



## NEWSLETTER n°11 - 24.25

In evidenza questa settimana...



Cosa fate l'8 marzo? Ci vediamo?



Speciale 8 marzo!



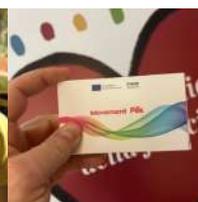
Con Libera, per commemorare le 1000 vittime delle Mafie



Un premio letterario in memoria di don Meco Ricca!



Nasce la Prima banca dati dei Tecnici/Istruttori Qualificati



Torino: scopri in quali farmacie trovare le Pillole di Movimento!

...cos'altro troverai in questo numero?

**Consulenze gratuite per le ASD affiliate - Gli orari e i contatti dei nostri uffici in Regione**

**Formazione - Equiparazione e Rilascio qualifiche, contatta direttamente i nostri uffici**

**BLSD - Sul nostro Sito è disponibile un nuovo calendario corsi!**

**SdA Atletica Leggera - Tutto il calendario del settore, potrai scegliere tra: pista, strada, trail, montagna, vertical, camminate e nordic walking, approfondimenti sulle asd: Nordic Walking Volpiano, Nordic Walking Andrate e Le Ciaspole**

**SdA Ciclismo - Turin Hills, due giorni di bikepacking che vi lascerà senza fiato, asd Girasole Sportivo e la presentazione nuovo corso base guida MTB/GRAVEL/E-BIKE**

**SdA Discipline Orientali - Stage interregionale Piemonte/Lombardia per III e IV Dan 2025 - Judo**

**SdA Montagna - Corsi di formazione per appassionati di outdoor**

SdA Nuoto - A Piasco, la Pallanuoto regionale con la Giornata Campionato U12

SdA Pallacanestro - Una nuova amichevole per la Pallacanestro in carrozzina

SdA Pallapugno Leggera var. HitBall - Il Torneo "tutto al femminile"

BRA CUNEO - SuperstraBra!

IVREA - Il 7° Trofeo "Memorial Sussetto" dell'asd Budokan Karate Caluso

PINEROLO - Il Sunset Snow a Pian Munè e il 6° Trofeo delle Valli

TORINO - Conto alla rovescia per "Vivicittà 2025", i Laboratori multidisciplinari di "Ibridi", tutto sulla prossima "Run for Future" e le mille attività dell'asd Girasole Sportivo

**Buona Lettura!**

---

**UISP Piemonte per l'8 marzo**



**ci vediamo?**

ore 10 in via Nizza 102 a Torino

marzo

## **Cosa fate l'8 marzo? Ci vediamo?**

In momenti come questo, le pari opportunità nello sport non sembrano una priorità, ma noi sappiamo che attraverso lo sport, che permette alle donne di incontrarsi, prendersi cura di sé stesse, mettere al centro il proprio corpo e i propri pensieri, si raggiungono anche luoghi oscuri e difficili e, al contempo, si possono aprire nuove porte e consapevolezza.

Noi lavoriamo tutto l'anno per le pari opportunità e, quando arriva l'8 marzo, i calendari di tutte le Associazioni ed Enti vari si riempiono di appuntamenti. Noi partecipiamo ai diversi eventi portando la nostra voce, le nostre esperienze e il nostro lavoro.

Il prossimo sabato, alle 17, parteciperemo a un'iniziativa sulla salute presso la Fabbrica delle "E" del Gruppo Abele (che vi alleghiamo, vedere sotto), convinte che i tagli alla sanità pubblica stiano colpendo e colpiranno maggiormente le donne (info → [gruppoabele.org](http://gruppoabele.org))

### **Vi invitiamo l'8 marzo alle ore 10 in via Nizza 102/B per un world café.**

Dedicato a chi sarà libera e avrà voglia di parlare un po' con noi della posizione delle donne in questo nostro mondo e, soprattutto, delle prossime iniziative che vogliamo mettere in campo, sull'educazione per le bambine, le ragazze, le giovani donne, le donne e le donne adulte, per restituire a ognuna, in ogni contesto, pari opportunità, rispetto e riconoscimenti. È sbagliato pensare che in questo nostro mondo non esista la cultura del patriarcato, che molte di noi subiscono sotto diverse forme.

