



NEWSLETTER n°15 - 23.24

In evidenza questa settimana...



VIVICITTA' 2024: i 40 anni della "Corsa più grande del Mondo" – 9 giorni!



Vorresti lavorare nei Centri Estivi Uisp? Partecipa all'openday online dedicato ai corsi Multisport



ALESSANDRIA - Escape - Erasmus Plus KA2 "Capacità e competenza come alternative alla prigione"



...da segnare in Agenda! Tutti gli appuntamenti segnalati nell'edizione n°13 della newsletter

...cos'altro troverai in questo numero?

SdA Atletica Leggera - Tutto il calendario del settore, potrai scegliere tra: pista, strada, trail, montagna, vertical, camminate e nordic walking

SdA Calcio - I risultati di "Matt3 per il Calcio"

SdA Ciclismo - Inizia il countdown per la Fiera del Cicloturimo in Piemonte

SdA Danza - Workshop di tecnica floorwork con Isabella Garganelli

SdA Discipline Orientali - Tutto pronto per l'inizio dei Campionati regionali del settore karate

SdA Montagna - Escursione alla "Rocca due Denti" e XXL Il corso per bambin3 e ragazz3

SdA Nuoto - Le sincronette pronte per la terza Giornata della Coppa Piemonte e le giornate di Campionato della Pallanuoto U14, U16 e master

SdA Pallapugno Leggera var. Hit Ball - AI via il torneo al femminile!

SdA Pallavolo - Il Trofeo della Liberazione

ALESSANDRIA - Attività Fisica adattata in collaborazione con l'ASL

BIELLA - asd Nord Ovest - Montagna XXL il corso per i più piccoli!

PINEROLO - Il Trofeo delle Valli e il Vertical Sunsets 2024

TORINO - In cammino per la "Giornata Mondiale della Salute" e ricordando Sepulveda, le attività di Spazio a Colori e Bicicletta in città con l'asd Sport di Borgata

VALLESUSA - asd Sportinsieme "Maratona Alpina Val della Torre: la gara dove tutti sono vincitori perché la vera sfida è arrivare al traguardo"

Buona Lettura!

VIVICITTÀ' 2024: i 40 anni della "Corsa più grande del Mondo" – 9 giorni!



Il 14 aprile si corre e si cammina Vivicità in tutta Italia con il via del GR1 RaiRadio1!

In Piemonte Vivicità si svolgerà:

- negli istituti penitenziari di Alessandria e Biella
- a Bra la manifestazione non competitiva partirà con il via del GR1 e prevederà un percorso di corsa e cammino di 7.4 km con due punti ristoro e "pasta party" finale!
- a Torino, il logo Vivicità accompagnerà la conclusione della "Settimana del Cammino" con ritrovo in piazza Bengasi e arrivo al Parco Colonnati di Torino.

Vivicittà anche negli Istituti penitenziari, a Biella "il via" il 20 aprile 2024

Come ogni anno Vivicittà affianca alle corse nelle città italiane e straniere il “*Vivicittà Porte Aperte*”, eventi podistici che si svolgono dentro gli istituti penitenziari italiani, per adulti e minorili.

L’Uisp ha un rapporto molto proficuo con l’amministrazione della giustizia e realizza da decenni attività sportive all’interno degli istituti del nostro paese.

Le difficoltà che spesso ci si trova a dover affrontare sono prevalentemente di natura tecnica: da una parte riguardano le criticità strutturali degli istituti, dall’altra i problemi di gestione e sicurezza di un evento sportivo dentro e fuori le mura di un Istituto.

Dall’esperienza di *Vivicittà Porte Aperte*, nascono storie straordinarie di amicizia, collaborazione fra gli operatori, sensibilizzazione e partecipazione da parte delle comunità dove sono insediati gli istituti di pena.

La qualità della vita in carcere è un tema che passa anche attraverso la possibilità di praticare

sport e da queste esperienze talvolta nascono progetti ponte tra dentro e fuori, che possono sostenere la riabilitazione e l’inclusione dei detenuti nella società civile. Magari passando per una palestra, una piscina, un campo da calcio.

UISP Comitato di Biella APS da molti anni interviene con proposte di attività sportive rivolte ai detenuti presso la Casa Circondariale di Via dei Tigli di Biella, da anni organizza Vivicittà presso l’Istituto, una gara che vede la partecipazione anche di atleti UISP che il 20 Aprile 2024, correranno al fianco dei detenuti.

E’ prevista la partecipazione di 100 atleti.



