



IN QUESTO NUMERO

CINOFILIA

CANICROSS

CICLISMO

RIUNIONE SDA | NATALE SU 2 RUOTE

DANZA

ORIENTAL WOW

DISCIPLINE ORIENTALI

GLI APPUNTAMENTI | PANDA JUDO

MONTAGNA

BORGHI IN CAMMINO | USSEAUX

NEVE

FORMAZIONE OPERATORI

NUOTO

GLI APPUNTAMENTI

SCHERMA MEDIEVALE

TORNEO ARTI MARZIALI STORICHE

PATTINAGGIO

QUALIFICAZIONI AI CAMPIONATI

VELA

L'INVERNA A BELGIRATE

ATLETICA

GLI APPUNTAMENTI

I COMITATI

ALESSANDRIA

BRA

CIRIÈ | SETTIMO | CHIVASSO

TORINO

VALLESUSA

Cinofilia

[CANICROSS A STUPINIGI]

Domenica 9 dicembre il Parco di Stupinigi ospita la Gara di Canicross UISP, valida come seconda prova del Trofeo UISP.

La competizione di 7 km competitiva e non, sarà accompagnata da dimostrazioni di scootering e bikejoring.

La partenza della gara è alle ore 10.00 per la competitiva e alle ore 10.15 per la non competitiva.

Info: 347/2533329

9 Dicembre 2018

PARCO NATURALE DI STUPINIGI

viale Torino, 4 | Nichelino - TO

inizio ore **10 GARA COMPETITIVA**

inizio ore **10.15 GARA NON COMPETITIVA**



Ciclismo

[RIUNIONE SDA CICLISMO]

Lunedì 3 dicembre alle 21.00 si riunisce la sda Ciclismo Regionale nella sede UISP Piemonte in via Nizza 102.

Tra gli argomenti all'ordine del giorno:

- chiusura attività 2018
- nuovo sito internet
- definizione campionato ciclocross
- regolamentazione approvazione manifestazioni
- specialità e calendari 2019
- presentazione nuove affiliazioni e società.



3 Dicembre 2018

UISP COMITATO REG.LE PIEMONTE

via Nizza, 102 | Torino

inizio ore **21**

[BABBI NATALE SU DUE RUOTE CERCASI]

Si terrà a Torino il prossimo raduno dei Babbi Natale per raccolta fondi del Regina Margherita organizzata da Forma Onlus.

La asd Torino Bike Experience organizzerà un giro in bicicletta in città con partenza alle 9 per radunare tutti i Babbi Ciclisti che vogliono partecipare per poi arrivare alle 10,30 in via Lagrange dove ci sarà l'inizio della sfilata fino al Regina Margherita. Sarebbe bello avere molte adesioni e magari portare qualcosa di UISP per distinguerci, valuteremo cosa fare in base alle adesioni (bandierine, adesivi, coccarde ecc). Le tappe del giro in bici potrebbero essere proprio le strutture Uisp o le sedi delle sda.



D a n z a

[ORIENTAL WOW CON ARTEMIDE]

Sabato 1° dicembre alle 20,30 al teatro Giulia di Barolo di piazza Santa Giulia 2, la asd Artemide organizza lo spettacolo "Oriental WOW!".

In questa serata dal sapore orientale, danzeranno la Kazafy Troupe Italy e l'Artemide Oriental Dance.

Ospiti speciali dello spettacolo saranno i maestri Leila e Ozgen Ozgec.

I biglietti non saranno venduti al botteghino, pertanto sarà necessario prenotare ed acquistarli prima dell'evento.

Info: www.artemidedanza.it



01 Dicembre 2018
TEATRO GIULIA DI BAROLO
piazza santa Giulia, 2 | TORINO
inizio ore **20.30**

Discipline Orientali



[gli appuntamenti]

[J U D O]

-STAGE REGIONALE PANDA JUDO -

01 Dicembre 2018
CENTRO POLISPORTIVO MASSARI
via Giuseppe Massari 114 | Torino
inizio ore **15.30**

- trofeo BUSHIDO KAI -

02 Dicembre 2018
Favria - TO
inizio ore **9**

- trofeo VIGNOLE BORBERA -

09 Dicembre 2018
Alessandria - AL
inizio ore **9**

- VI LEZIONE CORSO CINTURE NERE
- gaeshi waza -

15 Dicembre 2018
CENTRO POLISPORTIVO MASSARI
via Giuseppe Massari 114 | Torino
inizio ore **15.30**

- I FASE TROFEO PANDA JUDO -

16 Dicembre 2018
PALAZZETTO DELLO SPORT "LE CUPOLE"
via Artom, 111 | Torino

[gli appuntamenti]

