

STRUTTURA ATTIVITÀ CALCIO PISA

V.le Bonaini, 4 56125 Pisa, TEL 050/503066, fax 050/20001;

Internet: <http://www.uisp.it/pisa2/calcio>

e-mail : calcio.pisa@uisp.it

Stagione sportiva 2018 – 2019

Comunicato Ufficiale

N°15 del 6 Dicembre 2018

 **UISP**
sportnertutti



Comunicazioni SDA Calcio UISP Pisa
Risultati e Classifica
Marcatori
Sanzioni
Programmazione gare
Walking Football

pag. 2
pag. 3
pag. 4
pag. 5
pag. 6
pag. 7

Schedina, Miglior Giocatore e Miglior Portiere

Segui i nostri giochi sulla nostra pagina Facebook [UISP Pisa - Calcio](#) e sul sito:
<http://www.uisp.it/pisa2/calcio>

Dirigente chiamate urgenti: Antonio Ciardi – tel 331/3134150

Si ricorda che nel campionato a 11 gli arbitri sono tenuti a presentarsi al campo almeno un'ora prima dell'orario di inizio programmato della partita.



DAL MEDIOEVO AL FANTASY

Si realizzano anche oggetti personalizzati come spille, medagliette, portachiavi e molto altro. Vieni a trovarci in via D. Cavalca, 54 o visita la nostra pagina Facebook [Storie Tradizioni Di Pisa](#)

Risultati X giornata

Carrozzeria Cascinese D.T.	SLAP'74	1-5
Marciana	Deportivo La Cella	2-1
Polisportiva Campigiana	Arena Metato "Impresa Cei"	0-1
U.S. Canneto	La Pagoda G.O. 77	0-2
Riposa	San Frediano San Sisto	

Classifica

Squadre	PT	G	V	N	P	GF	GS	+/-	CD
SLAP'74	27	9	9	0	0	32	3	29	22
La Pagoda G.O. 77	24	9	8	0	1	18	5	13	36
San Frediano San Sisto	12	8	3	3	2	9	10	-1	27
Marciana	12	9	3	3	3	13	12	1	27
Carrozzeria Cascinese D.T.	11	9	3	2	4	15	19	-4	30
Polisportiva Campigiana	10	9	2	4	3	12	17	-5	13
Arena Metato "Impresa Cei"	7	9	2	1	6	8	18	-10	28
Deportivo La Cella	5	9	1	2	6	5	18	-13	28
U.S. Canneto	4	9	1	1	7	5	13	-8	71

Marcatori

Giocatore	Squadra	Gol
Eliani Fabio	Slap '74	7
Venturella Andrea	Slap '74	7
Lenzi Filippo	Carrozzeria Cascinese D.T.	5
Zemdjo Takodjou Freeman	Polisportiva Campigiana	5
Iodice Carmine	Carrozzeria Cascinese D.T.	5
Franchi Dario	La Pagoda G.O. '77	3
Sardelli Francesco	La Pagoda G.O. '77	3
Nannini Ruben	Marciana	3
Kebe Cheik Ibra	Polisportiva Campigiana	3
Oppito Alessio	San Frediano San Sisto	3
Novi Alessandro	Slap '74	3
Serafini Mirko	U.S. Canneto	3
Brandani Michael	La Pagoda G.O. '77	3
Incandela Marco	Slap '74	3

Programmazione Gare

XI giornata (2^a di ritorno)

Carrozzeria Cascinese D.T	Deportivo La Cella	10/12/18 ore 21 a Cascina Nuovo Tettora
La Pagoda G.O. 77	Polisportiva Campigiana	10/12/18 ore 21 all'Alberone
San Frediano San Sisto	Marciana	10/12/18 ore 21 a Musigliano
SLAP'74	U.S. Canneto	10/12/18 ore 21 a San Prospero
Riposa	Arena Metato "Impresa Cei"	

XII giornata

Carrozzeria Cascinese D.T	San Frediano San Sisto	17/12/18 ore 21 a Cascina Nuovo Tettora
U.S. Canneto	Deportivo La Cella	17/12/18 ore 21 a Latignano
Marciana	Arena Metato "Impresa Cei"	17/12/18 ore 21 a San Prospero
La Pagoda G.O. 77	SLAP'74	17/12/18 ore 21 all'Alberone
Riposa	Polisportiva Campigiana	

Le Società che volessero attivare la disciplina possono contattare la **Dott.sa Sara Attanasio**, responsabile Calcio Camminato UISP Pisa, al **338/1431899**



DAL 3 OTTOBRE 2018
WALKING FOOTBALL
(calcio camminato)

TUTTI I MERCOLEDI'
dalle 20.00 alle 21.00

PALESTRA SCUOLE MEDIE
PONTASSERCHIO
VIENI A PROVARE UN NUOVO MODO DI
GIOCARE A CALCIO!
PROVA GRATUITA

Ti aspettiamo, porta la tua passione e un amico/a!

