

TRECENTO SESSANTA GRADI

Periodico di informazione del comitato di Faenza e Imola della Uisp
Iscrizione al Roc n° 19797 - Direttore responsabile: Nino Villa
Distribuzione gratuita - Numero 24 (marzo-maggio 2026)

Uisp Imola-Faenza



Sport, salute e sociale - Un settore in crescita

«Un esempio concreto e visibile di come lo sport possa essere un presidio di salute e uno strumento di inclusione».

Così Gianni Sentimenti, presidente del comitato territoriale di Imola e Faenza della Uisp, e Dino Battilani e Nino Villa, suoi predecessori, sintetizzano il progetto sull'Attività fisica adattata per problematiche metaboliche, muscolo-articolari e neurologiche in piscina e in palestra che il comitato ha avviato in collaborazione con SportUp ma la cui gestione, dalla stagione sportiva 2025/2026 in corso, è passata in capo a SportUp.

«Le prime richieste di attenzione nei confronti di alcune problematiche, con l'organizzazione di attività sportive su misura e che potessero rispondere alle necessità particolari dei bambini, degli adolescenti e degli adulti che ne soffrivano, abbiamo cominciato a riceverle in maniera significativa già nel 2019».



di grande qualità e continuativa». Insomma, «una scelta di campo molto chiara e coerente. Un obiettivo politico e sociale ben preciso. L'aspetto sociale, in particolare, è quello nevralgico».

«Un'offerta di grande qualità e continuativa. Una scelta di campo molto chiara e coerente. Un obiettivo politico e sociale ben preciso. L'aspetto sociale è nevralgico» (Gianni Sentimenti, Dino Battilani e Nino Villa)

E «immediatamente abbiamo cercato di offrire una risposta, mettendo in campo un progetto sicuramente non strutturato come lo è quello attuale, ma che voleva puntare sull'accoglienza di queste persone, nel pieno rispetto del mandato dello "Sport per tutti" che caratterizza la Uisp fin dal proprio nome. Anche perché, nel frattempo, nuovi bisogni hanno continuato ad aumentare in maniera esponenziale».

Poi, «nell'ottobre del 2021 è arrivato il riconoscimento del complesso sportivo Enrico Gualandini come Palestra che promuove la salute (Pps) e come Palestra in cui svolgere attività motoria adattata (Pps-Ama) da parte della Regione Emilia-Romagna e del Dipartimento di sanità pubblica dell'Azienda Usl di Imola. Un salto di qualità veramente significativo, che ci ha convinto a sviluppare ulteriormente e a strutturare quel progetto originario, attraverso il coinvolgimento di tecnici e di istruttori competenti e formati, per assicurare alle persone un'offerta



Ginnastica in acqua adattata per problematiche articolari e neurologiche

PISCINA ORTIGNOLA

Via Ortignola 3 m - Imola Tel. 0542 628373

info@ortignolasportebenessere.it www.ortignolasportebenessere.it

I corsi sono tenuti da laureati in Scienze Motorie (Chinesiologi) specializzati in attività acquatiche adattate alle diverse patologie.

Per iniziare, potrete avere un colloquio con il coordinatore dell'attività per verificare insieme le problematiche, gli obiettivi e concordare gli orari.

È prevista una lezione di prova.

Per poter accedere ai corsi occorre:

- essere tesserati UISP 2026
- un certificato medico per attività motoria adattata e una prescrizione rilasciata dal medico di base/medico specialista/medico dello sport che attesti la necessità di praticare attività fisica in acqua
- acquistare un abbonamento da 5 o da 10 ingressi
- prenotare la lezione ed eventualmente disdire per una migliore organizzazione dell'attività.

N.B. Nell'attività di ginnastica in acqua **NON** occorre saper nuotare.



