

"A Chiara e Giorgia, le più piccole, le mie miniciccole. È stato il primo anno per voi nel mondo delle competizioni importanti e, nonostante i due 4 posti, sono assolutamente fiera dei vostri traguardi. Anche se tentate di scendere a compromessi sui piegamenti da fare, ogni volta che vi vedo provare l'esercizio da sole in palestra, mi dimostrate quanto ci teniate a rendermi e renderci orgogliose di voi. Proprio perché so di che pasta siete fatte (i podi conquistati ai trofei lo dimostrano ancora di più), man mano che crescerete dovrò e dovremo essere più severe, per tirare fuori il meglio di voi, ma sappiate anche che, una volta finito l'esercizio, mi troverete sempre fuori dalla pedana ad abbracciarvi fortissimo!"
Lucre



2° posto TROFEO TURELLI
3° posto TROFEO AEROBIC ENJOY



Come vi dico sempre: quello che abbiamo costruito in questi anni è soprattutto grazie a voi che avete trascinato le più piccole e le avete coinvolte con la vostra energia. Siete un esempio per tutti e, fino a quando lo vorrete, io ci sarò sempre!

Sempre pronta a sognare con voi una nuova fantastica avventura! Sempre pronta a trovare la musica giusta, che possa raccontare una storia e poi insieme darle forma. Sempre al vostro fianco prima di entrare in pedana cercando di darvi gli ultimi consigli e senza farvi capire quanto sia agitata ed emozionata più di voi! Vedervi entrare in gara è sempre un momento magico perché sento che il mio cuore è lì con voi, otto dopo otto, dal primo movimento all'ultimo!

Non posso che concludere facendovi i COMPLIMENTI per quest'anno sportivo, che è stato impegnativo ma come sempre indimenticabile! Brave amarine mie!

Mando un abbraccio fortissimo e un bacio a tutte le atlete. Non spegnete mai la passione che c'è nei vostri occhi! Credeteci sempre!!! Vi voglio bene !!! Un saluto a tutte le famiglie che ci tifano sempre e vivono le stesse emozioni dagli spalti!

BUONE VACANZE A TUTTI!!
A prestissimo!
Miky

DE

Anno molto impegnativo per le nostre atlete Junior A che nelle fasi di qualificazione hanno dovuto confrontarsi con tantissime atlete. Quest'anno nuovi elementi e tante coreografie da imparare. Giorno dopo giorno l'impegno e la perseveranza hanno portato i loro frutti, riuscendo a conquistare diversi podi nelle varie specialità. Abbiamo ancora tanta strada da fare ma la passione che vi unisce è così forte che, insieme, unite, potete fare cose grandi! Complimenti alle nostre streghette!

"Alle mie streghette, forse quelle con cui sono stata più severa quest'anno. La categoria eccellenza JA è da sempre molto competitiva, soprattutto per via delle moltissime atlete che vi gareggiano. Nonostante questo, i risultati sono arrivati, forse non così soddisfacenti in proporzione all'impegno che ci avete messo, ma voi per prime sapete quanto sia difficile sfidare più di 40 atlete! Per fortuna, il pass per Genova l'avete strappato tutte e 3 ed è questa la cosa più importante. State crescendo in fretta e migliorate ogni giorno sempre di più, ma ricordate che dietro ad una vittoria, personale o di squadra, ci devono e ci dovranno sempre essere impegno, sacrificio, passione, amicizia ed umiltà! Senza questi ingredienti, anche il gradino più alto del podio



vi sembrerà vuoto perché, come Michi ha detto a noi tanti anni fa "le coppe fanno solo polvere". Detto questo, andiamo ad agguantare il podio!"

Lucre

PODI CONQUISTATI E MIGLIORI RISULTATI OTTENUTI:

INDIVIDUALE FEMMINILE

Martina - 3° posto REGIONALE

Ginevra - 4° posto INTERREGIONALE

Rebecca - 12° posto INTERREGIONALE

TRIO (Ginevra-Martina-Rebecca)

VICE CAMPIONESSE REGIONALI E INTERREGIONALI

COPPIA (Ginevra-Rebecca)

5° posto INTERREGIONALE



Blini Elena - Bramati Francesca - Luggeri Irene - Panzeri
Ginevra - Sbarufatti Miriam



Blini Elena: CAMPIONESSA REGIONALE NELLA
SPECIALITA' INIDIVUALE B

Junior B



Nuove avventure per le ginnaste Junior B, nuovo gruppo, nuovi esperimenti ed un sacco di soddisfazioni. Queste ragazze si sono impegnate tanto per migliorarsi e creare insieme qualcosa di magico e ci sono riuscite alla grande visto che, dopo aver sfiorato il podio al campionato regionale, ci hanno regalato la vittoria nella fase successiva, diventando così **CAMPIONESSE INTERREGIONALI** nella specialità GRUPPO.

