

RAGGISOLARIS E JLAB: UNITI PER LA CRESCITA DEI GIOVANI

ATTIVITÀ FISICA E SALUTE

Andare a camminare, uscire a correre, fare un giro in bicicletta, ritagliarsi un'ora per nuotare, organizzare una partita di pallacanestro, giocare a racchettoni o a tennis; sono tutte azioni volontarie che identificano l'attività fisica e vengono fatte per ricercare una buona forma fisica, divertirsi in compagnia e staccare dalla routine.

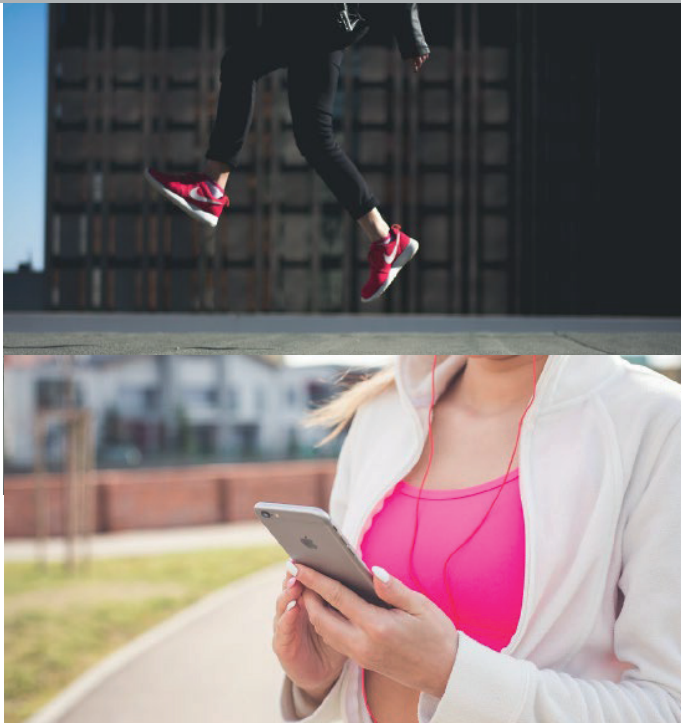
Per definizione infatti, tutto ciò che faccia muovere il corpo comportando un dispendio energetico è "attività fisica", la cui importanza è ormai riconosciuta a livello mondiale da tutti gli organi più rappresentativi che si occupino di "salute".

I vantaggi nello svolgere attività fisica con regolarità sono principalmente:

- la prevenzione e la cura delle malattie: dall'ipertensione al diabete.
- il rinforzo muscolo-scheletrico e cardio-circolatorio e respiratorio: muscoli più forti, articolazioni più mobili, cuore più resistente e vasi più elastici.
- Il miglioramento della gestione dello stress.
- Lo sviluppo e mantenimento delle capacità intellettive, soprattutto nei bambini e nelle persone anziane.
- La facilitazione alla socializzazione.
- Il miglioramento del proprio aspetto fisico.

Perché questi vantaggi siano efficaci è importante misurare l'attività fisica, per regolarne la quantità e la qualità. Con le nuove tecnologie portatili misurare la quantità, sapendo il tempo, la distanza, le calorie è diventata un'operazione semplice alla portata di tutti. Per la qualità, invece diventa indispensabile utilizzare l'unità di misura del movimento che racchiude e sintetizza le misure precedenti: il "Move".

Il Move identifica il livello di movimento e attività fisica dell'individuo (da sedentario a molto attivo), permettendo al professionista (preparatore fisico, coach) di proporre e consigliare strategie e azioni migliorative.



"La salute non è tutto ma senza salute, tutto è niente."