[KARATE]

- STAGE REGIONALE PREAGONISTI -

02 Dicembre 2018
CENTRO POLISPORTIVO MASSARI
via Giuseppe Massari 114 | Torino
inizio ore **10**

Montagna

[BORGHI IN CAMMINO - USSEAUX]



Passeggiate tra storia, sapori e natura nei Borghi più Belli del Piemonte, domenica 9 dicembre.

Il programma:

ore 10: accoglienza e piccolo ristoro nella borgata di Pourrieres;

ore 10,30/10,45: partenza a piedi per Usseaux, prima tratta della camminata (adatta a tutti), guidata e raccontata dalle guide locali; ore 11,30/45: arrivo a Usseaux, tempo libero alla scoperta dei mercatini di Natale con punto ristoro presso il forno di borgata dove verrà preparato e offerto un piatto di polenta concia. Bevande calde preparate e offerte a cura della proloco, in alternativa possibilità di ristoro (previa prenotazione), presso le strutture ricettive presenti in borgata;

ore 14,30: partenza in direzione Balboutet, la borgata del "sole e delle rondini", seconda tratta della camminata (adatta a tutti), guidata e raccontata dalle guide locali;

ore 15/15,30: arrivo in borgata Balboutet, tempo libero alla scoperta dei mercatini di Natale con piccolo ristoro per i partecipanti presso il forno di borgata con prodotti preparati dai volontari e distribuzione di bevande calde;

ore 17: partenza da Balboutet e rientro a Pourrieres. Iniziativa promossa dai comuni piemontesi riconosciuti "Borghi più Belli d'Italia", il Comitato Regionale UISP e Slow Food Piemonte e Valle d'Aosta.

Info: 0121/884737

9 Dicembre 2018

USSEAUX

via Conte Eugenio Brunette,53 | Usseaux - TO-
inizio ore 10

Nuoto

Neve

[STAGES FORMAZIONE OPERATORI SPORTIVI]

La sda UISP Nazionale organizza uno stage per operatori sportivi sci alpino. Il corso di formazione si terrà al passo del Tonale dall'1 al 7 dicembre.

Per partecipare al corso il candidato, dovrà essere in possesso della tessera Uisp 2018/2019. Il corso sarà coordinato da Olinto Fedi. Nella stessa occasione sarà organizzato uno stage di aggiornamento per operatori sportivi dal 5 all'8 dicembre.

Info: Fedi Olinto tel. 338/7728135
e.mail: grosseto@uisp.it



[CORSO ISTRUTTORI NUOTO - riunione informativa]

18 Dicembre 2018

UISP COMITATO REG.LE PIEMONTE

via Nizza,102 | Torino

inizio ore 21

info - 011.4363484

[gli appuntamenti]

- PALLANUOTO -

2 Dicembre | Piscina di Leinì | Categorie Master e U18

- NUOTO DISABILI -

2 Dicembre | Piscina Comunale di Casale Monferrato

- NUOTO MASTER -

8 Dicembre | Piscina Comunale di Fossano | XIII Memorial Davide Cagnotto

- NUOTO GIOVANI -

8 | 9 Dicembre | Forlì | XXVI Trofeo delle Regioni e I Trofeo delle Regioni di Società

16 Dicembre | Piscina Comunale di Pinerolo | I Giornata di Pentathlon

Pallavolo

[XII TORNEO D'AUTUNNO]

Sabato 8 dicembre si svolgerà il XII torneo d'Autunno "III Memorial Cossalter".

Le categorie giovanili disputeranno le partite nelle palestre di Trofarello, Santena e Cambiano, mentre gli adulti, in quell di Pralormo.

[TORNEO DELLA BEFANA]

Horne Arnad e Verres in Valle d'Aosta ospiteranno il 9° Torneo della Befana di pallavolo.

Dalle 10 di sabato 5 gennaio si alterneranno le società dalle categorie under 12 alle under 20.

