



CENTRO SPORTIVO ITALIANO
Comitato di Pisa

Comunicato Ufficiale

N° 13 del 12/01/2023

2023
NEW YEAR

Comitato Territoriale C.S.I. Pisa A.P.S.

Via Cisanello, 4 – 56124 Pisa

Tel. 050.571.366 Cell. 329.582.0204

Email: comitato@csi-pisa.it redazione@csi-pisa.it

Scarica l'app MyCSI

Tutto il tuo sport a portata di mano

I tesserati CSI possono consultare sullo smartphone la propria tessera digitale, valida anche come tesserino qualifiche tecniche. MyCSI è disponibile gratuitamente sugli store digitali App Store, Google Play e Huawei AppGallery

Il CSI guarda al futuro e all'innovazione. È disponibile **gratuitamente** la **nuova app MyCSI** sugli store digitali:

CENTRO SPORTIVO ITALIANO



Fatta Apposta per te!
Tutto il tuo sport a portata di mano

Scarica l'App MyCsi   

Uno strumento veloce, facile ed accessibile per tutti i tesserati del Centro Sportivo Italiano. All'interno dell'app **MyCSI** sono disponibili infatti una serie di **funzionalità** tra cui la **tessera digitale**, valida come **tessera associativa** e **tesserino delle qualifiche tecniche**.

Inoltre MyCSI sarà anche una piattaforma di **consultazione** e di **certificazione digitale** attraverso diversi livelli di accesso con funzionalità differenti:

- **tesserati**: tramite l'accesso da dispositivi mobili o da PC, si potrà utilizzare la **tessera digitale**, consultare il proprio **profilo personale** e **assicurativo**, accedere a **materiali**, **documenti** e **news**, **ricevere notifiche**, e nel futuro, effettuare operazioni e acquisti in app di servizi dedicati;
- **società sportive**: tramite l'accesso alla versione web si potrà effettuare la **gestione delle app** dei propri **tesserati**, visualizzando contenuti, materiali e notifiche.

Al **primo accesso** il tesserato dovrà **registrarsi** inserendo il proprio codice fiscale e la mail. Il sistema, dopo aver verificato la validità dei dati inseriti con quelli della banca dati del tesseramento online CSI, provvederà ad inviare una e-mail con la password provvisoria con cui sarà possibile completare l'accesso all'**area riservata** di **MyCSI**.

La nuova **app MyCSI**, oltre ad essere disponibile su dispositivi mobili, permette anche la consultazione e la gestione via **web** sul sito www.mycsi.it.

Per **assistenza tecnica** è possibile scrivere una mail a mycsi@csi-net.it

L'AFAdata a te

CORSI AFA

nelle diverse zone



Che cos'è l'Attività Fisica Adattata?

È un'attività fisica non sanitaria, svolta in gruppo e in luoghi adeguati. È noto che il movimento è in grado di garantire effetti positivi in termini di benessere psicofisico a tutte le età, migliorando il tono della muscolatura, lo stato delle articolazioni e la resistenza alla fatica. L'attività fisica svolta in gruppo, inoltre, contribuisce alla socializzazione e alla qualità di vita delle persone che la praticano.

Effetti positivi si riscontrano in soggetti con ridotta capacità motoria dovuta a sedentarietà e ad artrosi, esiti di interventi ortopedici e patologie reumatiche. Evidenze scientifiche ne dimostrano l'efficacia nella prevenzione dell'osteoporosi e nella terapia di patologie, quali l'ipertensione arteriosa, il diabete e le cardiopatie. L'AFA si è dimostrata adatta anche per persone con ridotta autonomia motoria a causa di malattie tipo ictus e parkinson, purchè in fase stabilizzata.

I corsi sono condotti da istruttori laureati in scienze motorie e/o fisioterapia.

Attualmente è possibile accedere a corsi:

AFA a bassa disabilità rivolta a persone sedentarie o con artrosi, osteoporosi, cioè patologie che migliorano con il movimento
AFA ad alta disabilità rivolta a persone con limitazioni funzionali conseguenti a patologie invalidanti stabilizzate (ictus, parkinson, ecc)

Come iscriversi ai corsi AFA a bassa disabilità:

Non è necessaria alcuna prescrizione o certificazione medica, anche se, prima di accedere è importante consultare uno dei seguenti professionisti:

proprio medico curante; medico specialista (ortopedico, reumatologo, fisiatra, neurologo, geriatra ...); fisioterapisti a conclusione dei percorsi della riabilitazione. Con la scheda di invio compilata, si deve contattare una delle palestre o piscine dove si intende svolgere il corso.