Arthur Schopenhauer



RAGGISOLARIS
FAENZA

Jlab
FAENZA

Simone Gallo

allenatore Raggisolaris Academy
coach Jlab Faenza

Lorenzo Benedetti

allenatore e preparatore fisico Basket 95
giocatore Raggisolaris

Francesco Marabini

preparatore fisico Raggisolaris
titolare Jlab Faenza

Jlab FAENZA Via Volta 5, Faenza 48018 RA - +39 0546 621262 - www.joblifebalance.it/jlab-faenza - info@joblifebalance.it/jlab-faenza

PER INFO E/O PER ACQUISTARE UNO DI QUESTI SPAZI PUBBLICITARI CONTATTACI SU info@raggisolaris.it



5 X 1000

RAGGISOLARIS ACADEMY



DONA IL TUO 5 PER MILLE A FAVORE DELLA RAGGISOLARIS ACADEMY

Dalla prossima dichiarazione dei redditi sarà possibile dare il proprio contributo alla Raggisolaris Academy versando il 5 per mille dell'imposta per le persone fisiche. Un aiuto importante che non comporta nessun esborso monetario e che non rappresenta un'alternativa all'8 per mille, ma permette di valorizzare lo sport giovanile faentino, dando sostegno ad un progetto che sta coinvolgendo oltre cento bambini e bambine dai 4 ai 12 anni. Sarà sufficiente compilare la prima pagina della dichiarazione dei redditi (Modello Unico e Modello 730) nella sezione "Sostegno alle associazioni sportive dilettantistiche riconosciute ai fini sportivi dal CONI a norma di legge, che svolgono una rilevante attività di interesse sociale" specificando il **codice fiscale della Raggisolaris Academy C.F. 02560970390**. Anche coloro che non presenteranno la dichiarazione dei redditi potranno devolvere il 5 per mille alla Raggisolaris Academy compilando l'apposita scheda fornita insieme al CUD. La Raggisolaris Academy utilizzerà le risorse provenienti dal 5 per mille per acquistare materiale tecnico, abbigliamento sportivo e per finanziare e organizzare tornei di minibasket che coinvolgeranno giovani atleti di tutta la Regione.

Grazie

IL GRUPPO MACELLAI REGALA 8 BUONI SPESA

Anche in occasione della partita contro GIMAR LECCO il Gruppo Macellai Concommercio Ascom Faenza, sindacato che comprende nove macellerie nel comprensorio ravennate, regalerà ai tifosi della Rekico, 8 buoni spesa da 15€, che saranno estratti a sorte durante l'intervallo tra tutti i presenti. Una iniziativa che durerà fino al termine del campionato. I buoni potranno essere utilizzati nelle macellerie aderenti: Reda Carni di Maurizio Emiliani (via Birandola 72, Reda), Macelleria Bosi di Eros Calonaci (via Torricelli 14, Faenza), Macelleria

del Corso di Claudio Fabbri (Corso Garibaldi 43, Faenza), Macelleria Faentina (Piazza del Popolo 10, Faenza), Macelleria Poggiolini di Roberta Poggiolini (Piazza Martiri della Libertà 34, Faenza), Macelleria Gastronomia da Valentina (via Randi 58, San Pancrazio), Ricciardelli Romano (via Matteotti 5, Casola Valsenio), Macelleria di Stefano Bosi (Piazza Ferniani 8, Faenza).



RAGGISOLARIS FAENZA SSD ARL Via Pana, 84 - 48018 Faenza | Cod. Fisc. - P.Iva 02531390397 Cod. FIP 054509 | info@raggisolaris.it