Il nostro TRIO ha invece conquistato un bellissimo 3° Posto. Grandi ragazze!!!Avanti tutta!!!

Puntiamo
sempre più in
alto!



AE

Senior

Acanfora Martina-Pirotta Aurora-Verna Elisa

Anche per le più grandi è stato un anno magico visto i risultati ed il livello raggiunti. Nelle ore in palestra si alternano momenti di crisi, idee e risate ma credo sia il perfetto mix per costruire qualcosa di unico insieme, cercando di portare l'asticella sempre più in alto, ponendosi nuovi obiettivi. Non posso che farvi i complimenti per questo anno sportivo che, nonostante i vari impegni, avete condotto alla grande!!! I risultati ed i punteggi ottenuti sono il frutto dell'impegno che ci mettete e della grinta che non dovete perdere mai! Forza ragazze!!! Io sarò sempre lì per voi....pronta ad iniziare un'altra avventura che, con voi, sarà sempre fantastica!



Aurora : CAMPIONESSA INDIVIDUALE REGIONALE SENIOR



TRIO SENIOR Aurora, Elisa, Martina
CAMPIONESSE REGIONALI E INTERREGIONALI



SQUADRA SERIE D 2022

Acanfora Martina-Blini Elena-Bramati Francesca-Bramati
Giulia- Pirota Aurora-Verna Elisa

Serie D

A Novembre 2022 la nostra squadra Eccellenza ha partecipato alla prima gara di SERIE D a Pomigliano d'Arco (NA). E' stata un'esperienza nuova e molto emozionante, visto che la classifica finale è determinata dai punteggi di tre esercizi che ogni società presenta in gara. C'erano le migliori atlete d'Italia e, grazie alla tenacia di queste ragazze, la Ginnastica Tritium riesce a salire sul podio.

Medaglia di BRONZO conquistata!



ME

"Al gruppo, anzi, al gruppone delle jb e senior eccellenza: dopo tanti anni che vi conosco, posso dire che quest'anno più di tutti, ho visto tanto impegno in ogni esercizio, che avete portato in gara, tanto sacrificio, capacità di adattamento al nuovo e agli esperimenti. E questo è stato meritatamente premiato, dai trofei al campionato, persino ai piani più alti, data la vostra partecipazione come gruppo della Lombardia di Aerodance al trofeo delle regioni di inizio giugno. Avete dimostrato di che pasta siete fatte e che, se credete in voi stesse e vi sostenete, per le avversarie di tutta Italia non c'è storia. A Ceci, Miri, Ire, Viola, Au, Ele, Marti e Franci: spero che, come ha fatto e dimostrato Giuli quest'anno, qualcun'altra un giorno voglia provare l'esperienza di allenatrice, perché avete grinta, fantasia da vendere e, soprattutto, passione da trasmettere alle piccole, che si sono affacciate e si affacceranno al mondo dell'aerobica! Elisa meriti una menzione in più perché non ti dico mai nulla di carino: sei inarrestabile e se, ogni volta, penso che più di così tu non possa fare, ogni volta mi smentisci e mi dimostri che sei in grado di superarti! Infine, alle mie socie, Cami e Ale: essere al vostro fianco in questo percorso, dopo 15 anni di ginnastica come squadra, mi fa ringraziare ogni giorno di avervi al mio fianco dal 2006. Dulcis in fundo, a Michi: se non ci fossi dovrebbero inventarti! Sei un'allenatrice con la A maiuscola e spero di renderti orgogliosa nel mio piccolo, di aiutarti, di sostenerti... e di dirti che la metà delle cose che pensi sono impossibili, così che tu possa dimostrarmi l'esatto opposto, come fai da vent'anni a questa parte." Lucre



