

UISP Piemonte

NOTIZIE DALLE STRUTTURE DI ATTIVITA'

SdA Atletica

Domenica 7 gennaio

Rivarolo - 3° Cross del Malgrà, organizza Durbano Gas Energy, partenze dalle ore 9.30
Acqui Terme (Al) - Avio superiore Memorial Sburlati, organizza A.T.A.

Domenica 14 gennaio

Moncrivello (Vc) – 5° Cross, organizza Polisportiva Moncrivellese, partenze dalle ore 9.45
Acqui Terme (Al), 4° Cross l'Ancora Memorial Willy Guala, organizza Acquirunners, partenze dalle ore 10.00

Domenica 21 gennaio

Torino - 34° Cross della Pellerina, organizza GSPT '75, partenze dalle ore 9.00
Novara - La mezza di San Gaudenzio, organizza DeeJay running football e Sporteam, partenza alle ore 9,30
Curino (Bi) - Terre Rosse da Curino a Roasio, organizza Nordic Walking Volpiano e Comitato Uisp Biella

SdA Cinofilia

LA PET THERAPY NEL MONDO SOCIO EDUCATIVO

Sabato 24 e domenica 25 marzo al Centro Polisportivo Massari di Via Massari 114, Torino, ci sarà un workshop teorico-pratico con il sociologo Oscar Zuccatti. Durante l'incontro si svolgerà una "simulazione pratica di costruzione e realizzazione di progetti di Interventi Assistiti con il Cane (EAA): dalla costituzione dell'equipe, alla gestione delle riunioni di planning, alla stesura del progetto fino alla sua realizzazione". Posti limitati sia come binomi che come uditori.

Info: equestriecinofile.piemonte@uisp.it

SdA Discipline Orientali

Karate

Sabato 13 gennaio Palestra Okinawa Torino Corso preparazione Dan Torino

Domenica 21 gennaio Palestra D'Oria a Ciriè (To) XV trofeo Seyken Città di Ciriè

Judo

Domenica 14 gennaio Palestra Okinawa Torino Stage Agonistico selezione per Memorial Rosone Roma

Sabato 20 gennaio Stage Attività Giovanile a Prato

Domenica 21 gennaio Stage Nazionale kata a Prato

SdA Montagna



Ciaspolata sulle Alpi biellesi

Domenica 30 dicembre si è conclusa con successo la Ciaspolata promossa dalla Uisp Biella con il Nordic Walking Volpiano. L'escursione si è svolta sulle Alpi biellesi in località Monticchio dell'Oasi Zegna con partenza dal Bocchetto di Sessera

Le Ciaspole

6 gennaio notturna della Befana Gran Dubbione

14 gennaio Val Pellice Rifugio Barfè Sea di Torre

21 gennaio Pinerolo giornata di prova Arva con Cai di Pinerolo

Nordic Walking Volpiano

21 gennaio Curino (Bi) - Terre Rosse da Curino a Roasio, organizza Nordic Walking Volpiano e Comitato Uisp Biella

I campus del cammino Nordic Walking Andrate

Ripartono i Campus del cammino organizzati dal Nordic Walking Andrate.

Rivarolo (To) presso il Castello Malgrà martedì 9 gennaio alle ore 15.30

Mongrando (Bo) Area Polivalente mercoledì 3 gennaio alle ore 14.30

Carmagnola (To) Parco Cascina Vigna giovedì 11 gennaio alle ore 14.30

Ivrea (To) Parco della Polveriera venerdì 12 gennaio alle ore 14.30

SdA Nuoto

Sabato 6 e domenica 7 gennaio 2018 si svolgerà a Bologna presso la Piscina Stadio Olimpionica Carmen Longo il Campionato Nazionale di Nuoto UISP Master e Agonisti.

Domenica 14 gennaio alla Piscina di Pinerolo a partire dalle ore 14.00, 1° giornata di Pentathlon Categoria Giovanissimi

Domenica 21 gennaio alla Piscina Sisport Usmiani di via Olivero 40, 2° giornata di Pentathlon Categoria Assoluti

SdA Pallavolo

Il 6 gennaio torna l'8° trofeo della Befana Uisp Pallavolo Piemonte negli Impianti Sportivi di Hone-Arnad-Verres in Valle d'Aosta.

Parteciperanno le seguenti squadre: PVL San Francesco al Campo, New Volley Carmagnola Oratorio Pianezza, Alto Canavese, Volley AUXILIUM Valdocco, Hasta Volley, NHV Sporting Torino, Volley Saluggia, Porporati "B", PGS Conquista, New Volley Carmagnola, Alto Canavese Volley A, ACV NHV, Porporati "A" G.S. Alberto Cuatto, Allotreb Azzurra, Allotreb Torino, Alto Canavese Volley B, Evanson, San Domenico Savio, ACV Aosta Volley, Sant'Anna.

Le gare iniziano alle ore 09.00 e sono rivolte alle categorie dalla under12 alla under20. Le premiazioni si terranno al Palazzetto di Verres intorno alle ore 18.30.