SENZANI DECATHLON FAENZA From innovation to pack

GELATÉ 2.0

tema SINERGIE

QUATTRO NERO.COM

BOTTEGA DEL CAFFÈ MANFREDO ESPRESSO ITALIANO

SCRITTA LA STORIA ORA NON VOGLIAMO PIU' FERMARCI

E anche in questa stagione la Rekico ha scritto una bellissima pagina di storia. La conquista dei play off di serie B è un traguardo di grande prestigio, perché rappresenta una ulteriore crescita nel percorso della società, affacciatisi soltanto lo scorso anno nel terzo campionato nazionale. Il lavoro e la programmazione hanno permesso di costruire un organico e uno staff competitivi che si sono guadagnati con pieno merito sul campo il titolo di "rivelazione del campionato" nel girone più difficile di tutta la serie B. Inoltre questi play off sono un traguardo prestigioso nella storia della pallacanestro maschile faentina, perché mai nessuna squadra (neanche la mitica Banca Popolare degli Anni Novanta) si era mai qualificata per gli spareggi per salire nel secondo campionato nazionale. Nessuno però in casa Rekico si sente appagato per questo risultato e ha voglia di fermarsi proprio adesso, perché ci sono ancora tre partite da giocare e l'obiettivo è il quinto posto, un piazzamento che coronerebbe al meglio un ottimo campionato e permetterebbe di arrivare nelle migliori condizioni possibili ai play off che inizieranno nel week end del 29/30 aprile. Decisivo sarà lo scontro diretto di domenica prossima contro la GIMAR Lecco in programma alle 18 al PalaCattani, squadra che proprio nell'ultimo turno ha superato la Rekico in classifica, conquistando in un solo colpo i play off e il quinto posto. Serviranno dunque i migliori Raggisolaris per ottenere una vittoria chiave per la classifica, perché consentirebbe di avere lo scontro diretto a favore con Lecco (all'andata terminò 63-61 per i faentini) nella accesa volata finale. Negli ultimi due turni la Rekico farà poi visita ad Alto Sebino sabato 15 aprile alle 20.30 e riceverà Piacenza sabato 22 aprile alle 20.30 nell'ultima giornata di regular season. Vincere con Lecco servirà anche per cancellare la striscia negativa di tre sconfitte consecutive, per far ritornare il PalaCattani un fortino inespugnabile.

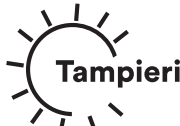
Luca Del Favero



IL BOLOGNESE RICCARDO IATTONI SEMPRE TRA I MIGLIORI DELLA REKICO FAENZA

Soluzione Acqua Rimini, leader nella Depurazione e Trattamento d'acqua domestica ed industriale, **entra nella grande famiglia della Raggisolaris** e si presenta con una importante e interessante offerta rivolta a tutti i nostri sostenitori. **Soluzione Acqua Rimini per i mesi di aprile e maggio regala ai tifosi della Rekico l'Impianto di Depurazione** facendo anche **gratuitamente l'analisi dell'acqua** e mantenendo solamente il classico pacchetto di manutenzione e cambio filtri. Chi ne usufruirà eviterà così di comprare e trasportare avanti e indietro le bottiglie d'acqua, bevendo ogni giorno un'acqua di grande qualità. **Per informazioni: www.soluzioneacqua.eu**

NUMERO BLU 0541 309664



Realizzato da: RAGGISOLARIS FAENZA SSD ARL - Magazine sportivo GRATUITO - numero 14 STAGIONE 2016/17

I REKICO FAENZA VS GIMAR LECCO DOMENICA 9 APRILE ORE 18.00 @ PALACATTANI FAENZA

RAGGISOLARIS FAENZA: CLASSIFICA E RISULTATI

REKICO FAENZA			GIMAR BASKET LECCO		
3	Giovanni Penserini	G	2	Carlo Fumagalli	P
4	Jacopo Neri	P	4	Michele Peroni	G
5	Marco Perin	P	9	Davide Todeschini	P
6	Luigi Boero (K)	G	10	Luca Brambilla	A
8	Jacopo Silimbani	C	13	Giacomo Siberna	G
9	Alessio Donadoni	A	14	Jacopo Balanzoni	C
10	Lorenzo Benedetti	G	15	Emanuele Urbani	A
11	Daniele Casadei	C	17	Ludovico De Paoli	G
13	Riccardo Iattoni	A	18	Daniele Quartieri	G
14	Leonardo Agriesti	G	19	Gaetano Spera	C
15	Emanuele Pini	A	25	Dario Piva	G
16	Stefano Stefanelli	G	40	Marco Vitelli	P
17	Emanuele Santini	G			
66	Alessandro Maccaferri	P			
All.	Marco Regazzi		All.	Massimo Meneguzzo	
Vice	Emanuele Belosi		Vice	Ivano Perego	
Vice	Claudio Agresti				

