CANOTTIERI TRITIUM

# CANOTTIERI TRITIUM

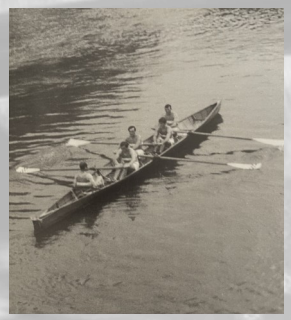
*PER ASPERA AD ASTRA*

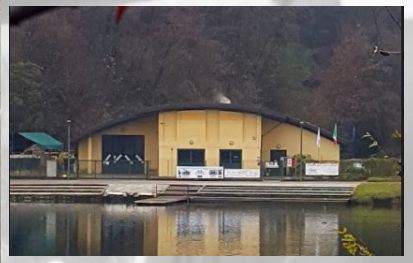
*Canottaggio 01/2025*

## La nostra storia... dal 1967

*L'Associazione Sportiva Dilettantistica Canottieri Tritium è una società affiliata alla Federazione Italiana di Canottaggio e riconosciuta dal Coni senza scopo di lucro che ha da Statuto la missione di promuovere il canottaggio e di favorirne la pratica sul fiume Adda, sia a livello agonistico assoluto che ricreativo che come mezzo di promozione della salute e crescita della persona.*

*Nonostante la competizione e l'agonismo sia nel DNA della Tritium sin dalla sua istituzione e affiliazione alla FIC (01/08/1968), da sempre, con alterna efficacia, l'Associazione ha cercato di estendere la sua attività coinvolgendo il maggior numero possibile di atleti e praticanti anche non agonistici e di soggetti diversamente abili con sessione di allenamento specifiche.*





## Il canottaggio... per i giovani

*Con i CAS (Centro Avviamento allo Sport) la Tritium si pone l'obiettivo di avviare al canottaggio i giovanissimi a partire dai 9-10 anni, consentendo loro l'avvicinamento ad uno sport completo ed equilibrato dal punto di vista fisico ed educativo.*

*Il tutto immersi in un paesaggio naturale di valore impagabile e sotto la guida di istruttori professionisti qualificati. Per queste attività si utilizzano barche denominate 7 e 20 dalla loro lunghezza più contenuta rispetto al singolo regolamentare. I corsi di avviamento coprono l'intero arco dell'anno scolastico da fine agosto a inizio luglio. Il Preagonismo riguarda i ragazzi di età compresa tra i 14 e i 17 anni, e prevede un numero di allenamenti settimanali. Questa attività alimenta il vivaio degli atleti agonistici.*

## *Per qualsiasi info.. cosa aspetti!*

**Orari di reception: il sabato 15.00-18.00**
**Cellulare: 3347757329**
**Mail: canottieritritium@tiscali.it**
**Sede: Via Alzaia 15, 20056 Trezzo sull'Adda**

WWW.CANOTTIERITRITIUM.IT

INSTAGRAM - CANOTTIERI TRITIUM

FACEBOOK - CANOTTIERI TRITIUM

## *Il canottaggio... per crescere*

*La competizione è nel DNA della Tritium che dalla sua fondazione nel 1968 ha ottenuto, grazie all'impegno e al valore dei suoi atleti, successi di rilievo nazionale e internazionale:*

- *CAMPIONATI ITALIANI: 32 ORI*
- *CAMPIONATI ITALIANI UNIVERSITARI: 8 ORI*
- *COUPE DE LA JEUNESSE: 5 ORI, 4 ARGENTI , 2 BRONZI*
- *CAMPIONATI EUROPEI: 1 ORO, 1 ARGENTO*
- *CAMPIONATI MONDIALI: 5 ORI, 4 ARGENTI e 3 BRONZI*
- *OLIMPIADI: 4 POSTO*

*L'attività agonistica impegna intensamente l'atleta. Il canottaggio agonistico è uno sport che implica uno sforzo, aerobico-anaerobico, che coinvolge tutti i muscoli e impegna gli apparati cardiovascolare e respiratorio e perciò richiede un allenamento metodico e sistematico, con sedute di allenamento 7 giorni su 7, di circa 90 min' in cui si alternano sessioni in barca e a terra. In considerazione dell'età scolare degli atleti e dell'impegno richiesto, è sempre cura degli allenatori accertarsi sul loro andamento scolastico e mantenere un dialogo con la famiglia.*

## *Il nostro... TEAM tecnico*

*Dal giugno '20, la Tritium può contare, grazie ai buoni auspici del Presidente FIC Giuseppe Abbagnale, sul nuovo Direttore Tecnico, il Dott. Daniele Gilardoni, atleta di valore assoluto, vincitore (unico atleta nella Storia del Canottaggio) di 11 Medaglie d'Oro Mondiali, Allenatore FIC di 3° livello e allenatore della Nazionale U23. Attorno alla figura e al carisma di Daniele Gilardoni si è costituito un solido gruppo di allenatori, preparatori atletici e volontari che collaborano alla riuscita delle sedute di allenamento.*

## *La nostra... offerta*

*Gli allenamenti si svolgono :*

- *Lun/Mar/Mer/Gio/Ven: dalle 17:30 alle 19:30*
- *Sabato: dalle 15:00 alle 18:00*
- *Domenica: dalle 9:00 alle 12:00*

*Il costo annuo è di 500,00€ (<5 allenamenti a settimana) e i 600,00€ (>6 allenamenti a settimana) sono escluse trasferte gara e l'abbigliamento.*

## *La prima sessione di allenamento è gratuita....*