Parliamone insieme e agiamo per noi e per le donne che incontriamo nelle nostre attività e, soprattutto, per quelle che con noi cresceranno nello e con lo sport.

Un'iniziativa in difesa della salute pubblica e dei diritti di tutte le persone

8 marzo, presso La Fabbrica delle "e" ore 17.00

Corso Trapani 91, Torino

# Salute, persone e diritti

*"Ho imparato che il problema degli altri è uguale al mio. Sortirne tutti insieme è politica.  
Sortirne da soli è avarizia"* (Don Milani)

Programma dell'evento:

## Dialogo con Rosy Bindi e Luigi Ciotti

Coordina Andrea Malaguti direttore de La Stampa

In apertura, testimonianze e storie di vita

Seguirà breve momento conviviale  
**Ingresso libero**

#SalutePerTutti #DirittiUmani #IniziativaSociale



Credit foto: Gruppo Abele Onlus

**Speciale OTTO MARZO!**

# MA TI PARE NORMALE ?



Fonte dati: Fondazione Libellula. Survey Teen 2024, campione di 1.592 soggetti, età 14/19 anni

## MA TI PARE NORMALE ?

CHE SI DEBBA ANCORA ASPETTARE  
CHE L'EDUCAZIONE ALL'AFFETTIVITÀ E ALLA SESSUALITÀ  
DIVENTI MATERIA DI INSEGNAMENTO NELLE SCUOLE

8 marzo  
2025



Associazione Volontarie del Telefono Rosa

Via Assietta 13/a - 10128 Torino

tel. 011.530666/011.5628314 fax. 011.5628314

email: telefonorosa@mandragola.com sito web: www.telefonorosatorino.it

Credit foto: Associazione Volontarie del Telefono Rosa Piemonte

## Associazione Volontarie del Telefono Rosa Piemonte

Non ci sono età specifiche coinvolte nella violenza maschile contro ragazze e donne: per il genere femminile, ma anche per chi le maltratta, le perseguita, le violenta, cioè uomini e ragazzi.

Anno dopo anno, registriamo numeri importanti e prosegue costante l'attenzione dedicata dal Telefono Rosa Piemonte al mondo giovanile. Siamo fermamente convinte che il cambiamento della cultura patriarcale e del predominio maschile, nonché l'abbandono degli stereotipi legati al genere, debba passare dai e dalle più giovani. E senza dimenticare che proprio alcuni di loro sono purtroppo protagonisti di episodi di violenza, come testimoniato anche dai dati del monitoraggio delle accoglienze della nostra Associazione per l'anno 2024. L'anno scorso sono state 761 le donne accolte: di queste, il **3,42% ha meno di 16 anni e il 21,81% tra i 16 e i 29 anni**. Sono poi stati registrati **5.116** contatti nella sezione aiuto on line (*email, chat, messaggistica istantanea e SMS*).

Per il **68,5%** delle donne accolte e prese in carico, il livello di rischio è stato valutato come alto o altissimo. Il **36,01%** ha dichiarato violenza fisica, il **47,96%** violenza verbale/minacce, il **5,39%** violenza sessuale e ben il **18%** altre forme di violenza sessuale, comprese quelle on line. Il **13,93%** riferisce di subire stalking o cyberstalking, il **63,34%** dichiara violenza psicologica e infine il **33,38%** patisce violenza economica.

**Il 25,23% ha meno di 29 anni**, tra i maltrattanti solo il **16,5% appartiene alla stessa fascia di età**: ragazze e donne sovente subiscono violenza da parte di ragazzi o uomini di età maggiore rispetto alla loro.

