

ti Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport

# SPORTISSIMA

☉ 9.30 - 17.00  
con qualsiasi tempo

## Domenica 8 settembre 2024

# LUGANO

[www.ti.ch/sportissima](http://www.ti.ch/sportissima)



## Sportissima, benessere e divertimento

### Buongiorno!

Domenica 8 settembre 2024, dalle 9.30 alle 17.00 si terrà la diciottesima edizione di Sportissima nelle località di Bellinzona, Biasca, Chiasso, Lugano, Mendrisio, Tenero-Contra e nel Basso Ceresio. Sono felice di annunciare che quest'anno a Mendrisio la manifestazione si estenderà dal quartiere di Ligornetto anche al quartiere di Genestrerio e alla zona San Martino. La giornata, promossa dal Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport (DECS) del Canton Ticino, è gratuita e aperta a tutte e tutti. Vi invito a scoprire le numerose discipline sportive proposte, approfittando anche del 20% di sconto sui mezzi pubblici per i vostri spostamenti.

Ringrazio di cuore tutte le persone coinvolte nell'organizzazione e nello svolgimento della manifestazione e auguro a tutte e tutti voi una bella giornata all'insegna della salute, del benessere e del divertimento.

**Marina Carobbio Guscetti**, Consigliera di Stato  
Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport  
Repubblica e Cantone Ticino

## Info Point e Contatti

### Info Point

- ☀ Lido (di fronte all'entrata di via Foce)
- ☎ Centro Professionale di Trevano

### Organizzatori

Divisione Sport Città di Lugano  
Via Trevano 100 - 6900 Lugano  
[www.lugano.ch/sport](http://www.lugano.ch/sport)

### Contatti

- ▶ Lisa Caspescha  
✉ [lisa.caspescha@lugano.ch](mailto:lisa.caspescha@lugano.ch)  
Telefono: 058 866 72 69
- ▶ Samuela Gaggini  
✉ [samuella.gaggini@lugano.ch](mailto:samuella.gaggini@lugano.ch)  
Telefono: 058 866 72 67

Manifestazione organizzata in collaborazione con



Manifestazione promossa da



Sponsor istituzionale



Media partner



Si ringrazia per la collaborazione



**Sconto del 20% con il biglietto speciale Ticino Event**  
Il biglietto può essere acquistato tramite i distributori automatici oppure agli sportelli di vendita  
Maggiori informazioni su: [www.arcobaleno.ch/ticino-event](http://www.arcobaleno.ch/ticino-event)

## Attività Sportissima

- |  |   |
|--|---|
| 1 Vela Circolo Velico Lago di Lugano                 | 30 Slackline                              |
| 2 Canottaggio Club Canottieri Lugano                 | 31 Aikido                                 |
| 3 Canoa  | 32 Badminton                              |
| 4 Yoga Associazione Yoga Dinamico e Natural Wellness | 33 Fitness - Sport di combattimento       |
| 5 Calisthenics                                       | 34 Danza DMC Studio Lugano                |
| 6 Tennis tavolo                                      | 35 Danza Diamonds Dance Company           |
| 7 Yoga e meditazione Studio Laterale                 | 36 Taekwondo                              |
| 8 Basket   | 37 Vari sport All Sport Association       |
| 9 Calcio femminile                                   | 38 Karting                                |
| 10 Minirugby e motricità                             | 39 Danze popolari del mondo               |
| 11 Flag football                                     | 40 Corsa d'orientamento                   |
| 12 Baseball  | 41 Scherma                                |
| 13 Padel   | 42 Canottaggio Società Canottieri Ceresio |
| 14 Atletica  | 43 Danza Free Beat Dance Studio           |
| 15 Fitness in acqua                                  | 44 Pallavolo maschile                     |
| 16 Salvataggio                                       | 45 Pallavolo femminile                    |
| 17 Subacquea   | 46 Tiro con l'arco                        |
| 18 Nuoto   | 47 Arrampicata                            |
| 19 Nuoto sincronizzato                               | 48 Tennis Accademia Tennis                |
| 20 Pallanuoto  | 49 Ciclismo / Mountain bike               |
| 21 Judo / Aiki Jutsu Judo Budo Club Lugano           | 50 Curling                                |
| 22 Judo Do Yu Kai Paradiso                           | 51 Hockey su ghiaccio                     |
| 23 Attività circensi                                 | 52 Pattinaggio artistico                  |
| 24 Scoutismo   | 53 Tiro                                   |
| 25 Parco giochi                                      | 54 Ginnastica                             |
| 26 Fitness park                                      | 55 Parkour                                |
| 27 Pole dance  | 56 Tennis ARTT e Tennis Club Lugano 1903  |
| 28 Karate / Nanbudo                                  | 57 Skateboard                             |
| 29 Handbike con gioco della fortuna                  | 58 Hockey su prato                        |
|  | 59 Vela Associazione Vela Ceresio         |

### Intrattenimenti

- Judo / Aiki Jutsu e Tiro (Stand)
- Comunità tariffale Arcobaleno

### Servizi

- Acqua gratuita

## Partecipa anche tu al concorso Sportissima!

Domenica 8 settembre 2024 nelle sette località che ospitano la manifestazione troverai il codice QR per poter partecipare al concorso...

