



Apertura stagione 2025-2026

Ripresa degli allenamenti - Arena Sportiva Capriasca e Valcolla

L'USC Capriaschese, nata oltre 50 anni fa, vi dà il benvenuto alla stagione 2025-2026. La nostra società gode di una solida tradizione sul territorio e racchiude molte discipline dall'atletica al podismo alla corsa in salita ottenendo molteplici risultati, con competizioni a livello cantonale, nazionale ed internazionale. Si identifica nello sport per tutti, dando forte risalto al gruppo, ai contatti umani ed al rispetto. Gli interessati possono presentarsi al primo allenamento per una seduta di prova e per ricevere ulteriori informazioni.

Il numero di partecipanti per gruppo è limitato e verrà data la precedenza a chi fa già parte dell'USC e che ha partecipato regolarmente all'attività nella scorsa stagione. A dipendenza del numero degli iscritti potrebbero esserci dei cambiamenti. A chi si iscrive viene chiesta una partecipazione regolare agli allenamenti e alle gare.

U10 Nate/i nel 2017-2018 e 2019 che frequentano la prima elementare

Il gruppo U10 si allena il giovedì dalle 17:30 alle 18:45
Ripresa degli allenamenti il 4 settembre 2025.

U12 Nate/i nel 2015-2016

Il gruppo U12 si allena il martedì dalle 17:30 alle 18:45
Ripresa degli allenamenti il 2 settembre 2025.

U14 Nate/i dal 2013-2014

Il gruppo U14 si allena il martedì e il giovedì dalle 18:30 alle 20:00
Ripresa degli allenamenti il 2 settembre 2025.

U16 - U18 e più maturi Nate/i nel 2012 e prima

1. Gruppo mezzofondo, fondo, cross e podismo si allena il martedì e il giovedì dalle 18:30 alle 20:00.
Ripresa degli allenamenti il 2 settembre 2025.
Allenamenti supplementari sono previsti il lunedì dalle 18:15 alle 19:45.
2. Gruppo sprint - salti - lanci si allena il lunedì, il mercoledì, il venerdì dalle ore 18:15 alle 19:45.
Ripresa degli allenamenti il 1° settembre 2025.
Ai ragazzi viene chiesta una partecipazione ad almeno 2 allenamenti settimanali.

Adulti

Il gruppo adulti si ritrova il lunedì dalle 18:15 presso l'Arena Capriasca e Valcolla.

Altri allenamenti per gli adulti (il sabato e domenica soprattutto) vengono poi concordati di volta in volta.