I corsi AFA attivi nel territorio dell'Azienda Usl Toscana nord ovest rispettano le indicazioni previste dalla Regione Toscana.

Giorni ed orari corsi AFA

Presso Judo Champion

via Carlo Francesco Gabba, 25 - Pisa - lunedì e giovedì ore 14-15 e 16-17

Presso Proscænium

via Fiorentina, 216/A - Pisa - martedì e venerdì ore 11-12

ALETICA LEGGERA CON IL C.S.I. PISA



Sono aperte le iscrizioni ai corsi di atletica leggera per la stagione sportiva 2022 – 2023

**Per informazioni ed iscrizioni telefonare a Fabio
380.218.9993**

Junior Dream Volley White Cup 2023

UNDER 12 FEMMINILE

Girone Azzurro

Campo A

1 -	DREAM VOLLEY PISA BLU	TURRIS PALLAVOLO PISA	0 - 2 12-25 14-25
2 -	PALLAVOLO SPEZIA	DREAM VOLLEY PISA BLU	1 - 2 25-21 19-25 4-15
3 -	PALLAVOLO SPEZIA	TURRIS PALLAVOLO PISA	0 - 2 12-25 16-25

Girone Verde

Campo B

4 -	DREAM VOLLEY PISA GIALLA	TORRETTA VOLLEY LIVORNO	0 - 2 25-25 6-25
5 -	COGOVALLE LEONI	DREAM VOLLEY PISA GIALLA	0 - 2 6-25 2-25
6 -	COGOVALLE LEONI	TORRETTA VOLLEY LIVORNO	2 - 0 25-22 25-20

CLASSIFICA

GIRONE AZZURRO

1)TURRIS PALLAVOLO PISA 2)DREAM VOLLEY PISA BLU 3)PALLAVOLO SPEZIA

CLASSIFICA

GIRONE VERDE

1)COGOVALLE LEONI 2)TORRETTA VOLLEY LIVORNO 3)DREAM VOLLEY PISA GIALLA

FINALE 5°- 6°

CAMPO B

15.00 PALLAVOLO SPEZIA DREAM VOLLEY PISA GIALLA 2 - 0 25-21 25-12

FINALE 3°- 4°

CAMPO A

15.00 DREAM VOLLEY PISA BLU TORRETTA VOLLEY LIVORNO 0 - 2 8-25 6-25

FINALE 1°- 2°

CAMPO A

a seguire TURRIS PALLAVOLO PISA COGOVALLE LEONI 0 - 2 16-25 17-25

CALCIO A 5 FEMMINILE**CLASSIFICA CALCIO A 5 - FEMMINILE**

Squadra	Punti	G	V	N	P	GF	GS	Dif. Reti
RI.CE.L	15	5	5	0	0	28	8	20
SAN FREDIANO	13	5	4	1	0	24	14	10
FORCOLI 1921 VALDERA	9	4	3	0	1	26	8	18
TURRIS CALCIO A 5	7	4	2	1	1	13	13	0
PECCIOLI CALCIO	6	4	2	0	2	6	10	-4
CUS	4	5	1	1	3	14	16	-2
ASD DABDA	4	4	1	1	2	8	15	-7
BELLARIA CAPP.	4	5	1	1	3	7	15	-8
TRAVERDE TAC	3	5	1	0	4	6	18	-12
ATL. PERGNENTE	1	5	0	1	4	6	21	-15

Prossima gara:

6° Giornata				dal 16/01 al 20/01/2023			
Gara		squadra A		Squadra B	data	ora	campo
26	8	TRAVERDE TAC	7	ATL. PERGNENTE	MARTEDI	21 30	BELLARIA
27	9	ASD DABDA	6	SAN FREDIANO	MERCOLEDI	21 00	ZARA
28	2	FORCOLI 1921 VALDERA	4	BELLARIA CAPP.	GIOVEDI	21 30	STELLA AZZURRA
29	1	RI.CE.L	5	TURRIS CALCIO A 5	LUNEDI	21 00	PLANET
30	10	CUS	3	PECCIOLI CALCIO	MERCOLEDI	21 00	CUS