Per info: a.s.d. Polisportiva Sangiulianese
Via G.B. Niccolini, 51-San Giuliano Terme
tel. 050/817466-cell.

email: info@polisportivasangiulianese.it
w.w.w.polisportivasangiulianese.it

Fb e instagram: polisportiva sangiulianese

L'attività di propaganda è svolta in funzione degli scopi istituzionali ed è necessaria per lo sviluppo e la divulgazione dello sport dilettantistico nazionale



WALKING FOOTBALL U.I.S.P.

UN PO' DI STORIA

Il Walking Football nasce in Inghilterra nel 2011 in seguito ad un sondaggio tra i tesserati di vari circoli di anziani (over 50) in cui veniva chiesto loro quale attività avrebbero voluto svolgere. Il risultato emerso, al di là di ogni previsione, è stato che molti di loro avevano ancora voglia di giocare a calcio.

Da qui l'idea di creare un nuovo gioco, quanto più fedele possibile al calcio come lo conosciamo e pratichiamo, per consentire anche a chi è più avanti con l'età e che non ha più le capacità fisiche per giocare come in passato (ma può conservare abilità tecniche), di poter ancora scendere in campo.

STILI DI VITA E SALUTE

Peter Reddy, professore e ricercatore presso l'Aston University di Birmingham, sta conducendo una ricerca sui benefici di questa attività motoria tra le persone di età compresa tra i 48 e i 65 anni. Questo studio pilota si propone di indagare:

- se gli adulti più anziani possono sostenere il giocare a walking football ogni settimana
- se è abbastanza divertente da voler giocare ogni settimana,
- il modello di intensità e locomozione del calcio camminato,
- la scala naturale di benefici per la salute,
- il potenziale del walking football come uno sport per gli anziani.

I benefici possono riguardare principalmente la salute, gli stili di vita e la socialità, e quindi l'invecchiamento attivo. Secondo i ricercatori "gli studi condotti finora hanno dimostrato che il calcio può essere efficace nei casi di lieve o moderata ipertensione e che l'elevata attività aerobica ad esso connessa produce notevoli miglioramenti nell'ossidazione dei grassi e nella potenza aerobica". Le statistiche dimostrano che la maggior parte delle persone che praticano il calcio a livello amatoriale, lo abbandonano intorno ai 40 anni. Niente di più sbagliato per gli scienziati della Aston University, che intendono dimostrare i benefici del proseguimento dell'attività sportiva "camminata" su soggetti anziani. "Il calcio rappresenta un modo fantastico - spiega Peter Reddy, coordinatore dello studio - per stare in forma e godere di buona salute".

IL PROGETTO NAZIONALE UISP CALCIO CAMMINATO-WALKING FOOTBALL: SINERGIA E COLLABORAZIONE

Su queste basi nasce il progetto nazionale Uisp Calcio Camminato-Walking Football per proporre nuove buone pratiche che nascono da un'elaborazione trasversale tra Calcio Uisp e Politiche nazionali Uisp per gli stili di vita e la salute.

E' una sperimentazione che può arricchire i programmi dedicati all'invecchiamento attivo e rappresentare un'opportunità che ci permette di coinvolgere le fasce di popolazione over 50 che hanno abbandonato uno stile di vita in salute.

POLITICHE PER GLI STILI DI VITA E LA SALUTE

Ricordiamo che l'Italia detiene un primato negativo del 41% di cittadini sedentari e che i Piani di prevenzione regionali 2014/2018 vedono tra le priorità gli interventi destinati a contrastare questo fenomeno tra gli anziani.

Riscoprire abilità e poterle esprimere in modi sostenibili, a misura delle proprie possibilità, trovare occasioni di socialità e divertimento, per il piacere del movimento e del gioco: il Calcio Camminato-walking football può diventare un nuovo manifesto per la promozione dei diritti alla salute come vuole declinarli l'Uisp, contrastando le crescenti disuguaglianze su questo terreno.

La sfida è quella di lasciare che il walking football mantenga le sue caratteristiche di passatempo accessibile e divertente, aggiungendo al contempo una struttura formale per coloro che desiderano giocare a un livello più competitivo.

REGOLAMENTO

Si gioca sui campi di calcio a 5 applicando le regole di gioco del calcio a 5 Uisp con le seguenti variazioni:

- 1. Possono partecipare tutti gli atleti, uomini e donne, che nell'anno in corso compiano 50 anni, ma è possibile organizzare l'attività anche per diverse fasce di età;*
- 2. Ogni squadra gioca con 5 giocatori in campo più il portiere ed è possibile avere 7 giocatori in panchina*
- 3. La gara si svolge in due tempi da 20 minuti ciascuno*
- 4. La corsa viene sanzionata con un calcio di punizione indiretto alla squadra avversaria. È ammessa la camminata veloce*
- 5. Non è consentito lanciare la palla facendola alzare più di 1 metro e venti circa da terra, ad eccezione dei tiri in porta*
- 6. Anche il portiere dalla rimessa dal fondo non potrà lanciare la palla sopra il metro e venti*
- 7. È vietata qualsiasi forma di contatto irruento; 8. Sulla rimessa laterale il giocatore avversario dovrà rispettare la distanza di 3 metri.*