Info: www.volleyuisppiemonte.it



Scherma Medievale

[XX TORNEO DI ARTI MARZIALI STORICHE ITALIANE]

Sabato 1 e domenica 2 Dicembre primo appuntamento del 2019 con il Circuito Gare Nazionale della Sala d'Arme Achille Marozzo di Cameri (No), con eventi dedicati per schermidori e schermitrici. Ci sarà la prima gara di qualificazione maschile e gli atleti si sfideranno nell'arco di due giorni in quattro discipline: spada a due mani, spada e brocchiero, spada e pugnale, spada e rotella.

Tutti gli incontri delle qualificazioni e degli assoluti sono validi per il ranking nazionale UISP.

Le iscrizioni alle qualificazioni sono aperte e si chiuderanno il 25 novembre alle 23.

Info: www.facebook.com/events/271631157016398



Pattinaggio



[QUALIFICAZIONI CAMPIONATO NAZIONALE]

Da venerdì 7 a domenica 9 dicembre il PalaGhiaccio Tazzoli Pista 2, di Corso Tazzoli ospita la Prima Prova Nazionale di qualificazione per i Campionati Nazionali Uisp.

In pista gli atleti e le atlete dell'Artistico della danza singola e a coppie, i Gruppi, e l'interpretativo. 350 gli atleti in gara proveniente da tutta Italia. Vi aspettiamo!!

Ingresso gratuito

07 | 08 | 09 Dicembre 2018
PALAGHIACCIO
via Giuseppe Massari 114 | Torino

V e l a

[L'INVERNA A BELGIRATE]



Domenica 2 dicembre si terrà la seconda prova della Quinta Edizione del Trofeo Invernale “L’Inverna a Belgirate” sul Lago Maggiore in provincia del VCO, organizzato dalla Società delle Regate 1858 e dalla Pro Loco di Belgirate.

Come benvenuto tutti i partecipanti potranno ritirare presso la segreteria un buono colazione; a seguire si terrà un briefing per gli skipper e verrà dato il via alla regata, che si svolgerà nelle acque antistanti il borgo di Belgirate. Una bella novità per questa 5° edizione è la collaborazione con “MedPlastic” che si batte per mari e laghi più puliti e liberi da scarti in plastica; ogni imbarcazione iscritta verrà quindi omaggiata con una fantastica tazza “Plastic Free”. Al rientro dalla regata una calda accoglienza per tutti i partecipanti, che potranno pranzare insieme confrontandosi sulla prova appena conclusa. Per sensibilizzare ulteriormente sulla problematica dell’inquinamento da plastica delle nostre acque, il materiale utilizzato per il pranzo sarà interamente biodegradabile e tutti i partecipanti, alla prima degustazione di vino, potranno acquistare la tazza che sarà poi possibile utilizzare durante le prove successive del Trofeo Invernale con l’obiettivo di ridurre al minimo gli sprechi.



[A CAPODANNO LA VELA TI PORTA A CAPRAIA]

Versilia, Capraia o Maremma? Caciucco o cinghiale? Bianco Val di Cornia o Rosso Bolgheri?

Questo Capodanno la scelta è tutto! La crociera enogastronomica dell’anno organizzata dalla sda Vela Levante partirà da La Spezia il venerdì 28 dicembre, a vele spiegate verso Marina di Pisa e Castiglioncello. Poi rotta per Capraia che ospiterà durante la notte di San Silvestro e a Capodanno. Tra rocce e sentieri naturalistici tutti da scoprire, passeggiando per il porticciolo o ammirandola dal mare. Di ritorno si farà tappa ancora a Livorno e Viareggio, sulla via del Caciucco, per rientrare a La Spezia il 4 gennaio.

Info: 334/6625472



[gli appuntamenti]

[III SETTECOLLI URBAN TRAIL | Tortona - AI]

02 Dicembre 2018

Organizza LA FENICE

inizio ore **9.30**

info **349.084060**

[STRAVILLAR | Villar Perosa - TO]

02 Dicembre 2018

Organizza G.S.AGNELLI

inizio ore **10**

km **5**

info **347.8633709**

[MEMORIAL ORSI BARONI | Aqui Terme - AI]

08 Dicembre 2018

Organizza ACQUIRUNNERS

inizio ore **9.30**

km **3.2**

info **328.6682272**

[CIAPA 'L PULAST CA SCAPA VIA | Vigone - TO]

