

## VERBALE DELLA SEDUTA DELLA I COMMISSIONE DEL 26/02/2021

L'anno duemilaventuno, il giorno ventisei del mese di febbraio si è adunata, su convocazione ordinaria Prot. n.151/2021Regint del 18.02.2021, la I Commissione permanente "Attività Culturali" della V Circoscrizione in modalità videoconferenza - mediante collegamento telematico "a distanza" - resta inteso che il luogo della riunione è da intendersi, convenzionalmente, presso i locali della V Circoscrizione siti in Via Adua n.22 Palermo.

La pubblicità delle sedute verrà garantita dalla registrazione delle stesse e dalla loro pubblicazione, ad opera del webmaster, sul canale youtube: <https://www.youtube.com/user/Comunedipalermo1>

### ODG

#### 1. Comunicazioni

**2. Proposta di deliberazione: "Corso di nuoto per i cittadini diversamente abili residenti nella V Circoscrizione"**

**3. Proposta di deliberazione: "Io mi alleno con il kettlebell ( corso di kettlebell)"**

**4. Proposta di deliberazione: "Conosciamo gli sport minori: il badminton (volano) Io mi diverto con la racchetta"**

Funge da **Segretario**, il Funzionario Amm.vo Dr. **Francesco Castellana**.

**Alle ore 8.32 in prima convocazione risulta presente solo il Presidente Lo Sardo. Il Presidente Lo Sardo** constatata la mancanza del numero legale rinvia la seduta di un'ora.

**Alle ore 9,51 in seconda convocazione, risultano presenti il Presidente Lo Sardo, il Cons. Palazzo, la Cons. Cavaliere e come ospiti i Conss. Altadonna e Stabile.**

Constatata la presenza del numero legale il **Presidente Lo Sardo**, apre la seduta.

**Il Cons. Palazzo** chiede al Presidente se abbia chiamato l'Ing. Riccobono.

**Il Presidente Lo Sardo** comunica che lo farà oggi.

Per ordine dei lavori si passa al punto 3 dell'O.d.g. proposta a firma del Cons. Lo Sardo ad oggetto: "*Io mi alleno con il kettlebell ( corso di kettlebell)*".

Si dà lettura della proposta e si dà la parola al **Cons. Lo Sardo** il quale evidenzia che si tratta di uno strumento di fitness che allena i muscoli e l'apparato cardio vascolare. E' una palla in ghisa con una maniglia che consente di allenarsi in maniera completa anche a casa, con beneficio per chi lo pratica. Il peso iniziale è di 10/12 kg per arrivare sino a 24 kg, per gli uomini. Per le donne il peso iniziale è di 4 kg per arrivare agli 8 kg.

Si augura che l'Amministrazione Comunale dia seguito a questa proposta che ha costi irrisori, è necessario un corso affinché gli istruttori diano gli indirizzi ed indichino gli esercizi che si possono fare.

**Il Cons. Altadonna**, ringrazia il Cons. Lo Sardo per la proposta e ritiene che sia meritevole di attuazione da parte dell'Amministrazione Comunale.

**Il Cons. Palazzo**, chiede se, già avesse pensato ad una possibile location.

**Il Presidente Lo Sardo**, comunica di non averla ancora individuata, ma sarebbe auspicabile un luogo all'aperto, visto la particolare situazione che si sta vivendo.

**Il Presidente Lo Sardo**, ritiene che si possa utilizzare il Parco di Via Tindari, che potrebbe essere sistemato con poche spese.

**Il Cons. Palazzo**, ritiene che vadano presentati emendamenti a tal proposito.

**Il Presidente Lo Sardo**, propone una breve pausa per preparare gli emendamenti, rimandando aperta la seduta e la registrazione.

**Si dà atto che alle ore 10.19 esce il Cons. Altadonna.**

**Alle ore 10,20 il Presidente Lo Sardo** comunica gli emendamenti aggiuntivi:

**I emendamento** aggiuntivo, da collocare come ultimo punto: “ *Considerato che il Kettlebell risulta uno strumento di allenamento ideale per chi desidera essere più forte, più resistente, per chi vuole tonificare i muscoli e perdere chili di troppo*”.

**II emendamento** aggiuntivo: “ *Considerato che l’allenamento con il Kettlebell è completo perché con un solo attrezzo ed anche con pochi esercizi è in grado di apportare i benefici dell’allenamento con i pesi, di quello cardiovascolare di resistenza, di miglioramento della coordinazione e di sviluppo motorio*”.

**III emendamento** aggiuntivo: “ *S’indica il parco Tindari di Borgo Nuovo come location dove effettuare la manifestazione*”.

**Il Presidente Lo Sardo**, pone in votazione, per voto palese , la proposta testè emendata a firma del Cons. Lo Sardo ad oggetto: “*Io mi alleno con il kettlebell ( corso di kettlebell)*”. Prot. 119729 del 18.02.2021

La Commissione esprime parere favorevole alla proposta all’unanimità dei presenti.

**Si dà atto che alle ore 10.27 rientra il Cons. Altadonna.**

**Il Presidente Lo Sardo**, ringrazia i Consiglieri ospiti per il contributo dato e chiude la seduta alle ore 10.28.

**Il Segretario**  
**Funzionario Amm.vo**  
**Francesco Castellana**

**Il Presidente**  
**F. Umberto Lo Sardo**