CLASSIFICA SERIE B NAZIONALE				
	SQUADRA	PT	PG	ULTIME 5
1.	Agribertocchi Orzinuovi	46	27	5-0
2.	CO.MARK Bergamo	44	27	4-1
3.	Bakery Piacenza	40	27	3-2
4.	Baltur Cento	38	27	3-2
5.	GIMAR Lecco	34	27	4-1
6.	REKICO FAENZA	32	27	2-3
7.	Pallacanestro Crema	28	27	3-2
8.	Bmr Basket 2000 Reggio Emilia	26	27	4-1
9.	Broetto Virtus Padova	24	27	1-4
10.	Hikkaduwa Milano	24	27	3-2
11.	Pallacanestro Aurora Desio	24	27	3-2
12.	Vivigas Alto Sebino	18	27	2-3
13.	Accademia Su Stentu Sestu	16	27	1-4
14.	Tramarossa Vicenza	16	27	2-3
15.	Rucker Sanve San Vendemiano	12	27	0-5
16.	Argomm Basket Iseo	10	27	0-5

SERIE B NAZIONALE PROGRAMMA		
Hikkaduwa Milano	-	Pallacanestro Aurora Desio
Argomm Basket Iseo	-	Agribertocchi Orzinuovi
Accademia Su Stentu Sestu	-	Bmr Basket 2000 Reggio Emilia
CO.MARK Bergamo	-	Rucker Sanve San Vendemiano
Pallacanestro Crema	-	Vivigas Alto Sebino
Baltur Cento	-	Tramarossa Vicenza
REKICO FAENZA	-	GIMAR Lecco
Broetto Virtus Padova	-	Bakery Piacenza

BACCARINI: “LAVORIAMO PER ESSERE AL TOP NEI PLAY OFF”

Con i play off ormai in tasca da un paio di settimane, la Rekico si appresta a vivere le ultime tre partite di campionato per prepararsi in vista della post season dove cercherà di essere la mina vagante facendosi valere anche contro le formazioni del girone A, comprendente Toscana, Piemonte e la parte Ovest della Lombardia. **“I play off sono un grande traguardo raggiunto e non soltanto perché nessuna squadra faentina maschile aveva mia centrato questo traguardo – evidenzia il general manager Andrea Baccarini -. E’ un risultato che sottolinea il nostro grande cammino e il lavoro di programmazione che stiamo portando avanti da quando siamo stati promossi in serie B. Guardando la classifica, la nostra posizione finale oscillerà tra il quinto e il sesto posto, piazzamenti che non cambiano molto gli scenari nello scacchiere play off, ma il nostro obiettivo è di chiudere la stagione regolare nella migliore posizione possibile per essere pronti in vista della seconda fase. Decisiva sarà la partita con Lecco e ci aspettiamo il pubblico delle grandi occasioni e un PalaCattani caldissimo”.** La Rekico vorrà inoltre rialzare la testa dopo una settimana negativa dal lato dei risultati. **“Stiamo attraversando un momento di flessione dovuto al calendario che ci ha messo in una sola settimana impegni duri con Cento, Milano e Bergamo e anche a livello fisico abbiamo qualche problema con alcuni acciaccati come ad esempio Maccaferri che non è sceso in campo nelle ultime due gare. L’obiettivo è arrivare pronti ai play off che inizieranno a fine mese e dunque adesso dobbiamo lavorare in quella direzione, ma questo non vuole dire che sottovaluteremo le ultime tre giornate di regular season. Vincere è il miglior modo per tenere alto il morale e poi vogliamo chiudere con il maggior numero di punti possibile. I 32 attuali sono già un buon bottino visto il cammino della scorsa stagione, ma non vogliamo fermarci e puntare sempre a crescere partita dopo partita”.** Luca Del Favero