"Un altro anno ormai giunge al termine e devo dire che provare a riassumerlo in poche righe è un'impresa davvero impegnativa. Durante questi mesi le atlete hanno dimostrato come attraverso la dedizione, il lavoro e soprattutto la passione si possano raggiungere grandi risultati, anche quelli che meno ci si aspetta. D'altronde è questa l'AEROBICA, una disciplina imprevedibile, dove a volte si vince e altre "si perde". Non è una sconfitta vera e propria, ma uno stimolo per potersi mettere in gioco e provare a superare i propri limiti e le proprie paure. Richiede impegno e sacrificio, qualità che vengono ripagate con grandi soddisfazioni! Alle bimbe dei corsi base auguro di voler continuare ad assaporare questo sport e di imparare a conoscerlo in ogni sua sfumatura.

Alle ragazze dei corsi Aerostart ed Eccellenza auguro di continuare ad avvicinarsi all'Aerobica con grinta e determinazione, di vederla come un porto sicuro dove poter essere libere di esprimersi. Siate curiose e desiderose di migliorarsi!

A Giuli, entrata da poco nel team allenatrici. È stato un momento di passaggio e sicuramente di crescita personale. Sei riuscita ad affrontare questo cambiamento e le difficoltà che ne sono derivate senza abbatterti. Sei un vero e proprio regalo per le ragazze!!

A Cami e Lucre, compagne di squadra da una vita. Grazie per essere presenti in ogni istante di questa incredibile avventura! A Miky, compagna di viaggio e punto di riferimento. Sempre pronta ad offrire un



aiuto, non manchi di supportare le ragazze in questo loro percorso. Migliore esempio non potevo chiedere.

Un abbraccio"

Ale

"Vedere le ragazze crescere, mettere passione in questo sport che per tanti anni è stato anche il mio è sempre una grande emozione. Un grazie e un abbraccio forte a tutte le ragazze"

Camy



Per concludere non posso che dire un " **GRAZIE SPECIALE**" alle mie collaboratrici che mi supportano e sopportano in tutto e per tutto! **VI AMOOO!!!**
FORZA GINNASTICA TRITIUM!!!
VOLIAMO SEMPRE PIU' IN ALTO!!!

BUONE VACANZE A TUTTE LE GINNASTE DEI NOSTRI CORSI!!!! VI VOGLIO BENE!
A presto!

Miky



Benvenuti dove si vola sempre più in alto!
Il corso di trampolino elastico vi presenta i suoi «supereroi» della gravità, dal più piccolo al più grande.

Le tre nuove atlete del corso base Ilaria Ghinzani, Anna Mastrostefano ed Isabela Condrache hanno mostrato dal primo giorno degli allenamenti la loro voglia di imparare a saltare.

Con la guida del «capo del gruppo base» Viola Bonanomi che quest'anno è diventata un atleta agonista partecipando alla sua prima gara regionale di minitrampolino. È salita sul 3° gradino del podio!

Il gruppo avanzato è composto da Greta Ferrari, Emma Pedruzzi e Fabio Arzuffi della categoria SILVER, Jacopo Ferrari e Tomas Randazzo della categoria GOLD.

Tutti i ragazzi sono saliti sul podio nella loro prova regionale.

Fabio Arzuffi
2° classificato

Emma Pedruzzi
3° classificata

Greta Ferrari
1° classificata

Tomas Randazzo
2° classificato (nella prima prova)

Jacopo Ferrari
2° classificato (nella seconda prova)





Dal 2023 nella categoria SILVER abbiamo la nuova disciplina di minitrampolino individuale e anche il sincro. La nostra coppia femminile sincro ha vinto la gara regionale. Nella gara di minitrampolino individuale Fabio Arzuffi è stato 2° classificato, Emma Pedruzzi 2° classificata e Greta Ferrari 4° classificata.

La gara interregionale per i nostri ragazzi di GOLD. Tomas Randazzo — 1° classificato. Jacopo Ferrari — 5° classificato.



La gara di Coppa Campioni Nazionale con il programma tecnico internazionale. Difficile, ma i ragazzi sono riusciti a saltare i loro due esercizi senza errori! Tomas è stato 3° classificato e Jacopo 5° classificato.

