

SOCIETÀ TENNISTAVOLO TENERO



LA STTTENERO SI PRESENTA

La società TennisTavolo Tenero è stata fondata nel 1991 e conta oggi una cinquantina di soci attivi. La maggior parte dei soci sono tesserati presso la SwissTableTennis e possono partecipare a tornei e campionati in tutta la Svizzera. Altri sono soci simpatizzanti e partecipano attivamente agli allenamenti e tornei per non tesserati. La società dispone della palestra per cinque volte la settimana nel bellissimo Centro Sportivo Nazionale della Gioventù a Tenero. Il tennistavolo non è solo uno sport individuale, ma la società partecipa anche ai campionati regionali con 6 squadre, tra cui 2 in Lega Nazionale.

ORARI DEGLI ALLENAMENTI

Martedì	19.00-20.30 (libero ed élite)
Martedì	20.30-22.00 (adulti)
Mercoledì	18.30-20.30 (bambini e ragazzi)
Giovedì	19.00-22.00 (libero, soci, sostenitori)
Venerdì	18.00-19.30 (bambini e ragazzi)
Venerdì	19.30-22.00 (campionato e libero)
Domenica	09.30-11.00 (libero)

C'è sempre la possibilità di provare il nostro sport e in seguito decidere per l'eventuale adesione alla società e a un futuro tesseramento.



Recapito:
Società Tennistavolo Tenero
c/o Gerardo Keller (Presidente)
via Galbisio 41
6500 Bellinzona
www.stttenero.ch
e-mail: tenero@attt.ch

Le squadre LNB femminile e LNC maschile.



NOTORIETÀ DELLO SPORT

Come ogni società sportiva, l'obiettivo principale è promuovere lo sport in ogni sua forma e dimensione. Il tennistavolo è addirittura uno degli sport olimpici più praticato a livello mondiale ma nella nostra nazione è uno de-



gli sport di minoranza. Uno degli obiettivi è dunque quello di far comprendere tutte le sfumature di questo sport poco conosciuto e renderlo noto ad ogni tipo di pubblico.

SPORT COME FILOSOFIA DI VITA

Lo sport, oltre che a mantenere una certa forma fisica e agilità, permette di fare nuove conoscenze, divertirsi e sfogarsi da giornate pesanti. Il tennistavolo non è solo uno sport individuale, permette di socializzare e divertirsi in compagnia!

ACCRESIMENTO DELLE CAPACITÀ GIOVANILI

Il tennistavolo è anche uno sport agonistico nel quale la pallina può raggiungere una velocità tra i 40 e 170 km/h, lasciando al giocatore un tempo di reazione tra 0,07 e 0,25 secondi. Richiede perciò delle spiccate capacità di reazione, di concentrazione e di anticipazione, come pure una buona condizione fisica e attitudini tattiche.

La società ha quindi come obiettivo quello di far sviluppare queste capacità ai nostri giovani.

TENNISTAVOLO E NON SOLO!

Gli allenamenti dei ragazzi non si compongono solo di tennistavolo, vi sono anche allenamenti fisici, di coordinazione e svariate altre attività per permettere loro di diventare degli sportivi completi sotto ogni aspetto. Oltre ai molti tipi di allenamento, non può mancare la parte ludica che avviene attraverso eventi e allenamenti un po' speciali.

IL MESSAGGIO

"Chiunque può giocare: non ci sono limitazioni né di età, né di genere, né di forma fisica. La ragazzina minuta può sconfiggere il tipo tutto muscoli: mi piace, come filosofia. Il ping pong aiuta persino a combattere l'Alzheimer" (Susan Sarandon).

a cura di **Valerio Storni**