Uisp Piemonte metterà a disposizione un bus gratuito, per la partecipazione alla Vivicità non competitiva di Bra

Ritrovo ore 08.00 - domenica 14 aprile 2024

Piazza Carducci a Torino con consegna pettorali

Iscrizioni entro il 4 aprile compilando il Google Form, inquadrando e fotografando il QRcode che trovi su questo volantino, o presso la sede Uisp Piemonte (Via Nizza 102 - Torino: piemonte@uisp.it)

Costo 3 euro che comprende:

- PETTORALE
- DUE PUNTI RISTORO E IL PASTA PARTY FINALE
- PARTECIPAZIONE ALL'ESTRAZIONE DI 2000 EURO IN BUONI SPESA

Iscrizioni a Bra presso la sede Uisp di Via Luigi Mercantini q. 12042 Bra (CN) - tel. 0172 431507
sito www.uisp.it/bra

Programma:

- collegamento con RADIO1 RAI per il "VIA" di Vivicità 2024, IN TUTTA ITALIA
- ore 10.20 PARTENZA



EUROPEAN MILE



Marsh



Banca
e Cherasco

MERCATO

RADIO ALBA



Progetto volto al rafforzamento della comunità educante di Mirafiori Sud "La Radici e le Ali - bene di comunità a Mirafiori." Per un quartiere che coltiva il futuro delle nuove generazioni.



TORINO CAMMINA



14 APRILE 2024
Ore 9:30



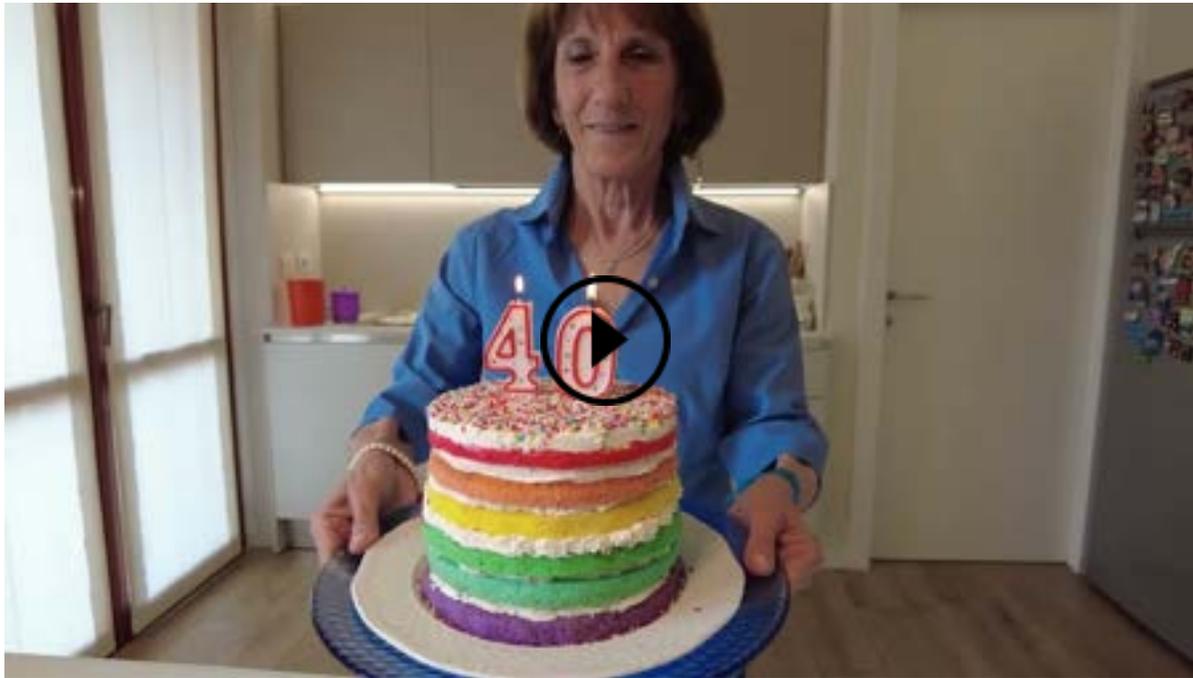
Maglietta omaggio ai partecipanti

Camminata Ludico - Motoria Gratuita
Partenza: da Piazza Bengasi (Ritrovo ore 9:00)
Arrivo: Parco Colonnetti

Per chi vuole partecipare alla corsa competitiva e non competitiva
info: piemonteuisp.it



Clicca QUI per partecipare a Vivicittà Torino Cammina



Credit video: Ufficio Stampa Uisp Nazionale APS

Maria Grazia Navacchia, atleta torinese che ha partecipato a tutte le trentotto edizioni di Vivicittà, terza nella classifica nazionale del 1984, intervistata da Uisp Nazionale

