

## SPORT

## IL CALENDARIO

**Domenica 13 gennaio**  
Sala Baganza - 8° Winter Trail Golf del Ducato

**Sabato 9 marzo**  
Langhirano - 8° Winter Trail dei Castelli

**Domenica 17 marzo**  
Casalmaggiore - 6° Eridano Adventure Trail

**Domenica 14 aprile**  
Bedonia - 3° Pelpi Trail

**Sabato e domenica 27-28 aprile**  
Pontremoli - 12° The Abbots Way Ultratrail

**Sabato 4 maggio**  
Langhirano - 5° Dual Race Capitale del Prosciutto - Trail e MTB

**Domenica 12 maggio**  
Scurano - 11° Strafuso Trail Running

**Domenica 26 maggio**  
San Michele Tiorre - 9° Trail del Salame

**Sabato e domenica 8-9 giugno**  
Tarsogno - 5° CCT Cento Croci Trail

**Domenica 16 giugno**  
Pellegrino Parmense - 10° Trail Running Pan e Formai dell'Alta Val Stirone

**Domenica 30 giugno**  
Schia - 4° Monte Caio Trail Running

**Domenica 21 giugno**  
Bore - 5° Trail della Val Cenedola

**Domenica 15 settembre**  
Sala Baganza - 7° Trail del Prosciutto di Parma

**Domenica 10 novembre**  
Tarsogno - 3° Winter Tarsogno Trail WTT

# Trail running Correre nella natura: 14 appuntamenti, si parte domenica

Presentato il calendario del circuito provinciale: prima tappa con due percorsi tra i Boschi di Carrega Ghidini (Uisp): «Ci saranno anche gare su distanze ridotte e baby». Rodolfi (Ges): «Noi siamo pronti»

CRISTINA PELAGATTI

■ Il 2019 si preannuncia carico di occasioni per gli amanti della corsa in natura. Sono ben 14 le tappe del circuito provinciale Trail Running Parma, lungo i percorsi più caratteristici della Pedemontana, dell'Appennino e persino del Po. «Grazie alle associazioni che organizzano le singole gare siamo riusciti a fare squadra ed a creare un gruppo che ha lavorato molto sulla sicurezza e sul rispetto ambientale - ha spiegato Rocco Ghidini, responsabile struttura d'attività atletica leggera Uisp Parma - Ben 10 su 14 delle gare in calendario propongono anche una gara di distanza ridotta, short trail, di 10/12 km, inoltre ci sono baby trail, camminate non competitive e la novità dell'enjoy trail, il tutto per promuovere il territorio e la visione dello sport per tutti».

Il calendario Trail Running Parma è stato presentato in Rocca Sanvitale a Sala Baganza e proprio nel paese della ValBaganza si alzerà il sipario sul circuito, domenica 13 gennaio con l'8° Winter trail «Golf del Ducato», con due percorsi di 23 e di 14 km nel territorio dei Boschi di Carrega, organizzato dal Ges, per partecipare al quale occorre iscriversi online entro domani oppure in loco seguendo le istruzioni del sito Uisp Parma.

«Abbiamo lavorato molto per preparare il percorso - ha sottolineato Mauro Rodolfi del Ges - ma siamo molto soddisfatti, l'anno scorso abbiamo



**CIRCUITO TRAIL** Da sinistra Rocco Ghidini, Giovanni Ronchini, Fabrizio Foglia e Mauro Rodolfi.

avuto 420 partecipanti e ci emoziona vedere gente che viene a scoprire il nostro territorio anche da lontano».

