



IN QUESTO NUMERO

FORMAZIONE

VARI CORSI

ATLETICA

CIRCUITO TRAIL PIEMONTE

CICLISMO

IL CAMPIONATO PER SOLE DONNE

CINOFILIA

4 ZAMPE AL BOSCHETTO

DISCIPLINE ORIENTALI

GLI APPUNTAMENTI DI GENNAIO

LE GINNASTICHE

CAMPIONATO GAF E GAM

MONTAGNA

LE ESCURSIONI

NUOTO

IL SINCRIO

PALLAVOLO

GLI APPUNTAMENTI

RUGBY

LA DYNAMO DORA

GIOCHI

LA SCHERMA MEDIEVALE

VELA

ATTIVITA' E CORSI

I COMITATI

ALESSANDRIA

BIELLA

BRA

TORINO

VALLESUSA

[CORSI UDB]



Le unità didattiche di base sono la prima tappa del percorso formativo uisp indispensabile per accedere ai percorsi specialistici e per completare la validazione delle qualifiche acquisite. 12 ore dedicate ad argomenti la cui conoscenza è indispensabile per conoscere l'ente presso il quale si è affiliati non dando mai per scontata la scelta, il funzionamento, le leggi, l'organizzazione del mondo sportivo associativo e no profit, il funzionamento e le regole per le ASD. I valori ed i contenuti dello sport per tutti che è educazione movimento benessere cultura arte amatorialità competizione solidarietà inclusione e tanto altro ancora. Un corso molto importante per chi gestisce o è impegnato in ASD.

19 | 20 Gennaio 2019

FONDAZIONE CASA DI CARITA' ARTI E MESTIERI

via Orvieto, 38 | Torino

info - piemonte@uisp.it

[GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE | MODULO BASE]

Stanno per partire le 16 ORE INDISPENSABILI PER ACCEDERE ALLE QUALIFICHE SPECIALISTICHE DELLE METODICHE o per validare quelle precedenti che risultano incomplete: pilates – yoga – fitness, posturale, allenamento funzionale.

Programma argomenti:

1. BASI DEL MOVIMENTO -8 ore-

- il corpo nello spazio
- il ritmo per la gestione del movimento
- le capacità coordinative
- le capacità condizionali
- le abilità motorie
- gli assi e i piani
- la terminologia specifica
- elementi di metodologia dell'insegnamento

2. GESTIONE DEL MOVIMENTO -8 ore-

- l'apparato muscolare e il tessuto mio-fasciale
- le catene cinetiche
- postura interna e postura esterna
- rachide e bacino
- l'allineamento posturale

Docenti:

ISABELLA SCURSATONE

Laureata in Scienze Motorie presso l'Università di Torino.

Docente di Pilates presso SUISM.

MARIO ROLFO

Laureato in Scienze Motorie presso l'Università di Torino.

Massofisioterapista, già responsabile della rieducazione funzionale dell'Istituto di Medicina dello Sport di Torino, attualmente a capo di Sport Clinic che si occupa di recupero funzionale e rieducazione sportiva



2 | 3 Febbraio 2019

SPORTING - CIRCOLO DELLA STAMPA

ore 9.30 | 13.00 - 14.00 | 18.00

corso Agnelli, 45 | Torino

info - piemonte@uisp.it

iscrizioni entro il 30 Gennaio 2019

[GINNASTICA FINALIZZATA ALLA SALUTE | METODO PILATES]

Un corso suddiviso in due moduli, è possibile l'iscrizione a uno solo dei due moduli, visto che il corso sarà riproposto sulla base delle richieste più volte durante l'anno.

La qualifica nazionale sarà rilasciata a percorso ultimato.

Modulo Specifico 1 - MS1

23-24 febbraio e 16-17 marzo 2019

-iscrizioni entro 15 febbraio 2019-

Modulo Specifico 2 - MS2

13-14 aprile 2019

-iscrizioni entro 5 aprile 2019-



E' possibile prenotare il posto, per entrambi i moduli, attraverso il versamento di un acconto.

