



## IN QUESTO NUMERO

### I VOLTI UISP

#QUESTA SETTIMANA LE GINNASTICHE

### LA FORMAZIONE E AGGIORNAMENTO

#IL CORSO DI SPECIALIZZAZIONE AFA

### LE STRUTTURE DI ATTIVITÀ

### CICLISMO

#L'IMPEGNO DEI BABBI NATALE PER I BIMBI

### CINOFILIA

#CANICROSS DEL PARCO PO

### DISCIPLINE ORIENTALI

#LA CURA DI SÈ

### NEVE

#SCI e CIASPOLATE

### PALLAVOLO

#UN NO CONTRO LA VIOLENZA

### NOTIZIE DALLE SEDI DI

BIELLA

BRA | CUNEO

TORINO

VALLESUSA

### I CALENDARI

ATLETICA | [trail.vertical.podismo](#).  
[fitwalking.cammino.nordicwalking.pista](#)

NUOTO | [gli appuntamenti della stagione](#)

# | #IVOLTIUIISP-CHISONOINOSTRIDIRIGENTI? |

[ LE GINNASTICHE - UNA PASSIONE ]



*Anche questa settimana ritorna a nostra finestra dedicato ai dirigenti delle Strutture di Attività. In questo numero Ilenia Muraro, Responsabile LeGinnastiche UISP, in Piemonte.*

Ilenia Muraro si è affacciata al mondo delle ginnastiche nel 1993, quando ha iniziato l'attività in palestra presso la Zelig '84, storica società UISP. Ma in realtà, la sua passione per l'artistica è incominciata quando ha mosso i primi passi ed è poi proseguita fino ai 15 anni, quando ha affiancato le istruttrici nella conduzione dei corsi base. Una volta maggiorenne e con le idee molto chiare si è iscritta al SUISM, si è laureata, ha frequentato i corsi UISP per la qualifica di operatore sportivo e giudice GAF (ginnastica artistica femminile). «*La ginnastica è stata sempre la mia grande passione, a pari merito con il calcio!*». Il battesimo nelle Ginnastiche UISP a livello nazionale è stata la convocazione come giudice ai campionati nazionali di Fano, nel 2009. Da allora è stato amore a prima vista e la capovolta, la ruota o la verticale non sono più state un segreto

per Ilenia, che non si è persa nessuna rassegna nazionale. Nel 2016 c'è stata la grande occasione! A Torino sono stati assegnati i campionati nazionali di ginnastica artistica maschile e femminile, Ilenia ha avuto l'opportunità di organizzarli e iniziare la collaborazione con Patrizia Alfano. «*Una gran fatica a mettere in piedi la manifestazione - racconta Ilenia - in 3 mesi ci siamo dovuti inventare un campo gara attrezzato per la GAF e per la GAM in un palazzetto accessibile per 10 giorni consecutivi. E' stato un successo, abbiamo ospitato più di 2000 ginnasti, tecnici, giudici e famiglie. Siamo riuscite a portarlo a termine nel migliore dei modi grazie alla collaborazione con Patrizia, il Comitato di Torino e la mia associazione, che nel frattempo ha cambiato nome in Zelig 84 GYMe di cui sono tutt'ora presidente*». L'esperienza fa scuola e così Ilenia è entrata a fare parte del gruppo di lavoro nazionale GAF e dal 2017 è responsabile delle ginnastiche a livello regionale. Si cresce, ma i ricordi quelli belli, rimangono sempre nel cuore. «*Come si fa a dimenticare le gare UISP vissute da ginnasta. Un'esperienza entusiasmante dove l'agonismo delle manifestazioni e il confronto con le società e le altre atlete, ti regalano emozioni. Il mio obiettivo è quello di far crescere il movimento e far conoscere i programmi UISP a livello regionale alle numerose società presenti sul territorio*».



info su programmi e corsi  
[ginnastiche.piemonte@uisp.it](mailto:ginnastiche.piemonte@uisp.it)

## | #FORMAZIONE e AGGIORNAMENTO UISP |



| **ATTIVITA' FISICA ADATTATA** - Corso per l'acquisizione della specializzazione AFA |