**Torna ad essere
protagonista
del tuo
benessere!!!**

Stagione sportiva	Ore di attività	Valorizzazione economica ¹
2019/2020	400 ore	20.000 euro
2020/2021	320 ore	16.000 euro
2021/2022	600 ore	30.000 euro
2022/2023	640 ore	32.000 euro
2023/2024	1.412 ore	70.600 euro
2024/2025	1.600 ore	80.000 euro
	4.972 ore	248.600 euro

¹ La valorizzazione economica tiene conto dell'utilizzo degli spazi della piscina e della Sala corsi a una tariffa di 50 euro all'ora, come previsto dalla concessione del Comune di Imola

RISPOSTA STRUTTURALE

Questo progetto non è nato per rispondere a un'emergenza temporanea, ma per dare una risposta strutturale a bisogni destinati a crescere nel tempo.

I dati sanitari locali, l'aumento costante delle richieste, la continuità delle attività e il riconoscimento istituzionale ottenuto dimostrano che ci troviamo di fronte a un cambiamento stabile nella domanda di salute, inclusione e benessere. In questi anni Uisp ha scelto di investire non solo in ore di attività, ma in persone, competenze, relazioni e qualità: formazione degli operatori, costruzione di una rete con il sistema socio-sanitario, modelli di intervento riconosciuti e replicabili.

Le attività sono realizzate anche grazie al contributo annuale di 4.000 euro da parte della cooperativa Sacmi a supporto delle progettualità a valenza sociale.

Scelta di investire in persone, competenze, relazioni e qualità



Un patrimonio immateriale che non si esaurisce in una stagione sportiva, ma che continua a produrre valore anno dopo anno.

L'esperienza maturata dal 2019 a oggi dimostra che questo progetto ha una prospettiva di lungo periodo, capace di accompagnare le persone e le famiglie nel tempo, di alleggerire il carico sui servizi pubblici e di rafforzare il ruolo dello sport come presidio di salute e coesione sociale. Per questo parliamo di un progetto che guarda avanti, con un orizzonte di almeno dieci anni: non un costo, ma un investimento sociale duraturo, che restituisce valore alla comunità, alle istituzioni e alle persone più fragili.

Progetto che guarda avanti (orizzonte di almeno dieci anni).

Un investimento sociale duraturo che restituisce valore alla comunità



ATTIVITÀ MOTORIA ADATTATA IN PALESTRA: AFA & EFA

**L'IMPORTANTE È
MUOVERSI SEMPRE**



La nostra palestra aderisce alla rete delle **Palestre della Salute** riconosciute dalla regione Emilia Romagna.

Questo tipo di attività promuove il benessere e il mantenimento dell'autonomia fisica nelle cronicità delle diverse patologie e ha protocolli di lavoro mirati a riacquistare, migliorare e mantenere la funzionalità del corpo.

Ogni persona, dopo un primo colloquio iniziale, sarà seguita da laureati in Scienze Motorie (Chinesiologi) specializzati in collaborazione con i medici specialisti dell'AUSL territoriale.

Saranno attivi gruppi di lavoro su:

- lombalgie croniche
- cervicalgie
- artrosi
- scoliosi
- malattie degenerative con patologie croniche quali: cardiopatie, malattie metaboliche (diabete, sindrome metabolica) trapianto di organo solido, insufficienza renale cronica

E' prevista una lezione di prova

Per poter accedere occorre:

- essere tesserati UISP 2026
- un certificato medico per attività motoria e una prescrizione rilasciata dal medico di base/medico specialista/medico dello sport che attesti la necessità di praticare attività fisica supervisionato in palestra
- acquistare un abbonamento da 5 o da 10 ingressi
- prenotare la lezione ed eventualmente disdire per una migliore organizzazione dell'attività

IMPIANTO ORTIGNOLA VIA ORTIGNOLA 3 M TEL 0542 628373

La grande famiglia Uisp continua ad allargarsi!

Il comitato territoriale di Imola e Faenza della Uisp continua a dare il benvenuto a nuove società che scelgono di affiliarsi.

Da Imola si unisce il **Dynamic Harmony Studio**.