SERIE B ULTIME PARTITE REKICO FAENZA
Sabato 15 ore 20.30
Vivigas Alto Sebino - REKICO FAENZA
Sabato 22 ore 20.30
REKICO FAENZA - Bakery Piacenza

TUTTE LE PARTITE IN TRASFERTA IN DIRETTA SULLA WEB RADIO

Tutte le radiocronache delle partite in trasferta della Rekico saranno trasmesse in diretta web su computer, smartphone e tablet. Per ascoltarle basterà cliccare sul link <http://awdio.com/Raggisolaris-Faenza> che trovate nella sezione “web radio” nella home page del sito www.raggisolaris.it oppure sulla **pagina Facebook ufficiale** della società pochi minuti prima della palla a due. In caso di problemi audio con smartphone e tablet, scaricare l'app AWDIO (gratuita) compatibile con iOS e Android ed entrare nel canale Raggisolaris Faenza effettuando il login con il proprio profilo Facebook o registrandosi: entrambe le operazioni sono gratuite. Una volta entrati nel canale Raggisolaris cliccate sul triangolo che compare sul logo della società e partirà la diretta.

RAGGISOLARIS ACADEMY: LE NEWS DALLE GIOVANILI

BASKET 95 ALLA CONQUISTA DELLA SARDEGNA: UNDER 15 OSPITE DEL TORNEO DI NUORO.

Il Basket 95 prenderà parte con la squadra Under 15 al torneo di Nuoro che si terrà dal 12 al 15 aprile. Con i faentini anche il Basket Nuoro, squadra di casa, e altre realtà importanti del basket sardo come il Basket Cagliari e la Dinamo Sassari, settore giovanile della squadra che gioca nella massima serie italiana. Il quadrangolare sarà strutturato come un girone all’italiana che determinerà gli incroci per le finali che verranno giocate sabato 15 aprile. **“Non è solo una grande occasione di confronto con le migliori realtà sarde - spiega Claudio Agresti, allenatore degli Under 15 -, perché sarà una grande esperienza anche dal lato umano. Vogliamo che i nostri giocatori vivano oltre al confronto sportivo anche uno spirito di ospitalità reciproca. Bisogna fare capire cosa significhi condividere e vivere di squadra. Questi aspetti fanno parte della formazione di un giocatore, al pari di quelli più tecnici: un bravo cestista è quello che oltre a sapere tirare, passare o difendere, condivide momenti importanti con la squadra e il gruppo. Spesso si dice che i successi partono dallo spogliatoio: è vero ed è anche questo ciò che noi vogliamo insegnare”.**

PONTE DEL 25 APRILE: LE SQUADRE DEL BASKET 95 OSPITI AL TORNEO DI PESARO

Non c’è ponte per i giovani del Basket 95. Dal 23 al 25 aprile infatti, le squadre Under 18, Under 16, e due squadre Under 15 saranno impegnate al Torneo di Pesaro. I team guidati da Benedetti, Cenni, Piccini e Bertozzi, riempiranno in quei giorni lo stesso hotel, con i ragazzi che si troveranno a stretto contatto per condividere un’esperienza di notevole importanza. Con i faentini ici saranno anche squadre da tutta Italia: nell’edizione scorsa erano ben 200 le società partecipanti tra categorie maschili e femminili. **“E’ un’occasione importante per i nostri giocatori - sottolinea il responsabile del settore giovanile Cristian Fabbri - che potranno giocare anche cinque partite in pochi giorni, un bel modo di fare esperienza contro altre realtà cestistiche. Non secondario è inoltre l’aspetto umano del torneo. Vogliamo che i nostri giocatori facciano gruppo e si sentano legati ad una realtà unica e solida come quella del settore giovanile nel suo intero, comprendendo anche i membri del coaching staff e delle altre squadre.”** Mario Flauret