Quella domenica 1 aprile 1984 doveva essere proprio dolce, come una rainbow cake, torta arcobaleno. Forse per questo motivo Maria Grazia Navacchia in Savasta rievoca quella giornata magica mentre impasta sorridente una torta arcobaleno. Una giornata per lei molto importante, come lo fu per migliaia di altri runner e per l'Uisp. Lei conquistò il terzo posto nella classifica unica compensata correndo a Torino. Tutti gli altri entrarono per la prima volta in una classifica unica compensata nazionale senza spostarsi dalla propria città, spalla a spalla con chi correva a Bolzano o a Palermo. Maria Grazia conquistò il podio virtuale, come diciamo oggi, proprio lei, mamma, lavoratrice e atleta, come ama sottolineare e ricordare, ancora oggi: “Iniziava un’avventura per l’Italia e per l’Uisp. Tutti verso lo stesso traguardo: campioni di fondo e atleti di tutti i giorni, scolaresche e intere famiglie”

Il messaggio a Maria Grazia Navacchia, della Presidente Regionale Uisp Patrizia Alfano
*"Ciao Maria Grazia e grazie per le tue bellissime parole!
I primi anni di Vivicittà, io correvo con la mia società o ero agli incroci o alla distribuzione nei*

punti ristoro, poi ho iniziato anche a premiare e ti ho consegnato tante medaglie per le prime posizioni in classifica tra le donne.

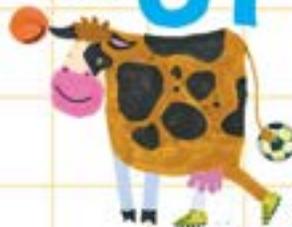
E' stato un grande piacere e onore premiare un atleta come te che ha sempre creduto in questa corsa e nei suoi valori."

Formazione

EQUIPARAZIONE e RILASCIO delle QUALIFICHE
clicca QUI per contattare direttamente l'Ufficio Formazione

VORRESTI LAVORARE NEI CENTRI ESTIVI
UISP?

PARTECIPA ALL' OPEN DAY



DEDICATO ALLA PRESENTAZIONE DEI PROSSIMI CORSI

DI FORMAZIONE

PER IL RILASCIO DELLA QUALIFICA NAZIONALE

EDUCATORE MULTISPORT 6-14 ANNI



15 APRILE

ONLINE

ORE 19

PER PARTECIPARE
FOTOGRAFA IL QR CODE



FORMAZIONE.PIEMONTE@UISP.IT



Regionale Piemonte



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI

SEGUICI SU



Vorresti lavorare nei Centri Estivi Uisp?

Il 15 aprile, partecipa online all'Open Day, interamente dedicato alla presentazione dei prossimi corsi di Formazione per il rilascio della Qualifica Nazionale Uisp da Educatore - Educatrice Multisport 6-14 anni!

Per accedere al form d'iscrizione, fotografa il QRCode che trovi sul flyer, oppure clicca direttamente sul pulsante qui sotto.

info → formazione.piemonte@uisp.it

PER PARTECIPARE ALL'OPEN DAY CLICCA QUI

SdA Atletica Leggera



Credit foto: Rollerun

CLICCA QUI per vedere il calendario del settore: **pista, strada, trail, montagna, vertical, camminate e nordic walking**

Camminate & Escursioni



asd Nordic Walking Andrate

- **Domenica 7 aprile** *cammina Capriglio*
- **Domenica 14 aprile** *camminata dal castello di Pavone alla Paraj auta*

Info e prenotazioni → 344.6604498



asd Nordic Walking Volpiano

- **Domenica 7 aprile** *Valchiusella impressioni di primavera e pillole di forest bathing*

Info e prenotazioni → www.nordicwalkingvolpiano.com



asd Le Ciaspole Pinerolo

- **Domenica 7 aprile** collina di Torino anello dal Po a Superga

Info e prenotazioni → www.leciaspole.it

SdA Calcio



Credit foto: sda Calcio UISP Piemonte

Matti per il calcio!

Direttamente dal campo i risultati della seconda giornata di ritorno, aspettando gli scontri diretti dei prossimi turni! Prossime partite mercoledì 17 aprile 2024 presso la Polisportiva Campus in Via Pietro Cossa 293/12.