«Il nostro centro è un luogo dove armonia e dinamismo si incontrano per promuovere il benessere psico-fisico di ogni persona - spiega Davide Giovannini, presidente della società -. Offriamo un'ampia gamma di corsi che spaziano dalle arti marziali allo yoga, dalla danza al fitness funzionale».

Corsi per bambini

Dynamic Harmony Studio è «Centro Coni e centro di avviamento allo sport, al kung fu e alle arti marziali per bambini dai 5 ai 12 anni», e propone corsi di karate, kung-fu e taekwondo.

«Karate Kids è un corso di karate shotokan tradizionale, in collaborazione con la scuola Takeshi Imola. Un'occasione unica per migliorare la forma fisica, sviluppare la disciplina e rafforzare il carattere attraverso il karate. I bambini apprenderanno valori come rispetto ed autocontrollo in un ambiente sicuro e dedicato».

Scorrendo le proposte, «l'obiettivo dei corsi Panda Kung-Fu, Kung-Fu ragazzi e Taekwondo Junior è lo sviluppo da parte dei bambini delle abilità motorie, delle capacità coordinative, psichiche, armoniche e tecniche, tipiche delle arti marziali, nonché delle capacità relazionali e sociali».

Con una particolarità: «Punto cardine dei corsi Panda Kung-Fu e Kung-Fu ragazzi è la dinamica del gioco e del divertimento, grazie a cui i bambini apprendono velocemente e con sorprendenti risultati tutti gli esercizi, anche i più complessi, imparando con impegno, ma anche divertimento, le abilità marziali».



Corsi per ragazzi e adulti

La panoramica dei corsi per i ragazzi e gli adulti comprende Capoeira, Difesa personale, Jiu Jitsu, Kung-fu, Qigong, Raja yoga, Stretching, Taekwondo, Tai chi, Trx e funzionale, Yantra yoga tibetano e Zumba.

Davide Giovannini

Davide Giovannini pratica kung fu dal 1991, diventa cintura nera nel 1997 e insegnante nel 2000. Apre una Scuola di kung fu nel 2001, fa parte della International Longzhao Kung-fu Association del maestro Maurizio Zanetti, uno dei primi a portare il kung-fu in Italia, e dalla International Hung Gar Association del Gran Maestro Tang Tung Wing. Maestro e cintura nera 5° duan federale, è tecnico Coni di terzo livello.

Ha vinto molte volte i campionati nazionali e internazionali di kung-fu. La sua scuola di kung-fu è campione interregionale in carica da oltre 10 anni negli stili tradizionali e i suoi allievi vengono sempre convocati dalla Federazione per partecipare ai campionati mondiali.

Ancora da Imola arriva il **Nemesi Running Club**.

«La corsa ha dato inizio alla mia rinascita - racconta Michela Ronchi, presidente -. Tutto è nato dal desiderio di rimettermi in forma. E non avendo avuto un background sportivo, non sapevo proprio da dove iniziare per riuscire a buttare giù qualche chilo, facendo anche un lavoro per cui stavo seduta molte ore al giorno e che non mi lasciava tanto tempo da dedicare allo sport».

Poi, «in poco tempo, per fortuna, il sovrappeso è andato via, ma io ho continuato a correre, perché ormai era diventata una passione. E, pur consapevole di non essere così preparata, ho scelto di provare a partecipare ad una gara, a cui sono arrivata terza nella mia categoria. Il risultato ottenuto mi ha sorpresa, dandomi la spinta per iscrivermi ad un'altra gara. E così sono entrata nella mia prima squadra, consapevole di avere raggiunto un traguardo che per altri può essere ridicolo ma che per me è stato un passo importante, perché non mi sentivo "all'altezza" di praticare uno sport agonistico».