SPAZIO GIOCO DEDICATO AI BAMBINI RAGGISOLARIS ACADEMY

by **POMELO** ITINERANTE

ALLA SCOPERTA DELLA RAGGISOLARIS ACADEMY: BARBIANO E COTIGNOLA PICCOLE REALTA’ IN CRESCITA

Quando a settembre la Raggisolaris Academy era sbarcata a Barbiano e Cotignola si potevano già notare le premesse per una prima stagione interessante. I bambini infatti avevano accolto l’occasione con grande entusiasmo e passione, presentandosi numerosi in palestra sin dal primo allenamento. A quasi una stagione di distanza da allora, le cose non sono cambiate. Anzi, ci sono stati miglioramenti, non solo nell’incremento del numero degli iscritti, che è ulteriormente salito, ma anche in campo. Ce ne ha parlato Mario Flauret, Istruttore dell’Academy. **“Certamente quando si parte bene è tutto più facile - spiega Flauret -. Sin da settembre si è visto subito che a Cotignola e Barbiano bambini e famiglie, ma anche le scuole, erano ben disposti ad accogliere questa nuova realtà tra loro. Fa piacere perché quando si parte da zero in un territorio che, anche se non troppo lontano, non è propriamente casa tua, bisogna cercare di trasmettere subito i valori tecnici e umani che fanno parte della tua realtà. Direi che è andata bene”.** Cosa in particolare state cercando di trasmettere? **“Dal punto di vista tecnico ad esempio, si cerca di adottare nel lavoro in palestra le stesse linee guida che usiamo per i gruppi di Faenza essendo tutte le squadre parte di un unico progetto. Ovviamente, bisogna sempre adattarsi alla situazione specifica. In questo caso si ha a che fare con giovani giocatori che sono alla primissima esperienza con la pallacanestro ed è essenziale che prima di tutto si divertano e si appassionino a questo sport. Cerco quindi di dare loro le basi facendoli giocare il più possibile, lavorando sugli schemi motori di base negli altri momenti dell’allenamento. Importanti sono anche le regole dello stare in palestra che non vanno mai date per scontate. Più in generale, cerco di fare appassionare i bambini e insegnare loro una cultura della pallacanestro: partecipare agli eventi, a tornei e partite, venire a vedere la prima squadra. Anche perché scendere in campo con la divisa dei Raggisolaris o vedere dal vivo la Serie B sono esperienze che aiutano a fare sentire i bambini parte di una società.”** Un primo anno positivo quindi. **“Sì, quasi oltre le aspettative. Sono molto orgoglioso della passione che stanno mostrando tutti, anche le famiglie che sono molto partecipi e sempre pronte a supportare ogni iniziativa. Anche in campo si iniziano a vedere i primi risultati. Con il gruppo di Granarolo, abbiamo preso parte a due campionati, Aquilotti e Scoiattoli. Proprio nelle ultime partite sono iniziate ad arrivare anche le prime soddisfazioni. Mi fa piacere, soprattutto per i bambini”.**

RAGGISOLARIS ACADEMY

CENTRO MINIBASKET PER BAMBINI DAL 2005 AL 2013

2017

1° SETTIMANA DAL 12 AL 16 GIUGNO

2° SETTIMANA DAL 19 AL 23 GIUGNO

POSSIBILITÀ DI ISCRIZIONE

part time	8:30 - 12:30*	euro 45
full time	8:30 - 16:00	euro 65

*possibilità di uscita alle 14:00 dopo il pranzo

costi per i servizi opzionali

pranzo al giorno	euro 6
assicurazione	euro 5

(in caso non tesserati raggisolaris academy)