4TH BRIGE CUP IN SLOVENIA

La prima gara internazionale per Greta Ferrari che gareggiava contro le ragazze di categoria GOLD.

È stata bravissima e ha preso un bel 4° posto. Per Jacopo e Tomas era la seconda prova in Slovenia.

Come l'anno scorso hanno conseguito risultati spettacolari!

Tomas — 1° classificato.

Jacopo — 2° classificato.

Un'altra gara internazionale, la Cascais Beach Cup 2023 in Portogallo sull'oceano Atlantico, ha portato tanta gioia, felicità e divertimento. Tra le varie nazioni partecipanti (Portogallo, Brasile, Spagna, Repubblica Ceca, Inghilterra, Irlanda, Israele, Scozia, Svizzera, Polonia ed Estonia) il nostro Tomas Randazzo è riuscito a portare l'Italia in finale dove ha concluso con un bellissimo e grande 5° posto. Per Tomas è stata la quarta gara internazionale dopo quella in Slovenia (2022 e 2023) e in Repubblica Ceca (2022).

Jacopo Ferrari, per la sua prima grande gara internazionale, si è piazzato al 17° posto.

Il divertimento continua non solo durante le gare ma anche nelle feste, nei riposi ed negli incontri con gli altri atleti italiani.

Un grosso ringraziamento ad Annalisa per l'aiuto in palestra.

Alla famiglia Ferrari e Pedruzzi che sono sempre presenti per dare una mano.

Alla ginnastica TRITIUM che dà la possibilità di portare gli atleti nelle gare internazionali per presentare la nostra società (club) al resto del mondo!





Il mercoledì sera alle 20.30 a Vaprio inizia sempre una grande festa!

Il corpo di ballo del corso DANCE WORKOUT si riunisce puntuale per iniziare "le danze".

E' un gruppo molto numeroso ed è bellissimo vedere come, settimana dopo settimana, i passi e le coreografie diventano sempre più naturali e "sciolti".

Durante la lezione si fa un vero e proprio allenamento aerobico visto che tra merengue, salse e bachate si balla per un'ora intera!

Ci sono le più grintose che preferiscono le musiche dance, sfogandosi con calci e pugni, quelle scatenate che si divertono twerkando e shakerando qua e là ed infine le romanticone che impiegano le loro energie nei pezzi più sensuali.

Non importa quale sia lo stile preferito; quello si vede è sempre un grande spettacolo!!!

E' incredibile quanto questa tipologia di allenamento aiuti a migliorare la coordinazione e la memoria .

A rendere il tutto meno faticoso è sicuramente il divertimento, che è sempre assicurato!

Non posso che concludere mandando un bacione ed un forte abbraccio a tutte le mie fantastiche ballerine e ringraziarle per l'energia che mi regalano ogni volta!

Siete grandissimeeeeeee!!!**FANTASTICHE, UNICHE!**

BUONE VACANZE, riposatevi e quest'estate..... ballate più che mai!!!

A prestissimo con tante nuove coreografie!

Miky



Barbaro Ilaria - Barzaghi Chiara – Celeste Anna – Cogliati Valeria – Colombo Chiara – Cremonesi Chiara – De Cagna Maria Rosaria – Manzotti Giuseppina – Mori Nicole – Nicolini Sara – Parravicini Daniela – Pennati Luana - Piacentini Monica - Pirota Monica – Rafaniello Lidia – Rafaniello Anna Maria – Riva Renata – Russo Cristina – Silbe Anna Maria – Soresini Irene – Tremolada Stefania – Tropeano Livia – Verde Sabrina – Viganò Cristina – Vlad Marinela



RISULTATI SPORTIVI

2021-22

AEROBICA

SILVER CAMPIONATO INTERREGIONALE

ECCELLENZE

_Junior A Trio

2° - Trio 1 15,350 Barlassina Rebecca, Lo Monaco Martina Francesca, Panzeri Ginevra

_Junior B Individuale

3° - Individuale 16,100 Blini Elena

_Junior B Trio

3° - Trio 2 15,200 Blini Elena, Bramati Francesca, Luggeri Irene

_Senior Trio

3° - Trio 3 15,800 Acanfora Martina Francesca, Bramati Giulia Emma, Pirota Aurora