Grazie alla corsa, Michela ha anche conosciuto il suo compagno. Mettendo tutto questo assieme, «ho sentito il desiderio di condividere la mia esperienza ed il mio amore per la corsa con altre persone appassionate come me, e ho scelto di fondare Nemesi, che nasce dalla libertà che mi ha regalato la corsa. Questa parte di me l'ho potuta conoscere solo quando ho incontrato la corsa e mi ha permesso di affrontare le sfide che la mia vita mi ha presentato in quel momento».



I valori del club

Nemesi è «un'associazione giovane e può essere un'ottima iniziativa per i giovani - sottolinea Michela -. Ultimamente, infatti, ho notato che la corsa è diventata "in voga" tra gli sport praticati dalle persone della nostra fascia d'età (anche se vogliamo ricordare che non ci si può improvvisare nella corsa e che le cose vanno preparate per gradi e con buon senso)».

Inoltre, «è un modo per socializzare, perché innanzitutto la compagnia può aiutare a distrarsi dalla fatica».

Infine, «l'ambiente del club è sicuro, specialmente per le donne che preferiscono non correre da sole».

Insomma, «desidero che l'ambiente possa essere accogliente per tutti. Penso possa anche essere un modo per scoprire e valorizzare i bei paesaggi e i parchi della nostra zona, promuovendo la salute ed uno stile di vita attivo. Unendo il movimento e la socialità, è anche perfetto per chi semplicemente vuole migliorare la propria forma fisica conoscendo nuove persone».

E quando si corre in gruppo, «la prima regola del nostro club è di non giudicarci in base al passo, e cerchiamo di organizzare ogni corsa in maniera che ciascuno non stia da solo, creando così un ambiente di supporto reciproco. Vi invito a provare una corsa assieme a noi... e a seguirci su Instagram».

Il lungo giro di questo numero alla scoperta delle nuove società affiliate si conclude a Faenza, per conoscere **Gin&Pro**.

Quando lo Sport si fa Territorio e Solidarietà.

C'è una nuova energia che si muove tra le colline di Faenza e i sentieri dell'Appennino: è quella della Gin&Pro asd, realtà associativa che ha fatto dell'affiliazione alla Uisp il punto di partenza per un progetto ambizioso.

Non solo sport, ma un vero e proprio "motore" di promozione territoriale e beneficenza.

Il nome richiama il ginepro, pianta resiliente che affonda le radici nella roccia: una metafora perfetta per un'associazione che vuole restare legata alle proprie origini pur puntando a traguardi sempre nuovi.



2026 FRA TRAIL E SOLIDARIETÀ

Il calendario della Gin&Pro per i prossimi mesi è denso di appuntamenti che incarnano perfettamente lo spirito Uisp: sport per tutti, valorizzazione del paesaggio e cuore grande.

Tredozio Trail - 29 marzo

Non è solo una corsa, ma un atto d'amore per il territorio.

L'obiettivo della Gin&Pro è chiaro: lasciare un segno tangibile a Tredozio, promuovendo l'area dal punto di vista sportivo e turistico.

Un'occasione per far scoprire la bellezza dei nostri crinali attraverso il movimento lento e consapevole.

Sarna Trail

Un appuntamento ormai immancabile che si sposa con la tradizione locale.

In concomitanza con la storica *Sagra di Sarna*, il trail diventa il modo perfetto per unire lo sforzo fisico alla convivialità tipica delle nostre zone.

Strampamondo Run&Bike - 27 settembre

Questo è l'evento che mette in luce la capacità di fare rete.

Organizzato in stretta collaborazione con altre società sportive di Faenza, la *Strampamondo* è una festa del movimento su due piedi o due ruote.

Il valore aggiunto? L'intero ricavato sarà devoluto in beneficenza, a dimostrazione che quando le realtà locali si uniscono, l'impatto sociale è straordinario.

«Lo sport si fa territorio e solidarietà»

«Crediamo in uno sport che sappia guardare oltre il traguardo - commentano i responsabili - Che si tratti di aiutare un Comune montano o di raccogliere fondi per una causa solidale, la nostra missione è correre insieme verso un obiettivo comune».