10 Dicembre 2018

Organizza VIGONECHECORRE

inizio ore **19.30**

km **6**

info **335.8709364**



[V TRAIL DEL PESCATORE | Fossano - CN]

23 Dicembre 2018

Organizza SPORTIFICATION

inizio ore **9**

info www.traildelpescatore.it

[XII STRABRICHESIO | Bricherasio -TO]

14 Dicembre 2018

Organizza AVIS BRICHESIO

inizio ore **19.30**

km **6.2**

info merlo_claudio@yahoo.it

[LA NOVE DI NATALE | Torino]

15 | 16 Dicembre 2018

Organizza GIANNONE RUNNING

camminata inizio ore **11**

corsa inizio ore **9.30**

km **14.5 | 8.4**

info www.giannonerunning.com

[AL VILLAGGIO DI NATALE | Vigliano - BI]

16 Dicembre 2018

Organizza WINTER BRICH

inizio ore **9.45**

info **333.7523675**

IComitati

ALESSANDRIA

[70ESIMO | GRAN GALÀ PER SOCI E SOCIETÀ]

La UISP di Alessandria Asti ha realizzato "l'Albo d'Onore del Settantesimo". Un albo con la storia della UISP Territoriale e con i nomi delle società e degli atleti e dirigenti che si sono distinti per titoli conseguiti e comportamenti etici esemplari, ognuno di loro ne riceverà una copia in occasione del Galà che si svolgerà il 4 dicembre presso il Circolo Canottieri Tanaro in Via Vecchia dei Bagliani n. 540 in Alessandria dalle ore 18.00 alle ore 20.00 con aperitivo finale.



B R A

PISCINA DI SALUZZO

NUOVO PERIODO di CORSI
07/01 - 09/03

RINNOVI ISCRIZIONI
(conferma giorno e orario) dal 10/12
ISCRIZIONI dal 17/12/18

€
230

Abbonamento nuoto libero GENNAIO-AGOSTO

Rimani aggiornato sulle nostre ATTIVITA' e sulle NUOVE PROPOSTE Seguiaci sulla pagina Facebook "piscina comunale di Saluzzo"

www.uisp.it/bra

C.so Aldo Moro 21 - Saluzzo CN 12050

0171 351136

piscinadisaluzzo@uisp.it

piscina comunale di Saluzzo

[CORSI DI NUOTO A SALUZZO]

Ripartono le iscrizioni ai corsi di nuoto nella piscina di Saluzzo per il periodo 7 gennaio - 9 marzo 2019

CIRIÈ | SETTIMO | CHIVASSO

[GLI ORARI NATALIZI DELLA RIVER BORGARO]

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SABATO	DOMENICA
					1 ▶ LEINÌ: orario regolare Nuoto Libero h 17.00-18.30	2 ▶ BORGARO: 9.30-12.30 ▶ CIRIÈ: 10.00-12.00 ▶ LEINÌ: sospenso Nuoto Libero ▶ ROBASSOMERO: 10.00-12.30
3	4	5	6	7	8 CHIUSI	9 ▶ BORGARO: 9.30-12.30 ▶ CIRIÈ: 10.00-12.00 ▶ LEINÌ: sospenso Nuoto Libero ▶ ROBASSOMERO: 10.00-12.30
10	11	12	13	14	15 ▶ BORGARO: orario regolare ▶ CIRIÈ: orario regolare ▶ LEINÌ: sospenso Nuoto Libero in vaschetta ore 17.00-18.30 ▶ ROBASSOMERO: sospenso Nuoto Libero in vaschetta dalle ore 16.00	16 ▶ BORGARO: sospenso Nuoto Libero in vaschetta ▶ CIRIÈ: sospenso Nuoto Libero ▶ LEINÌ: sospenso Nuoto Libero ▶ ROBASSOMERO: 10.00-12.30
17	18	19	20	21	22 ▶ BORGARO: orario regolare ▶ CIRIÈ: orario regolare ▶ LEINÌ: sospenso Nuoto Libero h 17.00-18.30 ▶ ROBASSOMERO: sospenso Nuoto Libero h 17.00-18.30	23 ▶ BORGARO: chiusa ▶ CIRIÈ: 10.00-12.00 ▶ LEINÌ: 9.30-12.30 ▶ ROBASSOMERO: chiusa
24	*25 NATALE!	26	27 ▶ LEINÌ: Nuoto Libero h 12.00-15.00 h 17.00-20.00	28 ▶ LEINÌ: Nuoto Libero h 12.00-15.00 h 17.00-20.00	29 ▶ LEINÌ: Nuoto Libero h 12.00-15.00	30 ▶ LEINÌ: Nuoto Libero h 9.30-12.30
31 CAPODANNO!	1 GEN '19	2 GEN '19 ▶ LEINÌ: Nuoto Libero h 12.00-15.00 h 17.00-20.00	3 GEN '19 ▶ LEINÌ: Nuoto Libero h 12.00-15.00 h 17.00-20.00	4 GEN '19 ▶ LEINÌ: Nuoto Libero h 12.00-15.00 h 17.00-20.00	5 GEN '19 ▶ LEINÌ: Nuoto Libero h 12.00-15.00	6 GEN '19 CHIUSI