I risultati

ASD TERZO TEMPO vs FUORI POSTO 8-5

TEMPESTA vs NIZZA MILLEVOCI 12-5

INGENIO CALCIO vs CIT TURIN AGAPE 7-0

info → calcio.piemonte@uisp.it

SdA Ciclismo



PIEMONT GRAVEL

Unsupported bikepacking adventure

UISP
sportpertutti
Regione Piemonte
Ciclismo



Alba (CN)

5-7 aprile 2024

le tracce

il 111 sbagliato | +1700D - 82km

il 222 | +2800D - 222km

il 333 | +4000D - 333km

il 444 | +5600D - 444km

il programma

venerdì 5

pre-partenze 444, briefing e cena

sabato 6

partenze 111, 222, 333, 444

domenica 7

partenze 111, arrivi

video trailer



piemontgravel.it



sponsor & partner



Le prossime Manifestazioni

- 5-7 aprile, Alba, PiemontGravel

info → info@piemontgravel.it



Credit foto: Bike Experience

Bike Experience - Fiera del Cicloturismo in Piemonte

Mancano ormai meno di 20 giorni alla 3° Edizione di Bike Experience - Festival del Cicloturismo in Piemonte e quest'anno l'evento sarà una grande festa dedicata al mondo del ciclismo e del turismo in bicicletta. Si sta lavorando, per preparare tutto quello che servirà per portare Bike Experience tra i grandi eventi italiani del settore e si vogliono superare i 10.000 visitatori, fare pedalare tanta gente e divertire tanti bambini sulla pista Junior.

Durante tutta la durata del Festival saranno presenti due stand Uisp, dove richiedere informazioni sulle numerose attività del settore Ciclismo, sia Regionale che Nazionale.

L'accesso al Festival è gratuito per i visitatori, basta una semplice registrazione sul sito: www.bikepiemonte.it oppure anche all'ingresso dell'evento.

Sul sito ufficiale si può trovare tutto il programma dei talk, workshop ed escursioni e poi quest'anno sabato sera sarà *Bikeparty* con accesso libero dalle 18 alle 23.

L'ingresso al festival e a tutte le attività è gratuito, basta registrarsi [QUI](#)

info → www.bikepiemonte.it

SdA Danza



Credit foto: Isabella Gargelli

Workshop di tecnica floorwork con Isabella Garganelli

Sabato 6 aprile, a partire dalle 17 presso gli studi de Il Danzificio, Danza Uisp Piemonte organizza il workshop di tecnica floorwork con Isabella Garganelli, giurata della 16esima edizione di Città in Danza 2024.

info e iscrizioni → docs.google.com/forms

SdA Discipline Orientali



Credit foto: sda Discipline Orientali UISP Piemonte

Campionato Regionale Uisp settore Karate + Rassegna Preagonisti

Domenica 14 aprile il palazzetto dello sport Le Cupole di via Artom 111 ospiterà il Campionato Regionale di Karate KATA e KUMITE individuale e a squadre e la Coppa Kata Preagonisti KATA individuale e a squadre. Le specialità del kata e del kumite sono dedicate agli atleti agonisti (dai 13 ai 99 anni!) unita alla Coppa Kata Preagonisti e ai più giovani (dai 6 ai 12 anni). La formula prevede l'avvicinarsi di due manifestazioni in un'unica giornata e permette alle bambine e ai bambini (dal 2012 al 2018 da Bianca a Nera) che parteciperanno alla Rassegna, di affacciarsi gradualmente alla pratica agonistica, attraverso l'esecuzione delle specialità proposte, in una giornata di confronto e sano stimolo sportivo, sia con i propri coetanei, che con gli atleti "più grandi". Il Campionato Regionale è invece il sano confronto tra le atlete e gli atleti (dal 2011, con atlet3 oltre il 1972 – da gialla a nera) provenienti da numerose associazioni sportive, affiliate Uisp, presenti su tutto il territorio piemontese, che durante questa manifestazione si incontreranno sul "tatami" per un'ulteriore determinazione delle proprie abilità tecniche ed interpretative, sia nel Kata (gara di forme: insieme di tecniche legate da un ritmo e coerenti ad un tema tecnico/didattico) che nel Kumite (combattimento regolato da norme che ne tutela l'incolumità). Questa fase regionale, darà diritto alla qualificazione alle fasi nazionali – previste a Padova dal 18 al 19 maggio 2024 – aperto a tutt3. Proprio per le peculiarità sopra descritte, sia le Coppe che i Campionati piemontesi del settore Discipline Orientali Uisp, sono due tra le manifestazioni di alto profilo tecnico, motore di slancio per futur3 atlet3.