NOTIZIE DAI COMITATI UISP

Bra Cuneo

UNA NUOVA ESPERIENZA SULLA NEVE DI PRATO NEVOSO SKI.

Venerdì 5 gennaio alle ore 18.00 si corrono 5 km con la luce frontale. L'iscrizione è gratuita e si effettua sul posto, edizione promozionale.



Calcio a 5 il torneo indoor

Sabato 13 gennaio parte il Torneo Invernale di Calcio a 5 a Manto di Saluzzo. Le partite si svolgeranno il sabato e la domenica presso la Palestra di via Gerbola 5

Torino

FESTA DELLA BEFANA AL PALAGHIACCIO MASSARI

Sabato 6 gennaio arriva la Befana con i pattini. Il Palaghiaccio Massari propone dalle ore 15.00 alle ore 17.00 per l'Epifania la festa con la simpatica vecchietta. Saranno distribuite tante caramelle dalla Befana e dai suoi simpatici aiutanti. Info: 011/2206211

VOGLIA DI NEVE? SNOW FREEDOM

E' il momento di dedicarsi alle attività sulla neve. Snow Freedom ha un ricco programma: si va dalle giornate nel comprensorio sciistico della Maurienne - Francia, allo sci-snow accompagnato, trasporto in autobus con skipass compreso e possibilità di noleggiare attrezzatura.

Per info calendario: www.snowfreedom.it

QI GONG

Le attività di Qi Gong riprenderanno regolarmente nella sede di via Fanti 12 lunedì 8 gennaio.

Ogni terzo giovedì del mese a partire da gennaio ci saranno lezioni di approfondimento in orario 20/21 in via Fanti 12.

Info: maura.parlagreco@gmail.com

WORKSHOP PILATES PRE E POST PARTO

Sabato 20 gennaio presso il Centro Ricerca danza di Via Chiesa della Salute 86 ci sarà un workshop organizzato dalla asd Cultura del movimento, dedicato al pilates pre e post parto. Al mattino alle 9,30 si inizia con il preparto. In collaborazione con l'ostetrica Nina Bottioni, si analizzeranno quali sono i cambiamenti anatomici e fisiologici durante la gravidanza. Saranno dati gli strumenti teorici e pratici, per poter costruire un allenamento di Pilates adattato alle diverse esigenze e per ottenere un buon equilibrio psichico e fisico. Si proseguirà nel pomeriggio alle ore 13.30 con il post parto. Si analizzeranno i tempi e i modi per far ritrovare al corpo una corretta forma e tonicità dopo il parto, attraverso un percorso teorico e pratico per un rinnovato equilibrio psichico e fisico.

Info: www.culturadelmovimento.com

HOJOJUTSU, L'ARTE DELLA CORDA GIAPPONESE

Giovedì 11 gennaio alle ore 18.30 al Centro Giapponese Yoshin Ryu di lungo Dora Colletta 51 si va alla scoperta dell'arte della corda con il workshop dei maestri di Arti Marziali Giovedì 11 gennaio 2018, ore 18.30

L'Hojjutsu è l'arte giapponese della corda da cattura. Di origini antichissime, questa disciplina si evolvette, per permettere di imprigionare un sospetto per mezzo di elaborati, ma al contempo esteticamente raffinati, imbastimenti con la corda. L'attività è gratuita

Prenotazione consigliata: 011/2485659 - info@yoshinryu.org

Vallesusa

Riprendono lunedì 8 gennaio alle ore 17.30 e alle ore 19.10 i Corsi di Yoga presso la Sala Polivalente della Città della Conciliazione in via Panealbo n. 72 a Grugliasco. Il corso propone la conoscenza e l'esperienza delle pratiche di yoga del Satyananda Yoga®, per migliorare la postura, per rilassare il corpo e la mente e per alleviare lo stress. Sono incluse le posizioni (asana), le tecniche di respirazione (pranayama) e la pratica del rilassamento fisico, mentale ed emozionale (Yoga Nidra®). Lezione di prova.

Info: asd Yoga Grugliasco 339/4466689

NUOVE CONVENZIONI UISP PIEMONTE



CONVENZIONE C.D.C.
SOCIETÀ SPORTIVE

E' stata stipulata una Convenzione con C.D.C.. La Convenzione prevede tariffe agevolate per accedere a prestazioni sanitarie ed i tempi d'attesa per le Società Sportive sono brevissimi.

Il Responsabile C.D.C. è disponibile ad illustrare la Convenzione ai Comitati ed ai Responsabili SdA.

www.uisp.it

Per la stagione sciistica 2017/2018 tutti gli associati e iscritti UISP possono usufruire degli Impianti di risalita ad Argentera al costo giornaliero di Euro 15.00.

Stipulata la Convenzione dall'Area Neve con Skicard Via Lattea per la Stagione 2017/2018.

CORSI BLSD

Proseguono i Corsi per società sportive, tecnici, educatori, ecc..

Prenotazioni presso Uisp Piemonte
