

INFO POINT

- ☀ Piscina comunale esterna
(entrata lato campi del liceo)
- ☞ Palasport

ORGANIZZATORI

Bellinzona Sport
Via Brunari 2 – 6500 Bellinzona
www.bellinzona.ch

CONTATTI

- ▶ Franco Luca
✉ sportissima.belli@gmail.com
Mobile: 079 240 04 27
- ▶ Marco Rossi
✉ sport@bellinzona.ch
Tel.: 091 821 87 44

ALTRE INFORMAZIONI

- ▶ La manifestazione si terrà con qualsiasi tempo; in caso di cattivo tempo il programma alternativo si svolgerà presso il Palasport
- ▶ Nel corso della giornata l'entrata alle piscine sarà gratuita
- ▶ Saranno in funzione buvette e griglia presso i campi del liceo; dalle 12.30 alle 13.30 le attività sportive saranno sospese per la pausa pranzo
- ▶ Spogliatoi e docce saranno a disposizione dei partecipanti
- ▶ Ogni partecipante è individualmente responsabile in caso d'infortunio e/o incidente che dovesse accadere durante lo svolgimento delle attività
- ▶ Le persone che praticheranno del movimento per almeno 30 minuti in una o più attività Sportissima riceveranno in omaggio la luce LED Sportissima (fino a esaurimento scorte); la cartolina di partecipazione va ritirata all'Info Point dove va poi riconsegnata ad attività conclusa, entro le ore 17.00 per ottenere il gadget
- ▶ Durante l'evento verranno realizzati video e foto che saranno utilizzati per promuovere Sportissima

ATTIVITÀ SPORTISSIMA

28 Acquafit e acquagym

Turrìta Nuoto
www.turritanuoto.ch
☞ Programma invariato
(in caso di temporale: attività annullata)

3 Air-track

Accademia Capoeira
www.accademiacapoeira.ch
☞ Palasport

9 Arrampicata

Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport (DECS)
Ufficio dello sport - www.ti.ch/us
☞ Attività annullata

20 Baseball (dai 4 anni)

Los Titanes de Bellinzona
pagina Facebook
Los Titanes de Bellinzona
☞ Stand al Palasport

32 Beach volley (dagli 8 anni)

G&B Volley Giubiasco
www.gbvolley.ch
☞ Attività annullata

31 Bocce

Gruppo Sportivo Integrato del Bellinzonese
www.gsib-bellinzonese.ch
☞ Attività annullata

11 Brucia grassi

Orari: 14.00 (sul palco) e 15.00
Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport (DECS)
Corsi per adulti - www.ti.ch/cpa
☞ Palasport

3 Capoeira

Accademia Capoeira
www.accademiacapoeira.ch
☞ Palasport

19 Cheerleading

Orario: 10.00
Jaguars Cheerleaders
jaguarscheerleaders.ch
☞ Palasport

1 Ciclismo / Mountain bike

Percorso (32 km):
Sportissima Bellinzona - Sportissima Tenero-Contra / CST e ritorno
Richiedere il visto all'Info Point prima della partenza
☞ Attività annullata

2 Corsa

Ticino Running
www.runningwalkingday.altervista.org
☞ Informazioni allo stand Ticino Running

12 Danza

- ▶ Orario: 12.00
Belli&Swing
 - ▶ Orario: 11.30
Scuola di danza moderna di Claro
- ☞ Palasport

4 Difesa personale (K1)

Olimpia Fitness - www.olimpia.ch
☞ Palasport

13 Flamenco

Orario: 14.30
Centro di danza Rosa De Fuego
www.rosadefuego.ch
☞ Palasport

14 Fluiball e functional training (dai 10 anni)

Orario: 15.10 (sul palco)
Gimnasium Health
Fitness Beauty & Spa
www.gimnasium.ch
☞ Palasport

21 Football americano

Associazione Ticinese
Football Americano Lakers
www.atfalakers.ch
☞ Attività annullata

30 Giochi in acqua

Gruppo Onde Blu
Gruppo Sportivo Integrato del Bellinzonese
www.gsib-bellinzonese.ch
☞ Attività annullata

29 Hidrobike (dai 15 anni)

Affinity4Cycle
☞ Attività annullata

15 Hip hop

- ▶ Orario: 15.30
Fit & Gym
www.gym-dance.com
 - ▶ Orario: 11.00
Free Beat Dance Studio
www.freebeat.ch
 - ▶ Orario: 14.00
Gimnasium Health
Fitness Beauty & Spa
www.gimnasium.ch
- ☞ Palasport

25 Hockey subacqueo (dagli 8 anni)

Federazione Svizzera di Sport Subacquee
www.uwh.ch
☞ Programma invariato
(in caso di temporale: attività annullata e stand al Palasport)

26 Immersione (dai 12 anni)

- ▶ Happy Scuba Diver
www.hsdiver.ch
 - ▶ SayCheese Diving
pagina Facebook SayCheese Diving
- ☞ Attività annullata

23 Indiacca

SFG Sementina
www.sfgsementina.ch
🏠 Palasport

5 Ju-Jitsu (dai 14 anni)

Ju-Jitsu Club Giubiasco
www.ju-jitsu-giubiasco.ch
🏠 Palasport

16 Kangoo jump (dai 18 anni)

Orario: 10.30
SFG Giubiasco
sfg-giubiasco.ch
🏠 Attività annullata

22 Kids gym (dai 3 anni)

Associazione Sportiva Kids
www.ask-associationsportivakids.ch
🏠 Palasport

27 Nuoto, nuoto master e baby nuoto

Turrita Nuoto
www.turritanuoto.ch
🏠 Programma invariato
(in caso di temporale: attività annullata)

