

## Attività motoria in palestra

L'attività in palestra si basa su esercizi che mirano a rafforzare l'agilità del movimento. La successione di esercizi tattili e spazio temporali, conducono ad una migliore elasticità muscolare, dunque al mantenimento dello stato di buona salute e ad un innalzamento del livello di qualità di vita percepito. Gli obiettivi di questa attività sono il miglioramento della coordinazione, delle capacità psicomotorie e dell'equilibrio. Ultimo aspetto fondamentale è la socializzazione, ossia la partecipazione attiva ad un gruppo. Tale attività è svolta con la collaborazione di istruttori diplomati ISEF e laureati in scienze tecniche dell'attività motoria preventiva e adattata. Viene svolta presso la palestra del Liceo Sociale "G. CARDUCCI" sita in Via della Canapa a Ferrara nei seguenti orari: **martedì** e **venerdì** dalle ore **16.30** alle ore **17.30** oppure dalle ore **17.30** alle ore **18.30**.



## Parco della Vita

Presso il "Parco della Vita", potete usufruire delle seguenti strutture: **campo di calcetto**, **gazebo esterno**, spazi verdi da adibire a **feste, compleanni** e ricorrenze particolari e una sala interna che può ospitare fino a 35 persone. Il tutto con illuminazione notturna e relativi servizi.

La disponibilità di questi spazi, oltre all'aspetto sociale, consente alla nostra associazione di poter introitare fondi per sostenere economicamente le attività descritte a favore di persone con **disabilità**. Per eventuali prenotazioni del campo di calcetto, della sala ricreativa o del gazebo esterno, potete contattarci telefonando al numero 333 9526830; risponderà un nostro volontario tutti i giorni dalle ore 10.00 alle ore 19.00.



ASD

Gruppo Sportivo Terapeutico  
ANFFAS

Via della Canapa, 10/12 - 44122 Ferrara  
Tel. 0532 593074 - Fax 0532 775941  
gstanffas@virgilio.it - www.gstanffas.net

design Studio Borsetti Ferrara



ASD  
Gruppo Sportivo Terapeutico  
ANFFAS



UNISCITI A NOI



## Chi siamo

Il **Gruppo Sportivo Terapeutico ANFFAS** nasce il 15 Febbraio 1985 per l'iniziativa di alcune famiglie appartenenti all'associazione ANFFAS di Ferrara, mosse dal desiderio di stimolare e sviluppare le



diverse abilità sportive dei ragazzi, consapevoli dei benefici psico-fisici che lo sport può offrire, ma soprattutto dall'occasione di creare un'opportunità di inserimento sociale, agevolando l'avvio di un processo di integrazione e di pari opportunità per tutte le persone diversamente abili.

Oggi siamo "Associazione Sportiva Dilettantistica Gruppo Sportivo Terapeutico ANFFAS", in breve "ASD GST ANFFAS".

Il 17 Settembre 2004 abbiamo ottenuto dalla sede Nazionale ANFFAS di Roma la concessione all'utilizzo dell'acronimo e del marchio ANFFAS, in quanto associazioni con le stesse finalità, ossia sostegno ai familiari, impegno sociale e sportivo.



## Attività

Le attività organizzate dalla nostra associazione sono rivolte a persone con disabilità intellettive, relazionali e motorie.

Attualmente il gruppo sportivo è composto da circa cinquanta ragazzi, che svolgono attività sportive nell'arco dell'anno nelle discipline di **nuoto**, **riabilitazione equestre** e **attività motoria in palestra**.



## Nuoto

L'ambiente piscina raccoglie e amplifica la gamma di stimolazioni e le riproduce in un ambiente dove si esclude la gravità, dove il peso o la difficoltà di deambulazione vengono attenuati e spesso annullati.



L'acqua non è solo un fattore motorio, ma un'esperienza di tipo "globale" che sollecita la sfera psicologica, sensoriale, cognitiva e sociale, adatta a tutte le fasce di età.

Detta attività viene svolta con personale qualificato e con il supporto del C.S.I. (Centro Sportivo Italiano) a cui il nostro gruppo è affiliato da anni, presso la piscina Comunale di via Bacchelli a Ferrara, nelle giornate di **lunedì** e **giovedì** dalle ore **15.40** alle ore **17.20** e nelle giornate di **martedì** e **sabato** dalle ore **9.00** alle ore **10.00**.

## Riabilitazione Equestre

Questa attività sportiva, grazie alla particolare azione data dal cavallo nelle aree psico-emotiva e neuro-motoria, vanta importanti ricadute educative, riabilitative e terapeutiche. Entrare in contatto con il cavallo permette alla persona



di aprire nuovi canali comunicativi, stimolando l'autostima, la fiducia in sé e negli altri.

L'attività si svolge presso l'Ippodromo Comunale di Ferrara, in ampi spazi, ricchi di stimoli sensoriali e, grazie alla varietà degli esercizi proposti, si migliorano la postura, la motricità e l'attenzione.

È organizzata con la collaborazione di uno staff qualificato comprendente: tecnico-istruttore e aiuto-istruttore specializzati presso l'Anire (Associazione Nazionale Italiana di Riabilitazione Equestre), psicologo e fisioterapista e un medico specialista in Medicina Sportiva.

Si svolge nella giornata di **mercoledì** dalle ore **14.00** alle ore **18.00**.