SdA Montagna



Credit foto: settore Montagna Uisp Piemonte

Escursione alla Rocca Due Denti

Sabato 6 aprile il settore Montagna organizza un'escursione alla Rocca Due Denti, cuspide rocciosa che si trova al confine tra i comuni di Cumiana, Frossasco e Cantalupa. Si tratta di un possibile anello su una delle prime cime che si affacciano sulla pianura; con meteo favorevole, ampio panorama assicurato!

info → montagna.piemonte@uisp.it



Credit foto: asd Nord Ovest

XXL Il corso

L'asd Nord Ovest in collaborazione con il settore Montagna sta preparando un corso dal titolo "XXL" che ha come obiettivo, creare partecipazione attiva dei bambini/ragazzi alle attività sportive in ambiente naturale. L'attività principale sarà l'arrampicata in ambienti diversi, per sviluppare equilibrio, fiducia in se stessi e spirito di collaborazione. Inoltre verranno organizzati momenti di tecnica di Orienteering per saper usare bussola e carta geografica e inoltre di Slackline un esercizio di equilibrio e di bilanciamento dinamico a pochi centimetri da terra.

info → montagna.piemonte@uisp.it

SdA Nuoto



3° GIORNATA COPPA PIEMONTE

SECONDA PARTE

NUOTO SINCRONIZZATO

DOMENICA

14

APRILE

PISCINA COMUNALE "TRECATE"

VIA VASILE ALECSANDRI, 29, TORINO TO

Credit foto: sda Nuoto Uisp Piemonte

Sincronizzato Coppa Piemonte

Domenica 14 aprile, la piscina comunale Trecate (via Vasile Alecsandri 27/a a Torino), ospita la terza giornata di gare di nuoto sincronizzato.

L'inizio delle gare è previsto a partire dalle 8,30 nella vasca da 50 metri. Le premiazioni saranno a fine di ogni categoria.

info → aquatime.it/uisppiemonte

Pallanuoto

Domenica 7 aprile presso la piscina U.Usmiani (via Pier Domenico Olivero, 40 a Torino) si disputa la sesta giornata U14, l'ottava giornata master e U16, la nona giornata master di pallanuoto.

info → aquatime.it/uisppiemonte

SdA Pallapugno Leggera var. Hit Ball



Credit foto: asd Sinombre

Al via il torneo femminile

Partirà martedì 16 aprile da Verolengo la trentesima edizione del Torneo Femminile di Hit ball con 5 squadre ai blocchi di partenza provenienti da 4 associazioni (Hit ball Chivasso, Polaris, Polisportiva Venaria, Sinombre). Delle 37 atlete coinvolte, quasi la metà non hanno ancora partecipato ai tornei misti UISP HB e 9 di queste parteciperanno per la prima volta a un torneo agonistico. Si tratta delle giocatrici del quinto team femminile: le Dunamis. La squadra della asd Polaris proviene dai campionati studenteschi torinesi e vede atlete provenienti dal Liceo Cottini che quest'anno ha concluso con un secondo posto sia il torneo allievi che juniores. Le formazioni si affronteranno in un minicampionato fatto di sole gare di andata, niente appello in caso di sconfitta ed ogni incontro da vivere come una finale verso

l'oro. La favorita alla vittoria potrebbe essere la squadra vincitrice della passata stagione, le Smaronne, come outsider ci sono le venariesi Levuoiqueikiwi, che da un paio d'anni contendono la vetta alla formazione dell'asd Sinombre. Tutte da scoprire le Chivasso Vinsero Battaglie e Sapore di Mara. Le giallonere, nella passata stagione hanno incominciato a collezionare importanti vittorie sia nei campionati misti che in quelli femminili. Le torinesi, con l'ingresso della veterana Stefania Cauda e della orbassanese Giulia Corica, si candidano al ruolo di mina vagante e forse terzo incomodo per la vittoria finale.

SdA Pallavolo

6° Torneo della Liberazione

Max 6 squadre/categoria
70 euro/squadra

**Under 14-16-18
Femminile**

Ivrea, 25 aprile 2024



Per Info: pallavolo.piemonte@uisp.it

Credit foto: sda Pallavolo Uisp Piemonte

Torneo della Liberazione

Sarà Ivrea ad ospitare il 25 aprile il 6° torneo della Liberazione. Evento dedicato alle categorie under 14-16-18 femminile con un massimo di 6 squadre per categoria.

info → pallavolo.piemonte@uisp.it

ALESSANDRIA



Credit foto: Comitato Territoriale Uisp Alessandria

Escape - Erasmus Plus KA2 “Capacità e competenza come alternative alla prigione”

Dal 16 al 20 marzo 2024, il nostro Comitato Uisp di Alessandria ha completato i meeting del progetto, cofinanziato dall'Unione Europea, Escape - Erasmus Plus KA2 “Capacità e competenza come alternative alla prigione”.

La nostra delegazione, dopo essere stata in Finlandia a Tampere nel febbraio 2023 e aver ospitato gli amici bulgari e finlandesi lo scorso luglio ad Alessandria, è stata in Bulgaria a Sofia, Plovdiv e Stara Zagora.

A Plovdiv abbiamo visitato una scuola per minori disabili e tenuto un incontro con un'importante regista di Teatro che organizza spettacoli in Carcere; a Stara Zagora siamo

entrati all'interno del carcere locale dove ci hanno fatto conoscere le loro attività ricreative e di recupero.