_Senior Gruppo 2° - Gruppo 2 15,300 Acanfora Martina Francesca, Blini Elena, Bramati Francesca, Bramati Giulia Emma, Pirota Aurora, Verna Elisa

AEROSTART

2° Gruppo 15,900 Bejinaru Giulia Melissa, Campana Coz Gianna, Filippi Giada, Lunati Lara, Signorelli Greta

3° Gruppo 15,850 Allieri Lisa, Bertola Asia, Chignoli Maria

FINALE NAZIONALE AEROSTART SILVER

1° - gruppo 16.300 Allieri Lisa, Bertola Asia, Chignoli Maria, Nozza Gioia (CAMPIONESSE ITALIANE)

2° - gruppo 16,100 Bejinaru Giulia Melissa, Campana Coz Gianna, Filippi Giada, Lunati Lara, Signorelli Greta VICE CAMPIONESSE ITALIANE

FINALE NAZIONALE ECCELLENZE SILVER

Singolo Allievi

7° - Panzeri Ginevra 15.750

Junior A

IF

8° - Lo Monaco Martina Francesca 16.200

Coppia

7° - Barlassina Rebecca, Panzeri Ginevra 16.100

Trio

4° - Barlassina Rebecca, Lo Monaco Martina Francesca, Panzeri Ginevra 16.000

Junior B

IF

9° - Blini Elena 16.200

20° - Bramati Francesca 15.150

Trio

1° Blini Elena, Bramati Francesca, Luggeri Irene, 16.200. (CAMPIONESSE ITALIANE)

Gruppo

9° - Barlassina Rebecca, Colombo Cecilia, Filippi Viola, Lo Monaco Martina Francesca, Luggeri Irene, Sbarufatti Miriam, 15.550

Senior

3° - Verna Elisa, 17.050

7° - Pirotta Aurora, 16.600

14° - Acanfora Martina Francesca 16.200

Trio

2° - Acanfora Martina Francesca, Bramati Giulia Emma, Pirotta Aurora, 16.350 VICE CAMPIONESSE ITALIANE

Gruppo

2° - Acanfora Martina Francesca, Blini Elena, Bramati Francesca, Bramati Giulia Emma, Pirotta Aurora, Verna Elisa 16.550 VICE CAMPIONESSE ITALIANE

CAMPIONATO NAZIONALE DI SERIE D

3° Classificato - Acanfora Martina, Blini Elena, Bramanti Francesca, Bramati Giulia, Pirotta Aurora, Verna Elisa

TRAMPOLINO ELASTICO CAMPIONATO NAZIONALE GOLD

Individuale Allievi 2 Maschile

2° - Tomas Randazzo (VICE CAMPIONE ITALIANO di Categoria) (79.910)

Coppa Campioni GOLD Cuccurano (Fano) 11/06/2022

Individuale Allievi 2 Maschile

1° - Tomas Randazzo (CAMPIONE nazionale di Categoria) (79.910)

Torneo internazionale 3° Old Bridge Slovenia

Individuale Allievi 2 Maschile

1° - Tomas Randazzo

2° - Jacopo Ferrari

CAMPIONATO ITALIANO SILVER

Categoria Allievi 1

1^ prova

1° - Individuale femminile Greta Ferrari 53.400

2^ prova

3° - Individuale femminile Greta Ferrari 53.700

5° - Finale Nazionale 54.300

Categoria Allievi 2

1^ prova

1° - Individuale Femminile Pedrucci Emma 45.600

2^ prova

3° - Individuale Femminile Pedrucci Emma 53.000

12° - Finale Nazionale 49.500

GINNASTICA ARTISTICA FEMMINILE CAMPIONATO NAZIONALE SILVER

Programma Silver LA3

A1

25° - CANDELORO LAVINIA 34,600 (fase Regionale) 75° - 35,500 (fase Nazionale)

A2

2° - SACCHI SOFIA 37,700 (fase Regionale) 48° - 37.400 (fase Nazionale)

3° - BIFFI REBECCA 37,400 (fase Regionale) 86° - 36.600 (fase Nazionale)

13° - KALINIJABO SARA 35,700 (fase Regionale) 85° - 36.650 (fase Nazionale)

17° - PENNATI LETIZIA 35,300 (fase Regionale) 84° - 36.650 (fase Nazionale)