«Uno sport che sappia guardare oltre il traguardo»



Abbonamento alle 4 Granfondo euro 40

**Iscrizione a ogni singola Granfondo
euro 15**

Abbonamento online con bonifico intestato a:

UISP COMITATO TERRITORIALE RAVENNA LUGO APS
codice iban: IT59 M 08542 23800 000000273 925

Causale; Abbonamento al CCR 2026

compilare il modulo d'iscrizione stampabile dal sito:

www.circuitoromagnolo.com

e inviare con la conferma del bonifico alla mail:

circuito.romagnolo@gmail.com

Termine ultimo per l'abbonamento

- **nelle sedi delle società mercoledì 8 aprile 2026**
- **online: alle ore 24 di venerdì 10 aprile 2026**

L'abbonamento si sottoscrive solo online e nelle sedi delle società organizzatrici.

ASCD AVIS FAENZA in via Di Sopra 34 Faenza

il mercoledì dalle ore 20.30 alle 22

e il venerdì dalle ore 10 alle 11.30

poi nei giorni 7-8 aprile dalle ore 18.30 alle 22.30

USC CASTELBOLOGNESE in via Don Cavina 1 Castelbolognese
dal 25 marzo tutti i mercoledì dalle ore 20 alle 22.30

UC BARACCA LUGO in via rivali di S. Bartolomeo 2

il lunedì dalle ore 20 alle 22

il mercoledì pomeriggio dalle 15 alle 17

POLISPORTIVA TOZZONA in via Punta 24 a Imola

il mercoledì dalle ore 16.30 alle 18.30

il giovedì dalle ore 14 alle 16

il venerdì dalle ore 16 alle 19

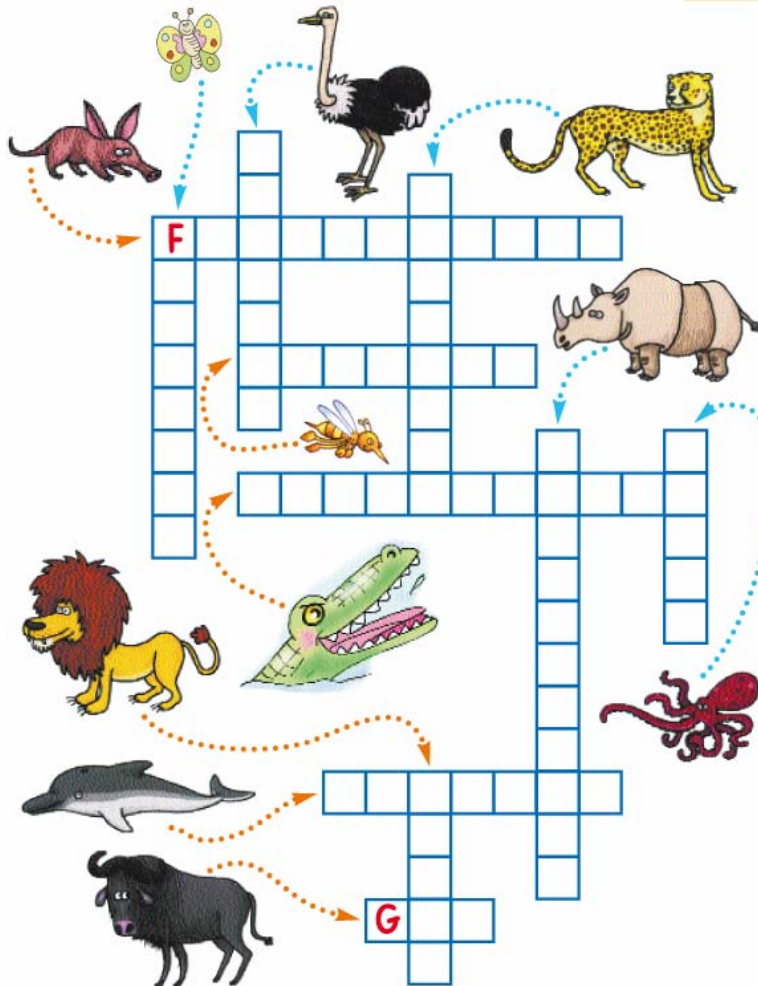
INFORMAZIONI:

circuito.romagnolo@gmail.com - tel. 329 870 4767

www.circuitoromagnolo.com

I prossimi appuntamenti su due ruote

Data	Evento e luogo Organizzatore	Informazioni
Sabato 14 marzo	<i>Raduno di inizio attività</i> , Imola (Uisp Imola-Faenza)	Veliano Longhi 338/7867235 Marco Nannoni 338/5713162
Domenica 15	<i>2° Trofeo cicloraduno</i> , Voltana (Asd-Aps cicloclub estense)	Luigi 337/590623
Sabato 21	Casalfiumanese (Team Casale)	Calderoni 388/8780704
Sabato 28	Imola (Asd G.S. Dosi)	Callegati 351/0430630
Domenica 29	Brisighella (Asd Tosco romagnola)	Gianpaolo 339/5464566
Sabato 4 aprile	<i>Raduno cicloturistico</i> , Imola (Gruppo ciclistico La Tozzona)	Linguerri 320/0332432
Lunedì 6 (Pasquetta)	Lugo, Parco delle lavandaie	Rivola 348/7367668
Sabato 11	<i>XXXIV Raduno delle nostre colline</i> , Cotignola (Asd Cicloturistica cotignolese)	Spadavecchia 339/6903453
Domenica 12	<i>Gran fondo Le cime di Romagna, Faenza</i> <i>1° prova Circuito romagnolo</i> (Ascd Avis Faenza)	Manaresi 329/8704767
Sabato 18	Castel del Rio (Asd Bici Castel del Rio)	Mazzini 338/1357913
Domenica 19	<i>Gran fondo Valle del Senio, Castel Bolognese</i> <i>2° prova Circuito romagnolo</i> (Unione sportiva ciclistica Castelbolognese)	Chiarini 333/9439915
Sabato 25	<i>Raduno pro Anpi</i> , Castel San Pietro Terme (Uisp Imola-Faenza e Uisp Bologna)	Marco Nannoni 338/5713162
Venerdì 1 maggio	Faenza (Polisportiva Sant'Andrea)	Ponti 349/5227654
Sabato 2	Castel San Pietro Terme (Società ciclistica Sillaro 1977)	Rossanigo 335/5900377
Domenica 3	Santa Lucia, Faenza (Polisportiva Santa Lucia)	Cardinali 339/5448655
Domenica 3	<i>Gran fondo Valli e delizie</i> , Portomaggiore <i>1° prova Circuito Appennini e valli</i> (Asd Portuense)	Fausto 331/1245870
Sabato 9	Massa Lombarda (Società ciclistica Massese)	Musiani 335/5785494
Domenica 10	<i>Giro della Romagna, Lugo</i> <i>3° prova Circuito romagnolo</i> (Unione cicloturistica Francesco Baracca)	Costa 338/1407677
Sabato 16	<i>Sagra della porchetta</i> , Lavezzola (Polisportiva lavezzolese)	Zambrini 370/3684985
Domenica 17	Lugo (Asd Pedale bianconero)	Luciano 392/9670557
Sabato 23	<i>Imola Charity Bike-In loop per la ricerca</i> Pedalata solidale di 6 ore promossa dalla Fcc-Fondazione ricerca fibrosi bistica all'autodromo Enzo e Dino Ferrari	Marco Nannoni 338/5713162 Angeli 347/8238336
Domenica 24	<i>Gran fondo Tozzona, Imola</i> <i>4° prova Circuito romagnolo</i> (Gruppo ciclistico La Tozzona)	Linguerri 320/0332432
Sabato 30	Imola (Asd G.S. Dosi)	Callegati 351/0430630



Rebus 6 2 7 3' 5