34 Pallacanestro (dai 5 anni)

▶ Basket Club 79 Arbedo
www.bc79.ch
▶ Pallacanestro Bellinzona
www.bellinzonebasket.ch
🏠 Palasport

35 Pallamano (dai 7 anni)

Pallamano Ticino
🏠 Palasport

3 Parkour

Accademia Capoeira
www.accademiacapoeira.ch
🏠 Palasport

17 Pole dance

Orario: 16.00
AC Pole Dance Studio
www.acpoledance.ch
🏠 Palasport

📺 Rete Tre - Hula hoop

Orari: 9.30 - 12.30 e 13.30 - 17.00
RSI Rete Tre - www.rsi.ch/retetre 😊
🏠 Palasport

1 Sci di fondo sull'erba e slackline

Gruppo Sportivo Molinera
www.gsmolinera.ch
🏠 Palasport

10 Tapis roulant

All4all Ticino
www.all4allticino.ch
🏠 Palasport

36 Tennis (dai 5 anni)

Tennis Club Bellinzona
www.tcbellinzona.ch
🏠 Attività annullata

6 Thai boxe (dai 6 anni)

Thai Boxing Bellinzona
www.thaiboxingbellinzona.ch
🏠 Palasport

24 Twirling (dai 4 anni)

Sport Twirling Bellinzona
www.twirlingbellinzona.ch
🏠 Palasport

33 Unihockey

Ticino Unihockey
www.ticinounihockey.ch
🏠 Attività annullata

2 Walking e nordic walking

Ticino Running
www.runningwalkingday.altervista.org
🏠 Informazioni allo stand Ticino Running

7 Wing Tjun Kung Fu

IWKA Ticino
www.iwkaticino.ch
🏠 Attività annullata

8 Yoga

Orari: 10.30, 11.00 e 11.30 (durata: 30 min.)
Dipartimento dell'educazione,
della cultura e dello sport (DECS)
Corsi per adulti - www.ti.ch/cpa
🏠 Attività annullata

18 Zumba

▶ Pound fit e Zumba® Fitness
Orari: 9.30 e, sul palco, 10.00
Gruppo Step & Dance
SFG Bellinzona
www.sfgbellinzona.ch
▶ Zumba
Orari: 16.30 e, sul palco, 15.50
Olimpia Fitness
www.olimpia.ch
Orari: 13.30 e, sul palco, 14.20
SFG Monte Carasso
🏠 Palasport

INTRATTENIMENTI

14 Massaggi e nutrizione

Gimnasium Health
Fitness Beauty & Spa
www.gimnasium.ch
🏠 Palasport

37 Tennis tavolo

Palco Esibizioni varie

(programma disponibile all'Info Point)
Orari: 10.00 - 12.30 e 13.30 - 16.30
🏠 Palasport

H Attività Helsana

Movimento e divertimento
allo stand Helsana
www.helsana.ch
🏠 Palasport

Città di Bellinzona



Via Giuseppe Lepori

Via Mirasole

Via Francesco Chiesa



Palasport →



Palestra



Scuola Media 1

Palestra

Palco



- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20
- 21
- 22
- 23
- 24
- 25
- 26
- 27
- 28
- 29
- 30
- 31
- 32
- 33
- 34
- 35
- 36
- 37

28

29

28

37



Spogliatoi

35

34

33

31

32

22

19

21

20

Spogliatoi

Liceo

Fiume Ticino

ATTIVITÀ SPORTIVISSIMA

- 1 Sci di fondo sull'erba e slackline
- 2 Corsa, walking e nordic walking
- 3 Air-track, capoeira e parkour
- 4 Difesa personale (K1)
- 5 Ju-jitsu (dai 14 anni)
- 6 Thai boxe (dai 6 anni)
- 7 Wing Tjun Kung Fu
- 8 Yoga
- 9 Arrampicata
- 10 Tapis roulant
- 11 Brucia grassi
- 12 Danza
- 13 Flamenco
- 14 Fluiball e functional training (dai 10 anni)
- 15 Hip hop
- 16 Kangoo jump (dai 18 anni)
- 17 Pole dance
- 18 Zumba
- 19 Cheerleading
- 20 Baseball (dai 4 anni)
- 21 Football americano
- 22 Kids gym (dai 3 anni)
- 23 Indica
- 24 Twirling (dai 4 anni)
- 25 Hockey subacqueo (dagli 8 anni)
- 26 Immersione (dai 12 anni)
- 27 Nuoto, nuoto master e baby nuoto
- 28 AcquaFit e acquagym
- 29 Hidrobike (dai 15 anni)
- 30 Giochi in acqua
- 31 Bocce
- 32 Beach volley (dagli 8 anni)
- 33 Unihockey
- 34 Pallacanestro (dai 5 anni)
- 35 Pallamano (dai 7 anni)
- 36 Tennis (dai 5 anni)
- i Ciclismo / Mountain bike
- 📺 Rete Tre - Hula hoop

INTRATTENIMENTI

- 14 Massaggi e nutrizione
- 37 Tennis tavolo
- Palco Esibizioni varie
- H Attività Helsana