41° - BURELLI STELLA 31,000 (fase Regionale) 97° - 36.350 (fase Nazionale)

Programma Silver LB

A3

7° - Mantegazza Melissa 55.100 (fase Regionale) 126° - 53,400 (fase Nazionale)

13° - Bombonato Alice 53.900 (fase Regionale) 139° - 53,350 (fase Nazionale)

17° - Carnemolla Giuditta 52.500 (fase Regionale) 142° - 53,100 (fase Nazionale)

A4

1° - Cerilli Asia 57.200 (CAMPIONESSA REGIONALE) 46° - 54,150 (fase Nazionale)

11° - Colombo Camilla 55.400 (fase regionale) 42° - 55,250 (fase Nazionale)

J1

8° - Marangoni Linda 54.700 (fase Regionale) 105° - 53.400 (fase Nazionale)

J2

12° - Bissola Sofia 54.400 (fase Regionale)

J3

14° - Previtali Sara 52.800 (fase Regionale) 62° - 49.500 (Fase Nazionale)

Programma Silver LC

A4

16° - Allegri Emma Dora 60.300 (fase regionale) 135° - 57,500 (fase Nazionale)

22° - Mariani Mia 57.600 (fase regionale) 119° - 58,700 (fase Nazionale)

J1

25° - Cerioli Sofia 57.900 (fase Regionale) 90° - 58.500 (fase Nazionale)

S1

9° - Brambilla Giulia 59.800 (fase Regionale) 58° - 60.850 (fase Nazionale)

S2

9° - Vitali Elena 61.800 (fase Regionale) 53° - 58.600 (fase Nazionale)

Programma Silver LD

Senior

S1

13° - Ghezzi Giada 69.900 (prova Regionale)

29° - 69.600 (fase Nazionale)

3° Classificato nell'esercizio a Corpo Libero
17.500

47° - Sanna Mara 66.100 (prova regionale)

88° - 66.000 (fase Nazionale)

54° - Pirola Gaia 64.300 (prova Regionale)

92° - 65.400 (fase Nazionale)

CAMPIONATO A SQUADRA SILVER SERIE D LA3

Allieve

Prova regionale

4° - 1^ squadra, 113.700 (Bombonato Alice, Carnemolla Giuditta, Mantegazza Melissa, Sicari Giulia)
22° - 2^ squadra, 108.600 (Biffi Rebecca, Burelli Stella, Kalinjabo Sara, Pennati Letizia, Sacchi Sofia)

Prova Nazionale

12° - 1^ squadra, 114.850 (Bombonato Alice, Carnemolla Giuditta, Mantegazza Melissa, Sacchi Sofia)
33° - 2^ squadra, 111.950 (Biffi Rebecca, Burelli Stella, Kalinjabo Sara, Pennati Letizia)

CAMPIONATO A SQUADRA SILVER SERIE D LB

Junior/Senior

Prova Regionale

21°-165.200 Cerioli Sofia, Marangon Linda, Previtali Sara. 36° - 157.750 (prova Nazionale)

CAMPIONATO A SQUADRA SILVER SERIE D LC

Junior/Senior

7° - Sanna Mara, Pirola Gaia, Ghezzi Giada, Vitali Elena, 188.400 (prova Regionale)

10° - Sanna Mara, Pirola Gaia, Ghezzi Giada, Vitali Elena, Brambilla Giulia, 182.300 (prova Nazionale)

CAMPIONATO SILVER DUO SILVER SERIE D PROVA REGIONALE LB

Allieve 2

2° Sacchi Sofia, Sicari Giulia (punteggio 105,000)

Allieve 3

2° Bombonato Alice, Mantegazza Melissa (punteggio 108,700)

Allieve 4

1° Cerilli Asia, Mariani Mia (punteggio 110,200)

Junior 1

1° Cerioli Sofia, Marangon Linda (punteggio 111,700)

Junior 2

1° Bissola Sofia, Brambilla Elisa (punteggio 111,500)

GINNASTICA RITMICA CAMPIONATO NAZIONALE SILVER

Programma Silver LA1

A1
1° - Panayotova Sofia 19.400 (CAMPIONESSA REGIONALE) 6° - 18.900 (9.6 CL e 9.3 PA fase Nazionale)

A3
24° - Francesconi Lisa 16.925 (prova Regionale) 145° - 18.625 (9.525 CL e 9.100 PA fase Nazionale)