Un corso di 16 ore, che tratta i seguenti argomenti:

- “La figura e il ruolo dell'educatore Afa”
- “L'approccio metodologico”
- “Afa per danno d'organo e Afa per funzione”
- “Le scale di misura (significato e applicazione)”
- “Stratificazione dei gruppi”

Il corso si svolgerà il 7 Dicembre dalle ore 08.00 alle ore 13.00 e dalle ore 14.00 alle ore 20.00

L'8 Dicembre dalle ore 09.00 alle ore 14.00 /presso la palestra Dai Mon Dojo di Corso Dante, 50M - Torino

info [piemonte@uisp.it](mailto:piemonte@uisp.it)

////////////////////////////////////  
| **BLSD** - i nuovi corsi |

L'UISP ritiene importante garantire ed accrescere lo standard della sicurezza dei soci, che frequentano gli impianti sportivi promuovendo e diffondendo tra tutte le ASD affiliate: un'opportunità formativa sulle manovre salvavita. Lo scopo del soccorso precoce è quello di mantenere ossigenati il cervello e il muscolo cardiaco per evitare il danno anossico cerebrale.

I corsi si terranno nella sede della Uisp Piemonte, di via Nizza 102, con orario 14.30 | 19.30 nelle seguenti date: 14 e 21 Dicembre.

info [piemonte@uisp.it](mailto:piemonte@uisp.it)



# | #FORMAZIONE e AGGIORNAMENTO UISP |



## | CINOFILIA - Corso educatore cinofilo |

Sono aperte le iscrizioni per il corso di formazione per l'acquisizione della qualifica di educatore cinofilo UISP nazionale. Le lezioni si terranno dal 11 Gennaio 2019 fino al 16 Aprile 2019.

info [equestriecinofile.piemonte@uisp.it](mailto:equestriecinofile.piemonte@uisp.it)

## | DANZA - Aggiornamento Insegnanti |

Il settore di attività Danza UISP, organizza 7 moduli di aggiornamento, presso il "Centro ricerca danza" di via Chiesa della Salute 86. Il calendario: 18 gennaio dalle 10 alle 14 "**Teoria musicale per insegnanti di danza**" e dalle 15 alle 19 "**Teoria musicale applicata da una lezione di danza**"; 29 febbraio dalle 10 alle 14 "**Storia della danza**" e dalle 15 alle 19 "**Contact improvisation**".

info [danza.piemonte@uisp.it](mailto:danza.piemonte@uisp.it)

## | LE GINNASTICHE |

Corso per l'acquisizione della qualifica di Operatore Sportivo | Dal 20 Ottobre al 24 Novembre  
Corso per l'acquisizione della qualifica di Giudice I e Il livello Artistica - Ritmica | Dal 20 Ottobre al 12 Gennaio  
Corso per l'acquisizione della qualifica di Giudice Acrogym | Dal 13 Ottobre al 19 Gennaio

info [ginnastiche.piemonte@gmail.com](mailto:ginnastiche.piemonte@gmail.com)

## | NUOTO - Novità Formazione per le qualifiche Tecniche Uisp:

- Corso Tecnico Educatore Nuoto Uisp
- Corso Tecnico Acquafitness Uisp
- Corsi per Giudici Arbitri Uisp (Nuoto – Pallanuoto – Nuoto Sincronizzato)

I Corsi per le qualifiche Tecnico Educatore Nuoto e Tecnico Acquafitness, si terranno nel periodo Gennaio/ Marzo 2019, presso la sede del Regionale Uisp Piemonte, per le lezioni di Teoria, e presso Piscine gestite da Uisp in Torino e Provincia, per le lezioni di Pratica.

Si fa presente che i due Corsi hanno un percorso formativo di base unico, con la possibilità di frequentare le restanti ore dei due percorsi formativi in orari diversi e con Quote agevolate per l'iscrizione contemporanea ad entrambi i Corsi.