Se le giovani generazioni devono essere protagoniste del cambiamento, dobbiamo però considerare dati inequivocabili. Secondo una ricerca della Fondazione Libellula (Survey Teen 2024) che ha riguardato un campione di 1.592 soggetti tra i 14 e i 19 anni di età, il 29% dei ragazzi ritiene che non sia violenza toccare una persona senza il suo consenso. E inoltre: per il 20% dei maschi non è violenza chiedere con insistenza foto intime alla partner, per il 21% non è violenza isolare la partner mettendole contro amici e amiche e per il 26% non è violenza baciare una persona senza il suo consenso. E purtroppo per il 56% dei ragazzi la gelosia è una forma di amore.

Ci sembra quindi quanto mai opportuno porsi una domanda, che è esattamente quella che caratterizza il nostro manifesto per l'8 marzo 2025: **Ma ti pare normale?**

Pare normale che ci siano convinzioni di questo tipo? (e parliamo di un sintetico estratto della survey, che contiene altri dati davvero preoccupanti). E' normale che ci siano atteggiamenti che condizionano e rendono precarie le relazioni tra i generi? e che mettono ancora al primo posto un sostanziale predominio maschile? Perché il problema, così come dichiarato da giovani e giovanissimi, ci rimanda ad una cultura maschilista, imperante e ben lontana dai diritti paritari di donne e ragazze. Le quali, se non accettano tali atteggiamenti, diventano potenzialmente esposte a prevaricazioni e soprusi di ogni tipo, fino a determinare conseguenze gravi o gravissime.

Le pari opportunità, in queste condizioni, restano un obiettivo ancora lontano.

Le famiglie sono in difficoltà e apprezzerrebbero un contributo competente: e chiedono aiuto a altre agenzie educative, in particolare la scuola. Lo stesso fanno i giovani e le giovani: per 3 su 4 le attese per una educazione sessuale e affettiva sono proprio legate al contesto scolastico. Viene quindi spontaneo chiedersi se può essere ritenuto normale che l'educazione all'affettività e alla sessualità debba ancora essere volutamente esclusa dalle scuole. In Europa è obbligatoria in 19 Stati, e l'Italia non è tra questi. Bisogna che sia chiaro: per noi l'educazione affettiva e sessuale non significa affrontare solo gli argomenti legati alla biologia, alla contraccezione o al piacere (anche se ci chiediamo per quale motivo queste aree debbano essere demonizzate). Significa piuttosto poter parlare anche di emozioni, di relazioni, di rispetto, di consenso, di ruoli, di civiltà e riconoscimento dell' "altro" o "altra". No, noi non pensiamo che siano tematiche educative così insensate e superflue da dover essere estromesse dal luogo educativo per eccellenza, tanto da non essere considerate obbligatorie e curricolari. Soprattutto se in favore di percorsi legati alle tematiche della "fertilità", che attendiamo ancora di sapere, nel concreto, di cosa tratteranno.

---



**8 MARZO**  
**SCIOPERO**  
**TRANSFEMMINISTA**

**IL COMUNICATO**  
**DELL'AURORA VANCHIGLIA**  
**TRANSFEMMINISTA**  
**E DI ALCUNE PERSONE**  
**CHE ATTRAVERSANO**  
**GLI SPAZI DI SPORT POPOLARE**



**LO SPORT POPOLARE COSTRUISCE  
PROTAGONISMO E ABBATTE LA  
COMPETIZIONE PERFORMATIVA!**

**Siamo un insieme di persone che attraversano il mondo dello sport popolare torinese e che sentono il bisogno di ritrovarsi per riflettere e discutere di come lo sport intersechi le questioni di genere.**