- Uisp Alessandria
- Silta (ong finlandese con sede a Tampere)
- Orby Agency (impresa sociale con sede a Sofia)
- Fondazione Courage (italo-bulgara con sede a Plovdiv)

Le Associazioni partecipanti:

Attività Fisica Adattata

Programma attuato in collaborazione con ASL AL Gruppo di Progetto Coordinamento Piano Locale Prevenzione Dip. Strutturale Riabilitazione - Fragilità - Continuità Assistenziale

e
UISP Unione Italiana Sport per Tutti.

Il Corso si tiene: Lunedì e Giovedì dalle ore 15.30 alle 16.30

**presso il salone della Chiesa Parrocchiale
Assunzione di Maria Vergine "oltre-ponte"
Via A. Olearo, 26 - Casale M.to**

Prima lezione di prova: gratuita

Il programma è rivolto a soggetti adulti ed anziani, di ambo i sessi, affetti da patologie croniche muscolo-scheletriche (artrosi, dolori ricorrenti, riduzione della capacità di muoversi da malattie pregresse) svolgendo attività fisica in modo adeguato.



**Per INFO: UISP Tel. 0131 253265 Cell. 351 5859609
Istruttore Gabriele Melchiori Cell. 340 7130012**



BIELLA

Arrampicata, plogging, orienteering e tante altre attività all'aria aperta



Obiettivi del corso

La sperimentazione di diverse attività ludico-sportive che si possono praticare all'aperto, in montagna ma non solo.

Prendere confidenza con la natura.

Gestire le proprie emozioni e allenarsi alla fatica.

Apprendere a muoversi in ambienti naturali in sicurezza.

Le attività previste

Arrampicata, orienteering, plogging, slack line, arrampicata.

Meteo permettendo tutte le attività si svolgeranno all'aria aperta.



A chi si rivolge

Bambini tra 6 e 12 anni
(anche accompagnati dai genitori)

Costi e attrezzature

Per i costi di partecipazione chiedici informazioni



Le date

Tutti i **sabato pomeriggio**
dalle 14:30 - 17:30

Sei incontri a Biella e dintorni

Dal 18 maggio al 22 giugno

Si farà con un min 8 bambini e un massimo di 15.

Il corso sarà tenuto da istruttori titolati UISP.



Per informazioni e iscrizioni:



Nord Ovest ASD

Ermanno Pizzoglio 348 856 85 89

Ida Brunetti 335 167 54 83

asdnordovest2022@gmail.com



Credit foto: asd Nord Ovest

asd Nord Ovest - Montagna XXL il corso per i più piccoli!

info → asdnordovest2022@gmail.com

PINEROLO

Trofeo delle Valli



5° Trofeo delle Valli

SKF

GRANDE

07/04

3° Trail del Manfre
Bricherasio - 11,5 km 510 D+

25/04

4° Trofeo della Liberazione
Perrero - 9,5 km 550 D+

12/05

4° Trail Monte San Giorgio
Piosasco - 14,7 km 900 D+

26/05

Coursa d'Castlus
Torre Pellice - 12 km 900 D+

09/06

Marcia Alpina Mount Servin
Colle Vaccera Angrogna
12 km 1000 D+

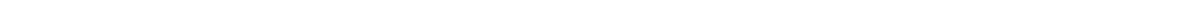
16/06

Laz@run
Pramollo - 12 km 700 D+



I TEAM

ASD ATLETICA VALPELLICE,
GASM TORRE PELLICE,
ASD LI VIOL OUSITAN,
SPORT CLUB ANGROGNA E
PIOSSASCO TRAIL RUNNERS :
INDICONO UN CRITERIUM
COMPOSTO DALLE 6 PROVE
DI CORSA IN MONTAGNA
DENOMINATO
"TROFEO DELLE VALLI".





VERTICAL 2024 SUNSETS



22/5 **Piosasco** - Cronoscalata Monte San Giorgio 1,9 km 480 mt. D-

29/5 **Pinasca** - Vertical della Panchina 3,7km 460 mt. D-

2/6 **Crissolo** - Monviso Vertical Race 4,175 km 1000 mt. D- (Prova Speciale)

5/6 **Pinerolo** - Vertical Costagrande 2,2km 300 mt. D-

12/6 **Roure** - 1/2Km Verticale 2,4 km 500 mt. D-

19/6 **Inverso Pinasca** - Sentiero Partigiano Diena 4,3 km 750 mt. D-

26/6 **Trana** - Vertical del Malpaset 3,3 km 510 mt. D-

7/7 **Prali** - Vertical Rif. Lago Verde 6,48km 840 mt. D-





TORINO

GIORNATA MONDIALE DELLA SALUTE

7 APRILE 2024

REGIONE
PIEMONTE



UISP
sportpertutti
Comitato di Torino



PROGRAMMA

Gruppo di cammino

Dalle ore 10:30 alle ore 11:30

Ritrovo ore 10:00 all' ingresso principale

Parco Ruffini

(fronte c.so Rosselli)