La Riunione Informativa, di presentazione Corsi, si terrà GIOVEDÌ' 19 dicembre 2019, alle ore 21.00, presso la sede del Comitato Uisp Piemonte, in Via Nizza 102, a Torino.

info [nuoto.piemonte@uisp.it](mailto:nuoto.piemonte@uisp.it)

tel 011.4363484

(Giovedì ore 10:00-13:00 / 19:00-22:00)

[aquatime.it/uisppiemonte.php](http://aquatime.it/uisppiemonte.php)

## Ciclismo



### [BABBO NATALE A DUE RUOTE E SU DUE PIEDI]

La pioggia non ha fermato i Babbi Natale in bicicletta, che Torino Bike Experience ha messo in campo. Domenica 1 Dicembre hanno partecipato al più grande Raduno di Babbi Natale sotto l'ospedale infantile Regina Margherita, evento promosso dalla Onlus di Torino FORMA (Fondazione Ospedale Regina Margherita), che si impegna quotidianamente per offrire attività di svago per i piccoli pazienti. Bravi per l'impegno solidale che avete dimostrato e per aver sfidato la giornata piovosa!

info [info@torinobike-xp.it](mailto:info@torinobike-xp.it)

## Cinofilia

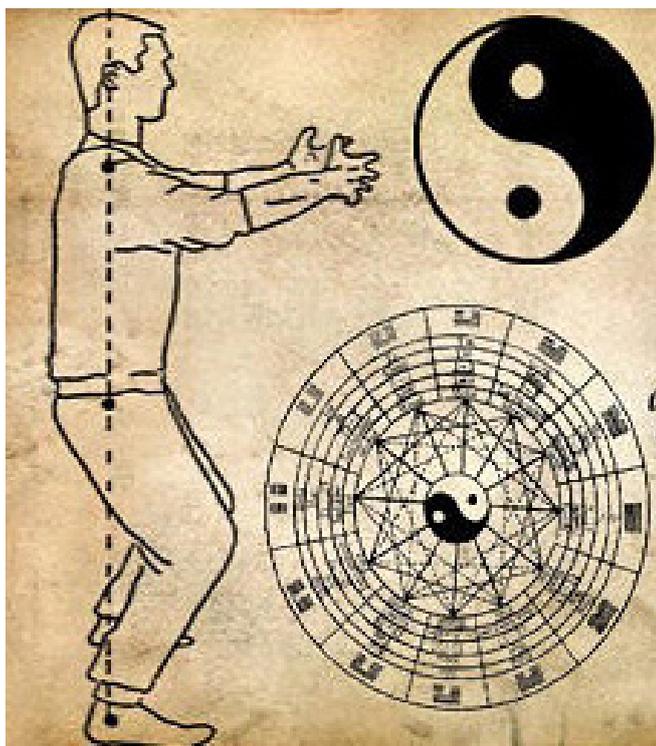


### [CANICROSS DEL PARCO PO]

Domenica 22 Dicembre a Bassignana (AI) il settore Cinofilia Uisp organizza la "Corsa di Natale" di 5,8 km. Appuntamento alle 9 per i controlli veterinari e alle 10 partenza della gara competitiva e 30 minuti dopo prende il via la non competitiva. A seguire passeggiata con i cani in presenza di educatori qualificati.

info [equestriecinofile.piemonte@uisp.it](mailto:equestriecinofile.piemonte@uisp.it)  
347.2533329

## Discipline Orientali



### [QI GONG | TAIJI QUAN - LA RESPIRAZIONE]

La respirazione è la prima forma di alimentazione, respirare meglio significa vivere meglio. In un mondo veloce dove il tempo è sfruttato, abituiamo il corpo a contenersi, a contrarsi, limitando anche l'ampiezza del respiro. Esercizi di propiocezione, respirazioni intenzionali guidate, Qi Gong e automassaggi sono proposti per ottenere una maggior consapevolezza delle abitudini acquisite e per rivelare in che modo sia possibile attivare e conservare la salute ed il proprio potenziale energetico.

info **Le Vie del Sè**  
corso Galileo Ferraris, 146A - Torino  
333.3393445



## [SCI - DISCESA A PILA]

CALENDARIO previsionale su 13 giornate e su 10 giornate, le giornate contrassegnate in "giallo", sono previste come margine di recupero di eventuali sospensioni:

Corso su 13 giornate			Corso su 10 giornate	
SABATO	DOMENICA	giornate	giornate	MERCOLEDI'
sabato 7 dicembre 2019	domenica 8 dicembre 2019	1		
sabato 14 dicembre 2019	domenica 15 dicembre 2019	2		
sabato 21 dicembre 2019	domenica 22 dicembre 2019	3		
sabato 4 gennaio 2020	domenica 5 gennaio 2020	4	1	mercoledì 8 gennaio 2020
sabato 11 gennaio 2020	domenica 12 gennaio 2020	5	2	mercoledì 15 gennaio 2020
sabato 18 gennaio 2020	domenica 19 gennaio 2020	6	3	mercoledì 22 gennaio 2020
sabato 25 gennaio 2020	domenica 26 gennaio 2020	7	4	mercoledì 29 gennaio 2020
sabato 1 febbraio 2020	domenica 2 febbraio 2020	8	5	mercoledì 5 febbraio 2020
sabato 8 febbraio 2020	domenica 9 febbraio 2020	9	6	mercoledì 12 febbraio 2020
sabato 15 febbraio 2020	domenica 16 febbraio 2020	10	7	mercoledì 19 febbraio 2020
sabato 22 febbraio 2020	domenica 23 febbraio 2020	11	8	mercoledì 26 febbraio 2020
sabato 29 febbraio 2020	domenica 1 marzo 2020	12	9	mercoledì 4 marzo 2020
sabato 7 marzo 2020	domenica 8 marzo 2020	13	10	mercoledì 11 marzo 2020
sabato 14 marzo 2020	domenica 15 marzo 2020	gg margine pox		mercoledì 18 marzo 2020
sabato 21 marzo 2020		δ calendario		
	<b>domenica 22 marzo 2020</b>			<b>Festa Fine Corsi - PILA</b>

### TURNI:

*Gruppi di perfezionamento (mercoledì 10 giornate o sabato/domenica 13 giornate):*

-10 giornate Mercoledì: ritrovo ad AOSTA (TLC) alle 14:00, durata della lezione 2 ore, appuntamento di fine corso ad AOSTA (TLC) alle 16:30 circa, salvo diversi accordi coi Maestri.

-13 giornate Sabato: : ritrovo a PILA (TLC) a inizio e fine corso, 1°turno 9:30-12:00 2° turno 12:00-14:00 3° turno 14:00-16:30

- 13 giornate Domenica: ritrovo a PILA (TLC) a inizio e fine corso, 1°turno 9:30-12:00 2°

turno 12:00-14:00 3° turno 14:00-16:30.

*Primi Passi (12 giornate):*

Gli orari delle lezioni del primo modulo primi passi di norma saranno nella fascia oraria del 2° turno, salvo diversi accordi con i Maestri. Il calendario sarà su 12 giornate invece che 13.

## [SCI FONDO – SKI-SOFTARCH – SLITTINO - PONT, FLASSIN, RHEMES N.D.]

CALENDARIO previsionale su 8 giornate (con possibili sospensioni per gare concomitanti):

giornate	Attività	CORSI DI DOMENICA
	<i>Formazione OSV</i>	<b>6-7-8 DICEMBRE 2019</b>
	<i>Preparazione OSV</i>	<b>DAL 23 NOVEMBRE AL 4 GENNAIO</b>
<b>1</b>	<b>Corso</b>	<b>domenica 5 gennaio 2020</b>
<b>2</b>	<b>Corso</b>	<b>domenica 12 gennaio 2020</b>
<b>3</b>	<b>Corso</b>	<b>domenica 19 gennaio 2020</b>
<b>4</b>	<b>Corso</b>	<b>domenica 26 gennaio 2020</b>
	<i>(Cogne) Marcia Gran Paradiso</i>	<b>domenica 2 febbraio 2020</b>
<b>5</b>	<b>Corso</b>	<b>domenica 9 febbraio 2020</b>
<b>6</b>	<b>Corso+ Festa della Neve UISP</b>	<b>domenica 16 febbraio 2020</b>
<b>7</b>	<b>Corso</b>	<b>domenica 23 febbraio 2020</b>
	<i>Saint Barthelemy Gran Tor</i>	<b>domenica 23 febbraio 2020</b>
	<i>Saint Barthelemy Gran Tor</i>	<b>domenica 1 marzo 2020</b>
<b>7</b>	<b>Corso</b>	<b>domenica 1 marzo 2020</b>
<b>8</b>	<b>Corso</b>	<b>domenica 8 marzo 2020</b>

