

Over Limits in numeri

500 ATLETI	30 TEAM	200 DISABILI E FAMIGLIE	100 VOLONTARI	10 EVENTI	13 ATTIVITÀ FITNESS	10 ATTIVITÀ PER DISABILI
----------------------	-------------------	--------------------------------------	-------------------------	---------------------	----------------------------------	---------------------------------------

Chi siamo

Siamo un'associazione sportiva dilettantistica che desidera migliorare la qualità della vita delle persone attraverso lo sport. Crediamo che, il benessere psico-fisico e il movimento appartengano a tutti e siano forti momenti di crescita e socializzazione. Siamo presenti sul territorio cremasco e collaboriamo con diverse realtà sportive e non. Le nostre proposte sono concentrate sulla promozione dello sport rivolto a persone con disabilità intellettiva e normodotate di tutte le età.

Equipe di lavoro

L'equipe di lavoro è costituita da tecnici sportivi laureati in Scienze Motorie e da educatori, pedagogisti e psicomotricisti con la supervisione di uno psicologo. La progettazione delle proposte, l'attenzione all'individuo e alle dinamiche di gruppo, permettono di strutturare percorsi di allenamento efficaci e gratificanti.



Contatti

Via Silvio Pellico, 2 - 26013 Crema
presso la Cooperativa Ergoterapeutica

Dario Borroni 333 32 35 297
Angelo Suardi 348 49 15 777
Nicola Bettinelli 349 05 56 725

asd.overlimits@gmail.com
www.asdoverlimits.com



Seguici su Facebook e Instagram

I nostri supporter



Bianchessi Auto



STUDIO
ARCHITETTURA
ZIGLIOLI



Sport e oltre...

Siamo un'associazione sportiva dilettantistica che desidera migliorare la qualità della vita delle persone attraverso lo **sport**.

Scopri tutte le attività di **Over Limits** →



Attività fitness

Con le attività fitness diamo la possibilità, a tutte le persone e per tutte le età, di praticare sport in modo adatto alla propria persona innescando quei benefici fisici e relazionali propri dell'attività fisica. Vengono infatti realizzate da professionisti qualificati, esperti nell'adattare l'attività alle esigenze e alle potenzialità individuali.

Per avvicinarsi alle persone sono svolte all'interno di palestre e sale di quartiere sia a Crema che in altri Comuni del Cremasco. Queste attività hanno un altissimo valore, anche in ottica preventiva.

Eventi

Organizziamo eventi dedicati a tutte le categorie di persone, dai più piccoli e le loro famiglie ai più grandi (raccolta dei tulipani, raccolta e pittura delle zucche di halloween, cantastorie, open day sportivi per grandi e piccoli, cene a tema...) con un'importante riscontro di partecipazione in collaborazione con la Cooperativa Ergoterapeutica che mette e a disposizione i suoi spazi e l'ampio giardino nel retro della struttura.

Stage e tirocini

Mettersi insieme è un inizio, rimanere insieme è un progresso, lavorare insieme è un successo. Attiviamo percorsi di stage, tirocini e percorsi di alternanza scuola lavoro con gli Istituti Secondari di Secondo Grado. Abbiamo in essere e attiviamo convenzioni e percorsi di tirocinio con gli atenei Universitari.

Attività sportive inclusive

Con le attività inclusive diamo possibilità di svolgere attività sportive di gruppo e individuali a tutte le persone con disabilità intellettiva, creando anche importanti occasioni di incontro, socializzazione e occupazione del tempo libero. In ogni gruppo di attività sono presenti anche atleti normodotati che partecipano ai gruppi di allenamento e alle gare nel ruolo di compagni di squadra. Le nostre attività integrative sono riconosciute e accreditate da Comunità Sociale Cremasca.

Laboratori

Proponiamo, ogni settimana, un'attività pensata per permettere ai nostri atleti di conoscere, scegliere in base ai propri interessi, e prendere parte alle opportunità per il tempo libero presenti nel nostro territorio, sperimentandosi nelle relazioni con i pari e nell'acquisizione di nuove abilità. Vengono realizzate ad esempio uscite serali, cene, aperitivi, laboratori artistici, laboratori sportivi, partecipazione a mostre, ecc.

Attività estive

Il periodo estivo può diventare l'occasione per fare nuove esperienze e stringere nuove relazioni. Come per le attività sportive inclusive anche alle attività estive possono partecipare sia bambini e ragazzi con disabilità che normodotati. Per bambini e ragazzi dai 6 anni in su. Prova un'esperienza diversa per dare colore alla tua estate!



Special Olympics

Siamo affiliati a Special Olympics, il programma internazionale di allenamenti e competizioni per persone con disabilità intellettiva. Questo permette la partecipazione a gare anche a livello internazionale che comprendono anche trasferte di più giorni.



Cooperativa sociale Ergoterapeutica

Collaboriamo con Ergoterapeutica, la prima cooperativa sociale di inserimento lavorativo sorta nel Cremasco. Nei laboratori operano persone svantaggiate, con disabilità fisiche e intellettive o relazionali seguite da un gruppo di volontari e dagli educatori.

Diventa volontario

Diventa atleta partner per fare volontariato e sport con un risvolto sociale, in un contesto inclusivo. Vedrai che nello sport esistono solo "abilità diverse".