Come ha evidenziato il vicesindaco Giovanni Ronchini «Il winter trail per Sala è diventato un'attività corale, il Ges organizza ma tutto il paese viene coinvolto, siamo orgogliosi di iniziare le attività sportive del 2019 con questa manifestazione». Il circuito provinciale Trail Running 2019, con 14 gare da gennaio a novembre, organizzato da GES, ASD Sportlab, ASD Eridano Adventure, Asd Vallinbici, ASD Lupi d'Appennino, ASD Vengo Li di corsa e Spritz Bikers, ASD Appennino Free-mind, ASD Atletica Casone Noceto, ASD Spirito Tarsogno, ASD Pellegrini, Ass. Ondanomala Tizzano, ASD Polisportiva Bore, ASD +Kuota in collaborazione con Uisp Parma e con il sostegno di Errea Sport e numerosi partner, è stato illustrato da Fabrizio Foglia, in rappresentanza di tutti gli organizzatori «Il nostro circuito, al 9° anno ma, con un mini circuito di 3 gare attive già dal 2009/2010, è uno dei più longevi a livello italiano e molte persone partecipano anche da fuori regione e vengono a conoscere il territorio e i suoi prodotti. Oltre 3200 atleti hanno partecipato alle gare del 2018- Lavoriamo molto sulla sicurezza per stimolare negli atleti l'abitudine di correre in sicurezza anche in allenamento. L'offerta è cresciuta in qualità, quantità e innovazione».

## La novità Ecco Enjoy, corsi e servizio di tutoraggio aperti a tutti

■ La principale novità del 2019 è Enjoy Trail che prevede sia corsi di avvicinamento al trail running per persone che si vogliono allenare con metodo, affiancati da un tecnico allenatore, per arrivare ad affrontare in autonomia un percorso gara, suddivisi per livelli di esperienza, sia un servizio gratuito di tutoraggio tecnico durante le manifestazioni che compongono il circuito provinciale Trail Running Parma. Un tecnico allenatore/accompagnatore gruppi certificato dalla Uisp nazionale guiderà i partecipanti lungo i percorsi agonistici, con particolare attenzione alla dinamica della corsa in ambiente, senza tralasciare il riscaldamento e il recupero post-gara.

A Parma i tecnici formati che si sono resi disponibili per il tutoraggio nelle gare sono Fabrizio Foglia, Raffaella Musiari e Martin Trout. Il servizio è gratuito e limitato ad un numero massimo di iscritti per gara, occorre prenotarsi in fase di preiscrizione o direttamente in loco, secondo disponibilità.

C.P.

## Rugby Il dolore di Frati per la scomparsa di Moon

Il tecnico neozelandese, colpito da malore, avrebbe dovuto tenere un «clinic» a Viadana

PAOLO MULAZZI

■ E' deceduto ieri intorno a mezzogiorno al Maggiore di Parma Geoff Moon, 52enne tecnico neozelandese, ex coach dell'Academy degli Auckland Blues nonché ex assistant coach di Auckland e dei Bristol Bears, uno dei più apprezzati tecnici neozelandesi

a livello scolastico. L'accaduto ha colpito in particolar modo Filippo Frati, capo allenatore del Viadana. Il tecnico neozelandese aveva un rapporto speciale con Moon: conosciuto durante le visite di aggiornamento tecnico in Nuova Zelanda, era più volte venuto in Italia su chiamata dell'amico Frati per tenere dei clinic nel-



**GRANDI AMICI** Geoff Moon, a destra, con il tecnico del Viadana Filippo Frati

le squadre da questi guidate. «E' un brutto colpo, non ho parole. La sua conoscenza mi ha veramente cambiato la vita» ci ha detto Frati dopo aver appreso la ferale notizia. E' stato proprio il tecnico neozelandese a portare Moon al pronto soccorso sabato scorso, appena sbarcato in Italia con la moglie per un clinic che avrebbe dovuto tenere al Viadana in questo inizio settimana, avendolo visto non in buone condizioni. Ricoverato in codice rosso, per il tecnico neozelandese, purtroppo, raggiunto ieri dalla figlia, non c'è stato nulla da fare. Il club giallonero ha espresso le proprie condoglianze alla famiglia.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



## SCI SLALOM, LA SHIFFRIN SI INCHINA ALLA VLHOVA

■ Mikaela Shiffrin ha trovato un'avversaria alla sua altezza. La slovacca Petra Vlhova, dopo averla battuta nel parallelo di Capodanno a Oslo, ha nuovamente avuto la meglio sulla fuoriclasse americana nello slalom notturno di Flachau per 15 centesimi di secondo. Terza la svedese Anna Swenn-Larsson. Sotto la fitta nevicata, buio pesto per le azzurre: non partita Irene Curtoni e non qualificata Lara Della Mea, Chiara Costazza ha inforcato nella seconda manche vanificando un posto nella top ten.