# N e v e

## [CIASPOLE - ESCURSIONI]

CALENDARIO previsionale per il 2020:

VILLAGGIO PELLAUD - Domenica 5 Gennaio | Val di Rhêmes  
verso RIFUGIO "VITTORIO EMANUELE" - Domenica 12 Gennaio | Pon Valsavarenche  
COLLE SAN CARLO - Domenica 19 Gennaio | Arpy  
verso COL FLASSIN - Domenica 26 Gennaio | Flassin  
pernottamento RIFUGIO "MANÀ" - Sabato 8 e Domenica 9 Febbraio | Saint Barthelemy  
verso COL SERENA - Domenica 16 Febbraio | Flassin  
COLLE SAN CARLO - Domenica 1 Marzo | Arpy

## [SCI PER TUTTI - CORSI e GITE]

PRIMO CORSO GENNAIO 2020:

Domenica 05 Gennaio | Val di Rhêmes  
Domenica 12 Gennaio | Pon Valsavarenche  
Domenica 19 Gennaio | Arpy  
Domenica 26 Gennaio | Flassin

ECONDO CORSO FEBBRAIO 2020:

Domenica 02 Febbraio | Val di Rhêmes  
Domenica 09 Febbraio | Pon Valsavarenche  
Domenica 16 Febbraio | Flassin - FESTA DELLA NEVE  
Domenica 01 Marzo | Arpy

PRIMO GITE MARZO 2020:

Domenica 08 Marzo | Val di Rhêmes  
Domenica 15 Marzo | Arpy  
Domenica 22 Marzo | Val Ferret  
Domenica 29 Marzo | Pon Valsavarenche

info [scifondoeporedia@gmail.com](mailto:scifondoeporedia@gmail.com)  
349.5504656



# P a l l a v o l o

## [FINALI DEL TORNEO D'AUTUNNO]

Domenica 8 Dicembre l'appuntamento è con le finali del XIII torneo d'autunno memorial Cossalter. Saranno impegnate le categorie dagli under 12 agli under 20, gli adulti maschili e femminili e miste. Un torneo che si svolgerà nelle palestre di Volpiano, Trofarello, Santena, Poirino e Moncalieri.

## [LA PALLAVOLO UISP PIEMONTE DICE NO ALLA VIOLENZA SULLE DONNE]

In occasione del 25 Novembre, "Giornata Mondiale contro la violenza sulle donne", la pallavolo Uisp Piemonte ha lanciato una bella iniziativa per dare un segnale di sensibilizzazione. E' stato chiesto di inviare foto scattate durante le partite con un simbolo rosso, scarpe, un braccialetto, un segno di rossetto sulle

guance. Le adesioni sono state moltissime, hanno partecipato almeno una trentina di società del settore giovanile, la più numerosa l'Avigliana. Le foto hanno dato vita ad un simpatico video, che ha come protagonisti giocatori, giocatrici, allenatori, arbitri, segnapunti e la sda pallavolo al completo.



# I Comitati

| NOTIZIE DALLE SEDI DI |

## BIELLA



### [BESSA CHRISTMAS NIGHT TRAIL]

Sabato 14 Dicembre si festeggia il Natale correndo e camminando. Il ritrovo è alle 14 presso la scuola elementare di Borriana. Alle 16,30 prende il via il trail di 15 km e alle 15,30 la camminata di 10,5 km. Parte del ricavato sarà devoluto alla proloco di Ponderano a favore del progetto Una goccia per un sorriso, rivolto al reparto pediatrico dell'ospedale di Ponderano.

info 347.4514114 | [www.lavettarunning.it](http://www.lavettarunning.it)