Informazioni più dettagliate presso Uisp Piemonte



[LE GINNASTICHE - CORSO OPERATORI]

Proseguono i corsi di formazione per gli operatori sportivi e i giudici di gara.

L'ultimo appuntamento è previsto per Domenica 27 Gennaio dalle 9.30 alle 13.30 presso la sede del Comitato Piemontese.

C i c l i s m o

A Collegno, Domenica 27 gennaio si corre la prima gara di Ciclocross promossa dalla polisportiva Borgonuovo Collegno.

ritrovo ore 12.00

inizio gare ore 13.30

info 011.4363484

A Barge, Domenica 24 Febbraio si corre la Giora Freida Randonnee Roadorganizzata dalla Monviso Bike.

distanza - 100 e 75 km -

info 338.4207314



[AL VIA IL II CAMPIONATO PER SOLE DONNE]

E' tutto pronto per la seconda edizione del campionato nazionale di ciclismo "Tra sole donne". Una novità per il panorama ciclistico italiano che si svolgerà nel 2019 a Viterbo, Cuneo e Savona.

L'idea è nata a Torino dalla Squadra Corse Femminile Ciclofficina Artigiana e dallo Sporting Team asd che l'anno scorso avevano organizzato una serie di gare sul territorio piemontese.

Il progetto è diventato nazionale grazie alla collaborazione con il Gs Alpi di Vittorio Mevio e con Paolo Imperatori (Gf Fara in Sabina Pedalatum).

Le date del Campionato Regionale:

-7 aprile Trofeo Givoletto

-14 luglio Trofeo Langhe Cortemilia

-15 settembre Passatore.

Il Campionato Nazionale:

-25 aprile Granfondo Le strade rosa

-14 luglio Trofeo Langhe Cortemilia

-6 ottobre Granfondo La Rosa Laigueglia.



CANICROSS DEL BOSCHETTO

gara di canicross di 3,5 km NO dislivello
dimostrazione di scootering, bikejoring e kart

Cinofilia

[CANICROSS DEL BOSCHETTO]

Domenica 3 Febbraio nel Parco del Boschetto di Nichelino Gara di Canicross. Sono due le categorie competitiva e non competitiva. Il ritrovo in Via dei Mughetti, i controlli dei veterinari alle ore 9.00.

La partenza delle gare competitive è alle ore 10.00, e alle ore 10.30 quella non competitiva. A fine gare è prevista la partenza della passeggiata. La pre-iscrizione è obbligatoria entro il 29 Gennaio 2019.

3 Febbraio 2019

PARCO DEL BOSCHETTO
 viale Dei Mughetti | Nichelino - TO -
 info 347.2533329
equestriecinofile.piemonte@uisp.it

Discipline Orientali

[gli appuntamenti]

[J U D O]

- V TROFEO CITTA' DI MONCALIERI -

26 | 27 Gennaio 2019

PALABLU

p.zza Brennero, 3b | Moncalieri - TO
 inizio ore **15.30**

- TROFEO TRICOLORE -

2 | 3 Febbraio 2019

CAMPEGINE - RE

[K A R A T E]

- CORSO TECNICO KATA M° CAPRIOLI -

27 Gennaio 2019

CENTRO POLISPORTIVO MASSARI

via Giuseppe Massari 114 | Torino
 inizio ore **8.30**



Le Ginnastiche

[campionato MASCHILE e FEMMINILE]
 - RITMICA | ACROGYM | ACROBATICA -

Partono le attività per la nuova stagione.

Ecco il programma delle date fino a maggio:

- 17 Febbraio | Alessandria | I Interregionale GAF
- 23 Febbraio | Torino | I Prova Acrogyim
- 2 marzo | Borgaro | I Promozionale GAF - GAM - GR
- 17 Marzo | Borgaro | I Prova Acrobatica
- 14 Aprile | Torino | II Prova e Promozionale Acrogyim
- 28 Aprile | II Prova GAF e Promozionale GAM
- 5 Maggio | Borgaro | II Promozionale GAF e GR.