La Polisportiva River Borgaro comunica tutte le aperture del mese di dicembre degli impianti di Borgaro, Ciriè, Leinì e Robassomero

[IDEA - REGALO RIVER BORGARO]

E' un regalo perfetto, che aiuta a stare in salute. Lo propone la polisportiva River Borgaro, un cadeau sportivo con attività in acqua o in palestra e con idee per tutti i gusti.

A Natale Regala lo SPORT!

SCEGLI IL REGALO PERFETTO

ACQUA

- ACQUAFITNESS
- GENITORI&BEBÈ
- ACQUATICITÀ
- SCUOLA NUOTO ragazzi / junior / adulti
- TUFFI

TERRA

- DANZA
- ARTI MARZIALI karate / aikido / tai-chi
- GINNASTICA ARTISTICA
- BOOT CAMP
- PILATES

TORINO

[G A T - T O N E R O SCENDE IN CAMPO]

La asd GatTonero scende in campo per la solidarietà.

Sabato 15 dicembre dalle ore 13.30 alle ore 19.00 organizza presso la palestra Zumaglia di via Domodossola 54 un torneo di pallavolo per promuovere una raccolta fondi a favore dell'AIRC, l'associazione italiana per la ricerca sul cancro.

Nell'occasione sarà realizzata una lotteria benefica natalizia.



V A L L E S U S A

[TANTE ATTIVITÀ - UN PROGETTO INTEGRATO]

Il comitato Valle Susa si caratterizza per una forte attenzione all'attività rivolta agli anziani oltre che ai bambini, alle scuole, alle mamme in attesa, all'attenzione verso le asd affiliate, ai giovani e a tanto altro ancora.

Da 12 anni promuove un "Progetto Integrato" tante attività per ogni tipo di esigenza, la ginnastica dolce, promossa dalla Uisp fin dai lontani anni '70, e sempre rinnovata e aggiornata "l'Attività Fisica Adattata (A.F.A.)", i Gruppi di Cammino, la Ginnastica a Domicilio e a Domicilio Residenziale con l'attività motoria svolta con anziani e disabili lungodegenti, ospiti delle Residenze Sanitarie Assistite.

L'A.F.A. è un protocollo di esercizi motori, pensati appositamente per prevenire e rallentare il progressivo decadimento muscolo osteo articolare. Non si tratta di riabilitazione, che è prescritta ed eseguita dal servizio sanitario, ma di prevenzione. Gli insegnanti sono laureati SUISM e hanno seguito e seguono la formazione nazionale UISP. Dalla seconda metà del 2016 il comitato si è attivato con il Distretto di Giaveno dell'ASL TO3 per promuovere l'AFA nei Comuni afferenti, di concerto con il Settore per la promozione della salute dell'ASL e gli assessorati sport e politiche sociali dei singoli Comuni.

Nel 2017 sono stati avviati più corsi con i comuni di Sangano e Trana e prossimamente sarà la volta di Reano e Giaveno, si sta proseguendo con il distretto di Venaria e a breve con Rivoli, dove è già attivo dal 2007.

Sono 15 i gruppi presenti per un totale di 150 iscritti e il progetto viene costantemente monitorato.

Gli iscritti ricevono un questionario e i dati sono valutati con i medici.

Incontri periodici con gli operatori favoriscono il confronto e lo scambio delle reciproche esperienze.

Per info ed iscrizioni: 011/9781106



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

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