### [REOPEN - RELOAD & OPEN YOUR MIND]

"ReOpen-Reload & Open Your Mind è il progetto che vede coinvolte molte realtà del territorio biellese, tra cui la Uisp Biella, rivolto al miglioramento delle condizioni psicofisiche delle persone ristrette nelle libertà personali. Le azioni proposte dal progetto si concentrano su due linee specifiche, attività di sportello legale e mediazione culturale, ed attività per il benessere psicofisico, affidate all'Uisp. Da alcuni anni il comitato Uisp Biella organizza la Vivicità all'interno della struttura penitenziaria e la Due carceri che si svolge all'esterno tra la vecchia e nuova casa di reclusione con il coinvolgimento di 200 atleti. All'interno del carcere sono proposti due turni di yoga con una ventina di partecipanti a rotazione. Da gennaio partirà il nordic walking, atletica leggera con istruttore Uisp, seguiranno l'organizzazione di corsi di judo e appena la palestra sarà agibile anche di pesistica.

## BRA | CUNEO

### [BRA STREET WORKOUT]

Domenica 8 Dicembre alle 16.30 l'appuntamento è con luci, colori e un po' di magia natalizia per un nuovo evento targato Uisp. Lo street workout approda a Bra e porta il fitness tra le sue vie. Le strade saranno illuminate con le cuffie, si animeranno le piazze e i cortili più belli con stazioni d'allenamento facili e divertenti

info [www.uisp.it/bra](http://www.uisp.it/bra)



# I Comitati

**TORINO**



## [L'ARTE DELL'ORTO IN MOVIMENTO]

La asd Sportdiborgata propone un progetto green rivolto alle scuole. L'idea del progetto è di avviare azioni di sensibilizzazione sui temi legati all'ambiente e alla natura ma anche di consapevolezza di sé e del proprio corpo attraverso il movimento. I laboratori che verranno proposti nelle scuole saranno divisi per tema, ma con un unico filo conduttore quello dell'orto e dei suoi cambiamenti durante tutto l'anno. Tra i laboratori proposti:

1) laboratorio di educazione ambientale con 4 incontri, sarà realizzato in classe un orto verticale con materiale di riciclo. Attraverso delle lezioni teoriche i bambin\* impareranno a prendersi cura delle piantine aromatiche rispettando i tempi di crescita;

2) Laboratorio del movimento con 4 incontri, movimento come conoscenza e consapevolezza del proprio corpo con attività di gioco motorio, ispirato alla natura e al ciclo delle stagioni;

3) Laboratorio di pittura "speciale" 2 incontri con l'utilizzo di colori ricavati dalla frutta e dalla verdura per trasmettere ai bambin\* l'importanza di utilizzare elementi naturali, coltivare e prendersi cura di un orto, rispettare la natura.



## [MUSEO NAZIONALE DEL RISORGIMENTO ITALIANO]

C'è una nuova convenzione per i soci Uisp, presentando la tessera si potrà entrare con ingresso ridotto al Museo nazionale del Risorgimento di Palazzo Carignano in piazza Carlo Alberto 8.

info 011.5621147 | [info@museorisorgimentotorino.it](mailto:info@museorisorgimentotorino.it)

## [011/DANZA]

Lunedì 9 Dicembre alle 20,30 al "Teatro Crocetta" di via Piazzini 25, la asd Il Gabbiano, propone la V Rassegna coreografica "011/Danza". La direzione artistica è curata da Franca Pagliassotto. La rassegna sarà introdotta da rappresentanti delle istituzioni e del mondo della danza.

info 011.3854533



**[L'ASD SPORTIDEA  
PER L'AMBIENTE]**

Sportidea Caleidos ha approvato nel corso del mese di giugno una dichiarazione di emergenza climatica ed ambientale. Data la gravità della situazione e lo scarso interesse che proporzionalmente genera ha deciso di occuparsi fattivamente del problema, per contribuire, per quanto possibile, ad ampliare la sensibilità di cittadini ed amministratori.

L'Associazione sta lavorando ad un percorso concreto di attivazione dei

cittadini, di crescita, di informazione e formazione. Sta cercando il coinvolgimento e la collaborazione di altre Associazioni. Agire insieme sarebbe certamente più efficace!