... vieni a Sportissima e tenta la fortuna!



MERIDA

In palio 5 mountain-bike Merida Big Nine 200 del valore di fr. 1'099.- ciascuna

## Informazioni

- ▶ La manifestazione si terrà con qualsiasi tempo; in caso di cattivo tempo la giornata si svolgerà presso le palestre del Centro professionale tecnico Lugano - Trevano (CPT Trevano), la Piscina coperta, la Cornèr Arena e in alcune sedi di società sportive
- ▶ Alcune buvette saranno in funzione tutto il giorno (Lido e stand di tiro); per pranzo, dalle 11.30 alle 14.00, il ristorante all'interno della struttura sportiva del Lido proporrà, solo in caso di bel tempo, un piatto di pasta a fr. 8.- (bibite escluse) per i partecipanti di Sportissima
- ▶ Ogni partecipante deve provvedere personalmente al proprio equipaggiamento sportivo (bicycle, casco, ecc.); abbigliamento consigliato: pantaloncini, maglietta, scarpe da ginnastica; per le attività sul ghiaccio: guanti e casco
- ▶ Le palestre saranno accessibili unicamente calzando scarpe con suola bianca destinata esclusivamente per l'interno
- ▶ Spogliatoi e docce saranno a disposizione dei partecipanti all'interno del Lido e della Cornèr Arena
- ▶ Ogni partecipante è individualmente responsabile in caso d'infortunio e/o incidente che dovesse accadere durante lo svolgimento delle attività
- ▶ Durante l'evento verranno realizzati video e foto che saranno utilizzati per promuovere Sportissima

Condividi su Facebook e Instagram la tua esperienza utilizzando i tag @luganocity e @divisionesport\_lugano

## Attività Sportissima

# LUGANO

- 31 AIKIDO**  
Associazione Aikido Kangei  
www.aikidokangei.ch  
📍 CPT Trevano - palestra B 09.30 - 13.00
- 47 ARRAMPICATA (dai 10 anni)**  
Club Alpino Svizzero - www.casticino.ch  
📍 Attività annullata
- 14 ATLETICA**  
Società atletica Lugano - www.sal-atletica.ch  
📍 Attività annullata
- 23 ATTIVITÀ CIRCENSI**  
Circo Fortuna - www.circofortuna.ch  
📍 Attività annullata
- 32 BADMINTON**  
Badminton Cadro - www.badminton-cadro.ch  
📍 CPT Trevano - palestra B 13.30 - 17.00
- 12 BASEBALL (dai 6 anni)**  
Ticino Baseball Rangers  
www.ticinobaseballrangers.ch  
📍 CPT Trevano - palestra F 09.30 - 17.00
- 8 BASKET**  
Associazione Basket Viganello Caimans  
www.viganellocaimans.ch  
📍 CPT Trevano - palestra C 09.30 - 13.00
- 9 CALCIO FEMMINILE (dai 5 anni)**  
Federazione Ticinese di Calcio  
www.football.ch/ftc  
📍 CPT Trevano - palestra F 13.30 - 17.00
- 5 CALISTHENICS**  
Universe Calisthenics  
www.universecalisthenics.ch  
📍 Sede - Via Carzo 20, Lugano
- 3 CANOA (dai 10 anni - 120 cm)**  
Gruppo Canoisti Ticinesi - www.canoa.ch  
📍 Attività annullata
- 2 CANOTTAGGIO (dai 10 anni)**  
Club Canottieri Lugano  
www.canottierilugano.ch  
📍 Sede - Via Foce, Lugano
- 42 CANOTTAGGIO (dai 7 anni)**  
Società Canottieri Ceresio - www.scceresio.ch  
📍 Attività annullata
- 49 CICLISMO / MOUNTAIN BIKE (dai 6 anni)**  
Velo Club Lugano - www.veloclublugano.ch  
📍 CPT Trevano - palestra E 09.30 - 13.00

- 40 CORSA D'ORIENTAMENTO**  
CO Aget Lugano - www.coaget.ch  
📍 CPT Trevano - palestra D 13.30 - 17.00
- 50 CURLING (dai 12 anni)**  
Curling Club Lugano - www.cclugano.ch  
📍 Programma invariato
- 35 DANZA**  
Diamonds Dance Company  
www.diamondsdancecompany.ch  
📍 CPT Trevano - palestra B 13.30 - 17.00