CALCIO A 5 MASCHILE

CLASSIFICA - CALCIO A 5

	Punti	G	V	N	P	GF	GS	Dif. Reti
SUPER TELE	22	9	7	1	1	63	22	41
CLUB SENIOR	21	9	7	0	2	77	30	47
CELTA VINO	18	8	6	0	2	44	21	23
CLUB 3Z	18	8	6	0	2	46	24	22
POL. GALLENO	16	9	5	1	3	48	34	14
ASD PARDOSSI '97	16	8	5	1	2	45	34	11
FC DEPORTIVO C5	16	7	5	1	1	45	35	10
ATL. SMAM	12	8	3	3	2	52	39	13
TOTAL BLACK	10	8	3	1	4	37	44	-7
SCARSENAL	10	9	3	1	5	40	60	-20
DM FABBRICA	9	7	3	0	4	32	41	-9
SBP. TEAM	5	8	1	2	5	31	62	-31
RUTTI DI BOSCO	4	7	1	1	5	26	56	-30
ASD LATIGNANO 2022	3	7	1	0	6	21	54	-33
RETROCESSI	1	7	0	1	6	26	42	-16
ATL. CASCINA	1	7	0	1	6	21	57	-36

Prossima gara:

11° Giornata				DAL 16/01 AL 20/01/23			
Gara		squadra A		Squadra B		ora	campo
81	1	ATL. SMAM	12	RUTTI DI BOSCO	LUNEDI	21 00	BELLARIA
82	2	POL. GALLENO	15	CLUB 3Z	LUNEDI	22 00	BELLARIA
83	11		4	TOTAL BLACK			
84	13	ASD LATIGNANO 2022	8	RETROCESSI	LUNEDI	21 00	CASCINA
85	14	SCARSENAL	5	CELTA VINO	MARTEDI	21 30	BELLARIA
86	3	FC DEPORTIVO C5	9	SUPER TELE	LUNEDI	21 00	4 STRADE BIENTINA
87	7	ASD PARDOSSI '97	6	DM FABBRICA	MARTEDI	21 30	PARDOSSI
88	10	S.P.B. TEAM	17	ATL. CASCINA	LUNEDI	21 30	S.PIETRO BELV
RIP.	16	CLUB SENIOR					

CALCIO A 7 MASCHILE

CLASSIFICA - CALCIO A 7

Squadra	Punti	G	V	N	P	GF	GS	Dif. Reti
ASD PARDOSSI '97	13	5	4	1	0	40	15	25
CASTELLO LARI	12	5	4	0	1	18	12	6
FINITI FC	12	5	4	0	1	18	15	3
TALEA PONSACCO	10	6	3	1	2	18	14	4
SEXTUM BIENTINA	6	5	2	0	3	18	19	-1
CILECCHIO	6	6	2	0	4	15	21	-6
TOSCANA MOTORI	3	5	1	0	4	8	19	-11
SBRONZI DI RIACE	0	5	0	0	5	11	31	-20

Prossima gara:

9° Giornata				16/01 AL 20/01/2023			
Gara				Squadra B	data	ora	campo
41	5	TOSCANA MOTORI	4	TALEA PONSACCO	LUNEDI	21 30	PARDOSSI
42	6	CASTELLO LARI	3	ASD PARDOSSI '97	LUNEDI	22 30	PARDOSSI
43	7	FINITI FC	2	SBRONZI DI RIACE	MERCOLEDI	21 00	PARDOSSI
44	8	CILECCHIO	1	MONTECASTELLO			
RIP.	9	SEXTUM BIENTINA					

Recupero 7° Giornata				16/01/23			
Gara n°		squadra A		Squadra B	data	ora	campo
33	7	FINITI FC	9	SEXTUM BIENTINA	LUNEDI	20 30	PARDOSSI

Pisa, 12.01.2023

La Commissione Tecnica Territoriale Calcio – Calcio a 5