Montagna

[le escursioni]

- COLLE DELLA BATTAGLIOLA -

27 Gennaio 2019

VALLE VARAITA DI BELLINO | CN

ritrovo in auto ore 7.30 -via Saluzzo

inizio ore 9 a quota 1582 mt

difficoltà **facile con ciaspole e bastoncini**

tempo di percorrenza **3 ore**

info **Marco Giordan 334.7751923**

- RIFUGIO SAP DA PRA' DEL TORINO -

3 Febbraio 2019

VAL PELLICE | TO

ritrovo in auto ore 9 -via Saluzzo

inizio ore 9.30 a quota 1024 mt

difficoltà **facile con ciaspole e bastoncini**

tempo di percorrenza **2 ore**

info **Pier Carlo Gianre 338.4522452**



[N E V E]

-LA GIORNATA DELLA NEVE UISP-

L'area Neve lunedì 11 febbraio alle ore 18.30 presso Uisp Piemonte in Via Nizza 102 incontrerà i Presidenti degli sci club per l'organizzazione della giornata della Neve Uisp che si svolgerà domenica 17 febbraio a Serre Chevalier alla stazione di Monetier les Bains

N u o t o



[gli appuntamenti]

- PALLANUOTO -

**27 Gennaio | Piscina di Carmagnola |
CAMPIONATO REGIONALE MASTER e U18**

- PALLANUOTO -

**3 Febbraio | Piscina di Leinì | IV
GIORNATA MASTER E III GIORNATA U18**

- PENTATHLON-

**20 Gennaio | Piscina Sisport di Torino | II
GIORNATA DI PENTATHLON cat. RAGAZZI
-370 atleti in rappresentanza di 19 società
piemontesi-**

- PENTATHLON-

**27 Gennaio | Piscina di Pinerolo | II
GIORNATA DI PENTATHLON cat.
ESORDIENTI B .ASSOLUTI**

- PENTATHLON-

**3 Febbraio | Piscina di Pinerolo | II
GIORNATA DI PENTATHLON cat.
GIOVANISSIMI**

[NUOTO SINCRONIZZATO]

E' disponibile il calendario Regionale per il nuoto sincronizzato, si parte con la prima giornata della Coppa Piemonte a Leinì il 17 febbraio 2019

Le altre gare:

- 3 Marzo 2019 | Leinì | II Giornata Coppa Piemonte
- 28 Aprile 2019 | Torino | III Giornata Coppa Piemonte
- 25 Maggio 2019 | Torino | IV Giornata Coppa Piemonte
- 26 Maggio 2019 | Leinì | V Giornata Coppa Piemonte

P a l l a v o l o

[gli appuntamenti]

Domenica 27 gennaio in collaborazione con la società Pianalto la Sda Pallavolo Piemonte organizza a Poirino la prima delle cinque tappe del concentramento del Super11 che coinvolgerà 18 formazioni e circa 150 bambini dai 9 agli 11 anni.





[III PRAGELATO SNOW RUN | Prigelato - TO]

26 Gennaio 2019

Organizza PODISTICA TORINO

inizio ore 18.30

km 5 e 10

info www.pragelatoraces.com/eventi/snow-run-2019

[IV CROSS DI BUROLO | Burolo - TO]

27 Gennaio 2019

Organizza SPORT RIDER e AVIS IVREA

inizio ore 9.45

km diverse distanze per categoria

info 329.1479096

[XXXX TROFEO ZURLETTI | Trofarello - TO]

27 Gennaio 2019

Organizza ALPINI TROFARELLO

inizio ore 9.30

km diverse distanze per categoria

info 338.7583454

[II TRINO SANTUARIO DI CREA | Trino - VC]

27 Gennaio 2019

Organizza PODISTICA TRINESE

inizio ore 9.30

km 5

info 0161.829395

[V GP L'ANCORA | Acqui Terme - AL]