Si consiglia:

- Scarpe da ginnastica e indumenti adatti all'attività fisica moderata
- Borraccia

LA PARTECIPAZIONE È GRATUITA



Per partecipare è necessario compilare
il modulo di adesione inquadrando il **QR Code!**





Qubi
CON LA CULTURA SI MANGIA

BICICLETTANDO IN CITTA'

Una gita in bici alla scoperta e ri-scoperta dei luoghi di Torino!

Quattro percorsi pianeggianti studiati per famiglie e ragazzi insieme a un accompagnatore cicloturistico.

17 marzo	←	LUNGO DORA - PELLERINA	→	
		●	MEISINO - SAN MAURO - COLLETTA	→ 14 aprile
12 maggio	←	TRA I VICOLI DEL CENTRO STORICO	→	
		●	VALENTINO - VALLERE	→ 2 giugno

Ritrovo ore 9.30 in via Parma 75/c - Arrivo al Qubi ore 13

Per info e iscrizioni:

In collaborazione con:



Con il sostegno di:



Fondazione Compagnia di San Paolo

Se ti fermi al nostro brunch, per te ci sarà uno sconto



Bicicletta in città con l'associazione Sport di Borgata

L'Associazione Culturale Qubi, in collaborazione con il progetto Sport di Borgata e il Centro Polisportivo Massari, ha organizzato una serie di gite in bici insieme ad un accompagnatore cicloturistico per conoscere meglio alcuni punti di Torino.

L'iniziativa è realizzata grazie al contributo della Fondazione Compagnia di San Paolo

Il ritrovo è previsto alle 9:30 dallo spazio Qubi Garden, sulle sponde del fiume Dora (in corrispondenza della sede in via Parma 75/c), si partirà poi alle 10:00 per poi tornare

nuovamente in loco alle ore 13 circa.

Gli appuntamenti saranno uno al mese: 14 aprile, 12 maggio, 2 giugno.

L'equipaggiamento necessario per i partecipanti sarà: un casco, una borraccia e degli occhiali da sole.

Se non si possiede una bicicletta, sarà possibile noleggiarne una con pedalata assistita ad un prezzo agevolato telefonando al 349 444 4787 (VLR BIKE - Paolo).

Per prenotare compilare il Form scannerizzando il codice QR

spazioAcolori

Programma aprile 2024

*PRESSO RSA
"Casa Serena"
ingresso
Corso
Lombardia,
115
Torino*

Martedì 2
CORSO DI SMARTPHONE
Giovedì 4
GIOCHI

Martedì 9
PASSEGGIATA NEL
PARCO
Giovedì 11
LABORATORIO 5 SENSI

Martedì 16
PARLIAMO DI CINEMA
Giovedì 18
FESTA DEI COMPLEANNI

Martedì 23
PRANZO ALLA
BOCCIOFILA

Giovedì 30
GIOCHI

Per info contattare il
3387273808

Ci
incontriamo
martedì
e
giovedì
alle ore
15.00



DIMMI CHI ERA SEPULVEDA

Un gruppo di cammino e un viaggio attorno all'autore cileno scomparso 4 anni fa attraverso le letture degli attori di Assemblea Teatro: Mattia Mariani e Silvia Nati dei ricordi di Erri de Luca, Laura Nosenzo, Pino Cacucci, Ilide Carmignani, Carmen Yañez.

LETTURE TRATTE DA "il nostro ricordo per Luis Sepulveda" a cura di Renzo Sicco, Voglino Editrice

SABATO 13 Aprile 2024

Ore 10:30 - Ritrovo: Partenza dalla Libreria Belgravia, Via Vicoforte 14/D
Arriveremo alle 11 circa al Parco Ruffini davanti all'ingresso dello stadio Primo Nebiolo (Viale Luigi Hugues, 10)

I partecipanti potranno leggere a tutte e tutti, dopo gli attori, un pezzo tratto da un libro di Sepulveda che si porta nel cuore, realizzando un cerchio di lettura.

Ritorno in libreria per le ore 12:30 circa

TELEFONO Uisp Torino: 011677115

TELEFONO Assemblea Teatro: 011 3042808

TELEFONO Libreria Belgravia: 347 597 7883





Dimmi chi era Sepulveda

Un gruppo di cammino e un viaggio attorno all'autore cileno scomparso 4 anni fa attraverso le letture degli attori di Assemblea Teatro: Mattia Mariani e Silvia Nati dei ricordi di Erri de Luca, Laura Nosenzo, Pino Cacucci, Ilide Carmignani, Carmen Yañez.