A3
19° - Verzeni Martina 16.125 (prova Regionale)

J1
1° - Ronchi Sara 18.275 (CAMPIONESSA REGIONALE) 8° - 9.800 CL (9.800 CL, 9.100 PA fase Nazionale)

S2
3° - Brambilla Anna 15.400 (prova Regionale)

Programma silver LB1

A3
17° - Comotti Giorgia 17.750 (prova Regionale) 63° - 18.925 (9.850 FU, 9.075 CE fase Nazionale)

J1
10° - Lena Elisa 18.150 (prova Regionale) 30° - 19.650 (9.775 FU, 9.875 CE fase Nazionale)

J2
11° - Zabatta Zaira 18.150 (prova Regionale)
13° - Saletti Gaia 17.850 (prova Regionale) 87° - 15.650 (8.750 FU, 6.900 CE fase Nazionale)
16° - Cambiaghi Elena 18.500 (prova Regionale) 76° - 16.750 (8.325 FU, 8.400 CE fase Nazionale)
20° - Ravanelli Jessica 16.450 (prova Regionale)

Programma Silver LC

27° - Pavanati Alma, 20.400 (prova Regionale) 54° - 20.275 (10.450 CE, 9.825 PA fase Nazionale)

Programma Silver LD

S3
14° - Samantha Parisi 22.050 (prova Regionale) Nazionale) 1° - 12.800 CLA (11.600 PA, 12.800 CLA)

CAMPIONATO NAZIONALE SERIE D

Open programma LA

1° - Cambiaghi Elena, Ronchi Sara, Saletti Gaia 19.600 (Camp. Regionali) 37° - 17.800 (Nazionale)

GINNASTICA ACROBATICA CAMPIONATO NAZIONALE GOLD

OPEN L3 Trio

10° Barbarino Serena, Bravi Elisa, Pesenti Alessia, 47.600 (finale nazionale)

CAMPIONATO NAZIONALE SILVER

Open L2 Coppia

7°- Grillone Ilaria, Staffoni Emma, 25.180 (2^ Prova)

19°- 23.597 (3^ Prova)

16°- Manzoni Giorgia, Mazzola Beatrice, 24.030 (2^ Prova)

22°- 22.647 (3^ prova)

Open L2 Trio

23°- Crepaldi Sofia, Mitrofan Emily, Puglia Alessia (2^ Prova)

19°- 23.533 (3^ Prova)



SANBYO

Sanbyo Solutiouons s.r.l. TREZZO SULL'ADDA via Trento Trieste 14/A telefono
3285676327 email info@sanbyo.it Commercio all'ingrosso di articoli in ferro e in altri
metalli (ferramenta)



ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA

GINNASTICA TRITIUM



Summer Experience 23

Ritmica



MATTINA

ore 9.00 accoglienza

Riscaldamento

Mobilità

Potenziamento

Difficoltà di Attrezzo

PRANZO AL SACCO

POMERIGGIO

Ore 14.00 Base Classica

Collaborazioni

Coreografie

dal 3

al 28

luglio

2023

Possibile anche
partecipazione solo
pomeridiana

Palestra scuola primaria

Via dell'Unione

Pozzo d'Adda



SANBYO



AMMINISTRAZIONI CONDOMINIALI E
GESTIONI IMMOBILIARI



SBL

Maintenance & Development

ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA

GINNASTICA TRITIUM



Summer Experience

Ginnastica Artistica

Aperto agli Associati

Dal 4 Luglio al 28 luglio 2023

Dal
Lunedì al Venerdì

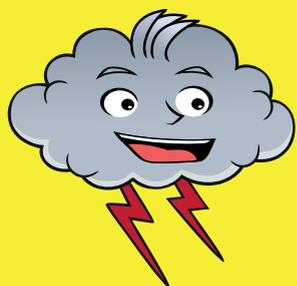
ore 09.00 – ore 18.00

PRANZO AL SACCO

Palestra
scuola secondaria
1° grado
Via XXV Aprile 28
Capriate San Gervasio



Nessuno ti ascolta?



FATTI LA T-SHIRT



con la grafica che decidi tu

a Dalmine in via Kennedy 26 tel. 035 564313
oppure su fattilat-shirt.it