27 Gennaio 2019

Organizza ACQUIRUNNERS

inizio ore 10

km 6

info 328.6682272

[RUNNING SUNSET SNOW
PIAN MUSINE' | Paesana - CN]**2 Febbraio 2019**

Organizza SANFRONT e VALLE INFERNOTTO

inizio ore 18.15

km 8

info 331.4462025

*27 Gennaio 2019 Cross Trofarello**40° Trofeo Zurletti e Nimbo**Memorial Guido Ottone**Cross Fidal Piemonte*Campionati provinciali individuali
CDS S35+*Coppa Uisp Cross**Prova Regionale*

[XI MEMORIAL SBURLATI | Acqui Terme - AL]

3 Febbraio 2019

Organizza ATA MOMBARONE

inizio ore 10

km 6

info 339.2831107

[CROSS LA SOLDANELLA | Rosta - TO]

3 Febbraio 2019

Organizza TIGER SPORT

inizio ore 9.30

km diverse distanze per categoria

info 338.6529321

TROFEO *La Soldanella***Domenica 3 FEBBRAIO 2019**



[CIRCUITO TRAIL UISP PIEMONTE 2019]

Lo storico Circuito Trail UISP Piemonte per il 2019 si è fatto letteralmente in 3! Sono stati inseriti, oltre all'ormai tradizionale Circuito Trail giunto all' 8° Edizione, per numero di gare secondo solo a quello dell'Emilia Romagna altri due circuiti.

Ci sarà la 1° Edizione del Circuito Vertical, una specialità considerata fino a pochi anni fa di nicchia, che negli ultimi due anni ha conosciuto un vero e proprio boom e la 1° Edizione del Circuito di Corsa in Montagna, che avranno entrambi una Classifica a parte con relative premiazioni a fine anno.

Tutto questo è stato possibile grazie al coinvolgimento di ben 31 asd affiliate UISP. Le province coinvolte sono 4: Torino, Cuneo, Asti e Alessandria e le gare in totale sono così suddivise: 39 trail, 15 vertical e 5 corse in montagna.

Oltre alle consolidate gare Trailghi, Maratona Alpina di Valdellatorre, Erbaluce Nigth Trail, si sono aggiunte interessanti novità come il VAT Valmastitrail, il Mola Nen Trail di Bernezzo e il Trail della Castagna a Prarostino in provincia di Torino.

Come sempre si parte nel mese di gennaio e si termina a metà dicembre con il Trail del Pescatore.

Il primo appuntamento a Pragelato sabato 26 gennaio con la "Pragelato Snowrun", nella speranza che la neve si faccia vedere per rendere ancora più suggestiva questa bellissima gara.

Il calendario completo è pubblicato sul sito www.uisp.it/piemonte

Qui di seguito le prossime gare:

[VERTICAL]

Venerdì 22 febbraio
Cronoscalata Monte Alpet Roburent (Cn) Fraz. San Giacomo
Percorso: 6 km
Soc. Organizzatrice: G.S.D. Valtanaro
328334358 info@sciclubceva.it

[TRAIL]

Sabato 26 gennaio
Pragelato Snowrun Pragelato (To) - Via Rohrbach, 9
Percorso Lungo: 10 km 200 mt. D+ Percorso Corto: 5 km 100 mt. D+
Soc. Organizzatrice: ASD Podistica Torino
3488061572 www.pragelatoraces.com pragelatoraces@gmail.com

Sabato 2 Febbraio
Running Sunset Snow Pian Mune' Paesana (Cn) - Piazzale Seggiovia Località Pian Munè
Percorso: 8 km 400 mt. D+ Soc. Organizzatrice: ASD Podistica Valle Infernotto
3314462025 www.pianmune.it carlodegio@gmail.com