- 34 DANZA**  
DMC Studio Lugano - www.dmcstudio.ch  
📍 Sede - Via Sorenago 2, Lugano-Besso
- 43 DANZA (dai 6 anni)**  
Free Beat Dance Studio  
www.freebeat.ch  
📍 Sede - Via Vignola 3, Lugano

- 39 DANZE POPOLARI DEL MONDO**  
Il mondo in danza  
📍 Attività annullata

- 15 FITNESS IN ACQUA**  
Orari: 11.00, 13.00 e 15.00 (durata: 30 minuti)  
Lugano Aquatics - www.lugano-aquatics.ch  
📍 Piscina coperta

- 26 FITNESS PARK**  
📍 Attività annullata

- 33 FITNESS - SPORT DI COMBATTIMENTO**  
Performance Gym and Combat Club  
www.x4mance.ch  
📍 CPT Trevano - palestra C 13.30 - 17.00

- 11 FLAG FOOTBALL (dai 10 anni)**  
Lugano Rebels - www.luganorebels.ch  
📍 Attività annullata

- 54 GINNASTICA (dai 3 anni)**  
📍 Palagym La Mobiliare  
Via Dossor 1, Villa Luganese  
Orario: 09.00 - 12.30  
▶ Allenamento dimostrativo di ginnastica artistica maschile e femminile  
▶ Prova per le discipline attrezzistica, gymnastique e ginnastica prima infanzia  
SFG Lugano - www.sglugano.ch  
📍 Programma invariato

- 29 HANDBIKE (dai 6 anni) con gioco della fortuna**  
▶ Gruppo InSuperAbili - www.insuperabili.ch  
▶ Sci Club San Benedetto - www.sciclub-sb.ch  
📍 Attività annullata

- 51 HOCKEY SU GHIACCIO (dai 4 anni)**  
È necessario indossare pantaloni lunghi, felpa maniche lunghe, guanti e, se in possesso, un proprio casco (anche da bici, sci o altre discipline)  
Hockey Club Lugano - Sezione giovanile  
www.hclugano-sezionegiovanile.ch  
📍 Programma invariato

- 58 HOCKEY SU PRATO**  
Hockey Athletic Club Lugano  
www.hacl.ch  
📍 Attività annullata

- 22 JUDO**  
Do Yu Kai Paradiso  
www.judo-paradiso.ch  
📍 CPT Trevano - palestra D 09.30 - 13.00

- 21 JUDO / AIKI JUTSU (dai 6 anni)**  
📍 Il Dojo, Via al Chioso 7, Lugano  
Judo Budo Club Lugano - www.jbclugano.ch  
📍 Programma invariato

- 28 KARATE / NANBUDO (dai 6 anni)**  
Club Arti Marziali Caslano  
www.artimarzialicaslano.com  
📍 CPT Trevano - palestra C 13.30 - 17.00

- 38 KARTING (dai 4 anni)**  
DPR - Di Pietro Racing  
www.dprkarting.ch  
📍 CPT Trevano - palestra E 13.30 - 17.00

- 10 MINIRUGBY E MOTRICITÀ (dai 2 anni)**  
Tutti Neri Ticino - www.minirugbyinticino.com  
www.rugbytots.ch  
📍 CPT Trevano - palestra D 09.30 - 13.00

- 18 NUOTO**  
Lugano Aquatics - www.lugano-aquatics.ch  
📍 Piscina coperta

- 19 NUOTO SINCRONIZZATO**  
Lugano Aquatics - www.lugano-aquatics.ch  
📍 Piscina coperta

- 13 PADEL (dai 7 anni)**  
GoAcademy Club - www.goacademy.club  
📍 Sede - Via Ponte Vecchio, Agno

- 20 PALLANUOTO**  
Lugano Aquatics - www.lugano-aquatics.ch  
📍 Piscina coperta

- 45 PALLAVOLO FEMMINILE (dai 6 anni)**  
Volley Lugano - www.volleylugano.ch  
📍 CPT Trevano - palestra A 13.30 - 17.00

- 44 PALLAVOLO MASCHILE (dai 7 anni)**  
#Dragons Lugano - www.dragonslugano.ch  
📍 CPT Trevano - palestra A 09.30 - 13.00

- 25 PARCO GIOCHI**  
📍 Attività annullata

- 55 PARKOUR (dai 3 anni)**  
📍 Palagym La Mobiliare  
Via Dossor 1, Villa Luganese  
Orario: 13.30 - 17.00  
SFG Lugano - www.sglugano.ch  
📍 Programma invariato