Letture tratte da "il nostro ricordo per Luis Sepulveda" a cura di Renzo Sicco, Voglino Editrice

Programma Sabato 13 Aprile 2024

- Ore 10:30 - Ritrovo: Partenza dalla Libreria Belgravia, Via Vicoforte 14/D
- Arrivo alle 11 circa al Parco Ruffini davanti all'ingresso dello stadio Primo Nebiolo (Viale Luigi Hugues, 10). I partecipanti potranno leggere a tutte e tutti, dopo gli attori, un pezzo tratto da un libro di Sepulveda che si porta nel cuore, realizzando un cerchio di lettura.
- Ritorno in libreria per le ore 12:30 circa

info

Uisp Torino 011.677115

Assemblea Teatro 011.3042808

Libreria Belgravia 347.5977883

VALLESUSA



Associazione Polisportiva Dilettantistica
Sportinsieme

Val della Torre
Associazione non lucrativa di promozione sociale
C.O.N.I. registro società sportive n. 27623



Domenica 14 APRILE 2024

14^a



maratona

ALPINA

di Val della Torre

**MARATONA
ALPINA**

42,2K | 2600D+

**MEZZA
MARATONA**

22K | 1550D+

NEW

**11 KM
NON COMPETITIVA**

11K | 375D+

ISCRIZIONI ONLINE su:
www.wedosport.net
fino al 12/04/2024

INFORMAZIONI E REGOLAMENTO:
www.sportinsieme.net/wp/maratonalpina2024



Comune di



Comune di



Comune di



Comune di

CON IL PATROCINIO DI:



asd Sportinsieme "Maratona Alpina Val della Torre: la gara dove tutti sono vincitori perché la vera sfida è arrivare al traguardo"

A pochi passi da Torino fuori dal caos e dalla confusione in un paese circondato da bellissime montagne l'emozione della corsa si unisce alla bellezza della natura per dare vita a un'esperienza unica: la Maratona Alpina di Valdellatorre.

Questo straordinario evento, atteso da appassionati di corsa e amanti della montagna, si terrà domenica 14 aprile 2024, promettendo una giornata indimenticabile per tutti i partecipanti.

Una delle novità più attese di quest'anno è l'introduzione di un nuovo percorso non competitivo da 11 km, pensato per coloro che desiderano immergersi nella natura senza la pressione del tempo. Questo tracciato offre un'opportunità unica di esplorare i paesaggi mozzafiato di Valdellatorre, sia camminando che correndo, godendo appieno della serenità che solo la montagna sa offrire.

Il ritrovo per i partecipanti alla Maratona e Mezza Maratona è fissato per le ore 6:30, mentre la partenza è prevista per le ore 8:00. Un'occasione per prepararsi mentalmente e fisicamente prima di affrontare la sfida che le Alpi hanno in serbo per loro. Per coloro che optano per la nuova distanza da 11 km, il ritrovo è alle ore 8:00 con partenza alle 9:30, garantendo un'esperienza altrettanto coinvolgente e gratificante.

La Maratona Alpina offre un percorso avvincente lungo 42 km, con un dislivello di 2600 metri, sfidando i partecipanti a superare i propri limiti ed a conquistare le vette più alte con determinazione e spirito di squadra. La Mezza Maratona Alpina, invece, propone un tracciato di 22 km con un dislivello di 1550 metri, offrendo un'opzione altrettanto stimolante per chi desidera una sfida più breve ma altrettanto intensa.

Al termine della gara, un ricco buffet finale attende tutti i partecipanti, celebrando le loro imprese e offrendo un momento di convivialità e condivisione tra atleti e appassionati.

Un'opportunità per scambiarsi esperienze, emozioni e congratulazioni, consolidando il legame tra la comunità degli sportivi e l'ambiente montano che li ha ospitati.

...da segnare in Agenda!



- **CITTA' IN DANZA 2024** - 7 aprile 2024, "Lavanderie a Vapore", Collegno
- **IV XC MONFERRATO - II MEMORIAL DAVIDE PIGLIA** - 7 aprile 2024, Villadeati
- **TROFEO ROLLING DREAMS II TAPPA** - 6/7 aprile 2024, Asti
- **GIOGAGIN ALESSANDRIA** - 13 aprile - "Istituto Angelo Custode" Alessandria

Clicca per accedere alle pagine web dei Comitati Territoriali UISP



UISP Piemonte APS
via Nizza 102 - 10126 Torino

Seguici su



[Unsubscribe](#) | [Disiscriviti](#)