Domenica 17 Febbraio
Trail Dei Massi Erratici Corbiglia Di Villarbasse (To)
Percorso Lungo: 23 km 600 D+ Percorso Corto: 11 km 250 D+ Via Rosta, 1
Soc. Organizzatrice: Gli Orchi Trailers ASD
3474267841 www.trailmassierratici.com trailmassierratici@gmail.com

Domenica 3 Marzo
Trail Al Pino Pino Torinese (To) - Via Valle Miglioretti, 28
Percorso: 18.5 km 700 D+
Soc. Organizzatrice: GSPT 75 Cuore da Sportivo
3491439441 trailalpino@gmail.com FB trail al pino

Domenica 3 Marzo
Ciaspolata Degli Escartons Pragelato (To) - Pragelatesi nel Mondo
Percorso Lungo: 5 km Percorso Corto: 2 km
Soc. Organizzatrice: ASD Podistica Torino
3488061572 www.pragelatoraces.com pragelatoraces@gmail.com

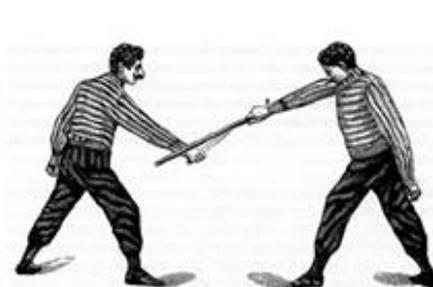
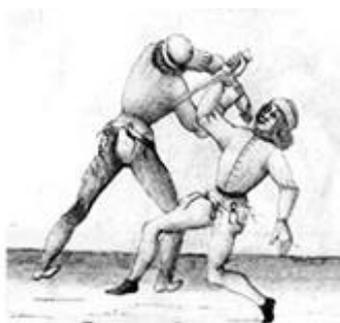
R u g b y

[NAZIONALE UISP IN PIEMONTE]

Domenica 27 gennaio alle ore 16.00 al Campo di Volvera, la Dynamo Dora incontra il Vanzago Lions sui campi del Volvera Rugby asd, per la sfida della sesta giornata di campionato.



G i o c h i



[SCHERMA STORICA]

Dal 30 Marzo a Grugliasco la Compagnia del Pomo e della Punta propone il corso tecnico/pratico di Scherma storica.

I dieci appuntamenti si terranno ogni sabato dalle ore 16.00 alle ore 17.00 in borgata Lesna.

info **347.4775347**

V e l a



- GOLFO DEI POETI -

16 | 17 Febbraio 2019

La sda Vela propone tre occasioni per veleggiare in sicurezza, con competenza e divertendosi in Liguria nel Golfo dei Poeti Sabato 16 e domenica 17 febbraio SPINNAKER intensivo per scoprire che la vela colorata è divertente e la nostra migliore alleata in regata.

info www.velalevante.it/Corsi-vela/Weekend-INTENSIVO-SPInnaker

- VELA E MOTORE -

23 | 24 Febbraio 2019

VELA E MOTORE speciale motore marino. Come cavarsela in ogni situazione, come fare ormeggi da manuale.

info www.velalevante.it/Corsi-vela/Special-Vela---Motore-e-Ormeggi

- UAM E SICUREZZA -

30 | 31 Marzo 2019

UAM e SICUREZZA quando la situazione si fa difficile, essere un buon velista fa la differenza. Sicurezza a bordo e recupero di uomo a mare (UAM).

info www.velalevante.it/Corsi-vela/UAM-e-Sicurezza-in-barca/cc_5532.html

IComitati

ALESSANDRIA

[GOLDEN TEAM DUE VOLTE SUL PODIO]

La seconda giornata di Pentathlon di nuoto di domenica 20 gennaio nella Piscina SisportFiat di Torino ha visto la partecipazione di 370 atleti in rappresentanza di 19 società del Piemonte.

I due nuotatori del Golden Team Alessandria, Kim Kormendi e Filippo Repetto (cat. esordienti A1) hanno confermato il loro valore, conquistando due piazzamenti sul podio nella classifica finale di Pentathlon. Kim Kormendi secondo, ha vinto la coppa d'argento e Filippo Repetto terzo, con il bronzo. Grande soddisfazione per gli allenatori Meda e Daniel Kormendi dei risultati ottenuti.