- 52 PATTINAGGIO ARTISTICO (dai 4 anni)**  
Club Pattinaggio Lugano - www.cpl-lugano.ch  
📍 Programma invariato

- 27 POLE DANCE**  
AC Pole Dance  
www.acpoledance.ch  
📍 CPT Trevano - palestra B 09.30 - 13.00

- 16 SALVATAGGIO**  
Società Svizzera di Salvataggio  
www.ssslugano.ch  
📍 Attività annullata

- 41 SCHERMA**  
Club Lugano Scherma  
www.luganoscherma.ch  
📍 Sede - Via al Chioso 7, Lugano

- 24 SCOUTISMO**  
Scoutismo Ticino - zona luganese  
www.scoutismoticino.ch/#/zona/luganese  
📍 CPT Trevano - palestra E 13.30 - 17.00

- 57 SKATEBOARD**  
Associazione The Joker Skate School  
www.thejokershop.ch  
📍 Programma invariato

- 30 SLACKLINE**  
Tlslacco - www.tlslacco.ch  
📍 Attività annullata

- 17 SUBACQUEA (dai 14 anni)**  
Planet Sea Lugano  
www.instagram.com/planetsealugano  
📍 Attività annullata

- 36 TAEKWONDO (dai 4 anni)**  
Black Eagle Taekwondo Academy  
📍 CPT Trevano - palestra D 13.30 - 17.00

- 48 TENNIS**  
Accademia Tennis di Rony Staffieri  
📍 CPT Trevano - palestra E 09.30 - 13.00

- 56 TENNIS (dai 5 anni)**  
📍 Sede Tennis Club Lugano 1903  
Via Maraini 3, Pregassona  
▶ Associazione Regionale Tennis Ticino  
www.tennis-ticino.ch  
▶ Tennis Club Lugano 1903 - www.tclugano1903.ch  
📍 Attività annullata

- 6 TENNIS TAVOLO**  
Società Tennis Tavolo Lugano - www.sttlugano.ch  
📍 Sede - Via Al Chioso 7, Lugano

- 53 TIRO (dai 10 anni)**  
📍 Stand di tiro, Via Sonvico 15, Porza  
Civici Carabinieri Lugano - www.civici carabinieri.ch  
📍 Programma invariato

- 46 TIRO CON L'ARCO (dai 10 anni)**  
Associazione Tiro Arco Luganese - www.atal-arco.ch  
📍 Attività annullata

- 37 VARI SPORT**  
All Sport Association  
www.allsportassociation.ch  
📍 Attività annullata

- 59 VELA (dagli 8 anni)**  
📍 Sede Associazione Vela Ceresio  
Via alla Riva 17A, Figino-Casoro  
Associazione Vela Ceresio - www.velaceresio.ch  
📍 Attività annullata

- 1 VELA**  
Orario: 12.30 - 17.00  
Circolo Velico Lago di Lugano  
www.cvll.ch  
📍 Attività annullata

- 4 YOGA**  
Lezione di yoga: 09.30 (75 minuti)  
Da portare: tappetino e asciugamano  
Associazione Yoga Dinamico e Natural Wellness  
www.yogadinamico.ch  
📍 Sede - Via Luganetto 4, Viganello

- 7 YOGA E MEDITAZIONE**  
▶ Lezione di yoga e meditazione:  
dalle 10.00 alle 14.30 ogni 30 minuti  
e 16.30-17.00  
▶ Lezioni di yoga per bambini:  
15.00, 15.30 e 16.00 (durata: 30 minuti)  
Da portare: tappetino e asciugamano  
Studio Laterale - www.studiolaterale.ch  
📍 Attività annullata

## Intrattenimenti

- JUDO / AIKI JUTSU (Stand)**  
Judo Budo Club Lugano - www.jbclugano.ch  
📍 Sede - Il Dojo, Via al Chioso 7, Lugano

- TIRO (Stand)**  
Civici Carabinieri Lugano - www.civici carabinieri.ch  
📍 Sede - Stand di tiro, Via Sonvico 15, Porza

## COMUNITÀ TARIFFALE ARCOBALENO

Il personale Arcobaleno vi aspetta a bordo del furgone informativo; ad attendervi: servizi e consulenze ad hoc, un concorso con in palio un abbonamento generale e tanti simpatici gadget  
www.arcobaleno.ch  
📍 Entrata CPT Trevano

## Servizi

- ACQUA GRATUITA**  
AIL SA - www.ail.ch  
📍 Entrata CPT Trevano

**BUONO**  
Prezzo speciale per un piatto di pasta per partecipanti e accompagnatori presso il ristorante aL LiDO - Lugano  
Valido per la giornata di domenica 08.09.2024 (solo in caso di bel tempo)