Per presentarvi l'iniziativa vi invitiamo ad un incontro:

Venerdì 13 dicembre 2019 ore 18

presso il salone di Cascina Roccafranca

Via Rubino 45 - Torino

Confidando sulla vostra sensibilità ambientale e sulla disponibilità all'ascolto e alla collaborazione speriamo di incontrarvi in tale occasione.

[info@sportidea.it](mailto:info@sportidea.it)

**[COCCOLE MAMMA e BIMBO]**

Continuano gli appuntamenti all'Hamam Villa Khamsa.

Giovedì 12 Dicembre alle 16.30 l'Hamam di Collegno offrirà un percorso di circa 2 ore dedicato alla mamma e al proprio bambini.

Un bagno turco per coccolarsi e rinfrescare fisico e mente. Il beneficio è doppio, ai piccoli, anche ai piccolissimi, piace il caldo umido che ricorda il pancione e ne traggono benefici respiratori, mentre le mamme possono rilassarsi e trascorrere un momento di socialità con le altre mamme. Ingresso ridotto per le tesserate.

info 392.3087069

**ATLETICA** | trail.vertical.podismo.  
fitwalking.cammino.nordicwalking.pista

**[II CROSS FONTANA D'ORTO |  
Acqui Terme Mombarone - AL]**

**08 Dicembre 2019**

Organizza ACQUIRUNNERS

inizio ore **10.00**

km **5,8**

info **328.6682272**

**[VII CIAPA 'L PULAST CHE SCAPA VIA |  
Vigone - TO]**

**09 Dicembre 2019**

Organizza VIGONECHECORRE

inizio ore **19.30**

km **6**

info **335.8709364**



**[XII STRABRICHERASIO IN NOTTURNA CON I  
BABBI NATALE | Bricherasio - TO]**

**13 Dicembre 2019**

Organizza AVIS BRICHERASIO

inizio ore **19.20**

km **6,150**

info **0121.598403**

**[XVI MEMORIAL ORSI | Acqui Terme - AL]**

**15 Dicembre 2019**

inizio ore **09.30**

km **3**

info **366.4932450**

## NUOTO |

**[APPUNTAMENTI]**

**08 Dicembre 2019**

XIV MEMORIAL DAVIDE CAGNOTTO

categoria **MASTER**

PISCINA COMUNALE DI FOSSANO

**15 Dicembre 2019**

PRIMA GIORNATA DI PENTATHLON

categoria **GIOVANILE**

PISCINA SISPORT TORINO



# comitati territoriali

## Alessandria — Asti

@ alessandriaasti@uisp.it

## Biella

@ biella@uisp.it

## Bra — Cuneo

@ bracuneo@uisp.it

## Ciriè — Settimo — Chivasso

@ coriesettimochivasso@uisp.it

## Ivrea Canavese

@ ivreacanavese@uisp.it

## Novara

@ novara@uisp.it

## Pinerolo

@ pinerolo@uisp.it

## Torino

@ torino@uisp.it

## Vallesusa

@ vallesusa@uisp.it

## Verbano — Cusio — Ossola

@ verbanocusiossola@uisp.it

## Vercelli

@ vercelli@uisp.it

---

# strutture d'attività

## Atletica Leggera

@ atletica.piemonte@uisp.it

## Calcio

@ calcio.piemonte@uisp.it

@ calcio.giovanile.piemonte@uisp.it

## Ciclismo

@ ciclismo.piemonte@uisp.it

## Danza

@ danza.piemonte@uisp.it

## Discipline Orientali

@ disciplineorientali.piemonte@uisp.it

## Equestri e Cinofile

@ equestriecinofile.piemonte@uisp.it

## Ginnastiche

@ ginnastiche.piemonte@uisp.it

## Montagna

@ montagna.piemonte@uisp.it

## Motociclismo

@ piemonte@uisp.it

## Neve

@ neve.piemonte@uisp.it

## Nuoto

@ nuoto.piemonte@uisp.it

## Pallavolo

@ pallavolo.piemonte@uisp.it

## Pattinaggio | rotelle.ghiaccio.skate

@ piemonte@uisp.it

## Subacquee

@ subacquee.piemonte@uisp.it

## Tennis

@ piemonte@uisp.it

## Vela

@ vela.piemonte@uisp.it