BIELLA



 opificiodellarte

[PRATICHE DI SLANCIO]

Art'è Danza Biella cerca giovani danzatori!
La proposta è volta a formare, sul territorio biellese, un gruppo eterogeneo per la crescita creativa e performativa, che darà l'opportunità ai selezionati di essere parte attiva nella messa in scena di futuri spettacoli.
Requisiti ragazzi dai 14 ai 25 anni con esperienza di studio della danza, non è richiesto uno stile specifico.

Domenica 17 febbraio dalle ore 14.30 alle ore 17.30
all'Opificiodellarte in via De Agostini 7/c.

Per info e registrazioni segreteria
Opificiodellarte 015.30901
pratichedislancio@gmail.com

B R A

[ROERO WALKING MARATON]

E' la novità del 2019!

Domenica 1 Settembre, con arrivo e partenza da Bra ci sarà la prima edizione della Roero Walking Marathon.

Tre i percorsi per i camminatori tra boschi e rocche del Roero Patrimonio Mondiale Unesco: 14 - 21 - 42 km.

A breve tutte le info.

il piacere di camminare
tra boschi e rocche del Roero
patrimonio mondiale Unesco

UISP

333 345 8652
info@roerowalkingmarathon.it

f roero walking marathon i

www.roerowalkingmarathon.it

prima edizione
1 SETTEMBRE 2019
partenza e arrivo: BRA cn

**Roero Walking
Marathon**
14Km-21Km-42Km

TORINO

[SPORTIDEA 24 ORE VOLLEY]

SPORTIDEA
24 ORE 2018
VOLLEY

24-25 MARZO 2018

Sabato 23 e domenica 24 Marzo dalle ore 18.00 torna la 24 ore di volley promossa da Sportidea.

La manifestazione sportiva di pallavolo mista è giunta alla 31° edizione e vedrà coinvolti più di 700 partecipanti provenienti da tutta la regione.

info www.facebook.com/events/141304483455183/?active_tab=-discussion

[DANZE DAL MONDO]



Sabato 26 gennaio in occasione del programma "...a tutta Salute! sport e alimentazione alleati del tuo benessere", promosso dalla Coop di via Botticelli 85, in collaborazione con Uisp Torino, dalle ore 14.00 alle ore 17.00 ci sarà un'esibizione di danze nel mondo a cura del Centro Ricerca Danza.

VALLESUSA

[IL CERCHIO DELLE FIABE]



**SPRIGIONIAMO LA FANTASIA
ATTRAVERSO IL MAGICO
MONDO DELLE FIABE!!!!**

INGRESSO GRATUITO

**PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA
POSTI LIMITATI**

Domenica 27 Gennaio alle ore 17.00
Sfumature di mamma organizza presso la sede Uisp di via XX Settembre a Rivoli "Cerchio delle fiabe".

"Sprigioniamo la fantasia attraverso il magico mondo delle fiabe".

L'ingresso è gratuito, ma la prenotazione è obbligatoria.

info **371.3605642**
Sfumature di Mamma

comitati territoriali

Alessandria — Asti

@ alessandriaasti@uisp.it

Biella

@ biella@uisp.it

Bra — Cuneo

@ bracuneo@uisp.it

Ciriè — Settimo — Chivasso

@ ciresettimochivasso@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

Aletica 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

@ motociclismo.piemonte@uisp.it

Neve

@ neve.piemonte@uisp.it

Nuoto

@ nuoto.piemonte@uisp.it

Pallavolo

@ pallavolo.piemonte@uisp.it

Pattinaggio

@ pattinaggio.piemonte@uisp.it

Subacquee

@ subacquee.piemonte@uisp.it

Tennis

@ tennis.piemonte@uisp.it

Vela

@ vela.piemonte@uisp.it