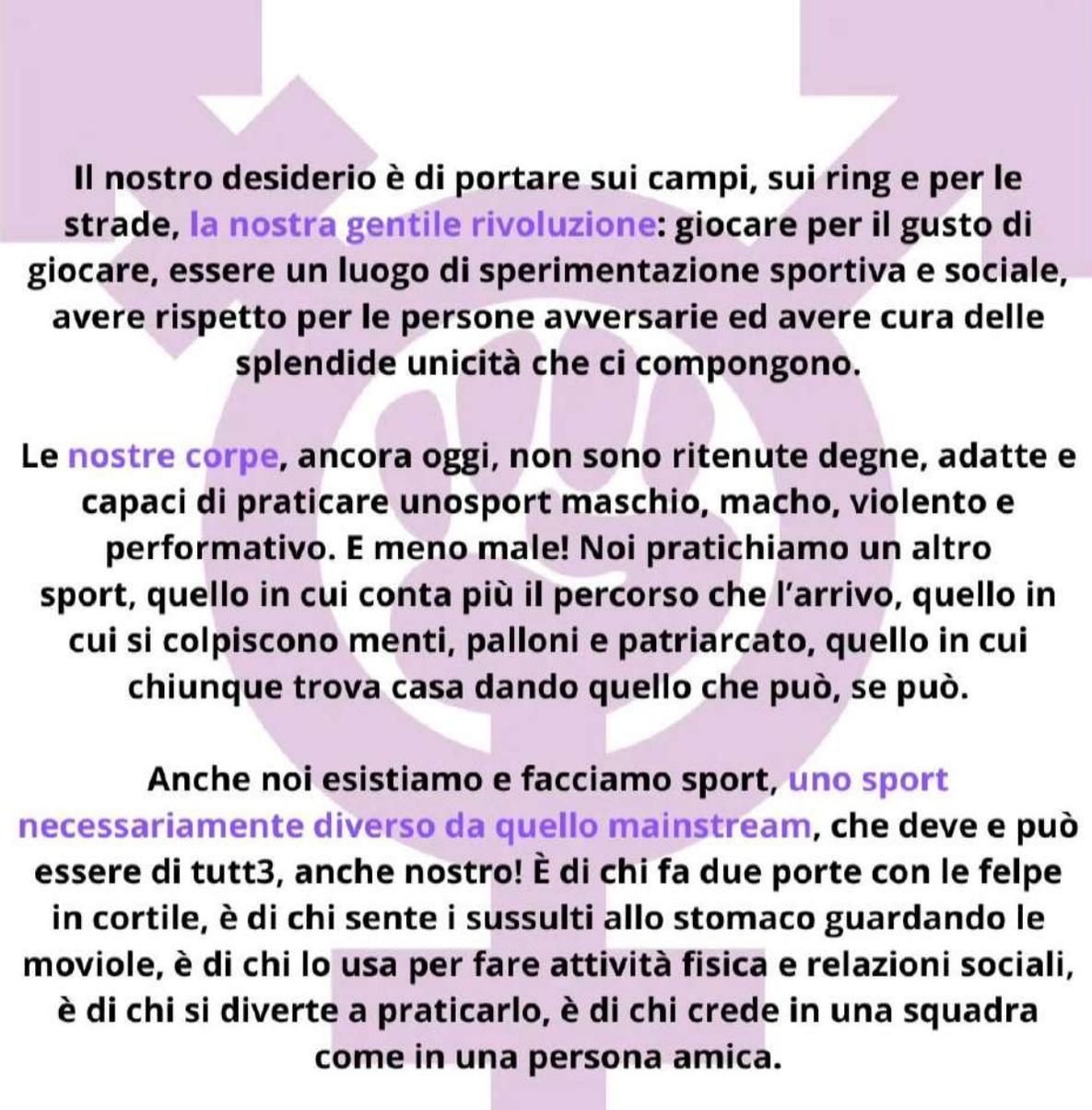
**Se abbiamo sentito l'esigenza di ritrovarci al di fuori delle nostre realtà sportive di riferimento è perchè il modo in cui la tematica viene trattata in quelle sedi non ci basta. Abbiamo sete di altro e bisogno di fare rete!**

**Per questo, l'8 marzo scendiamo in piazza assieme all'Aurora Vanchiglia Transfemminista, una squadra di calcio popolare di quartiere, con le gambe nei campi e nelle strade di Torino e con la testa e il cuore nelle lotte intersezionali e internazionali.**

Per anni, l'AVT ha lavorato per costruire uno **spazio sicuro** e ampio, che proponga un **calcio transfemminista**, non femminile! L'AVT porta in campo corpi trans, non binari e cis che, giocando assieme, fanno socialità e movimento sociale, costruendo uno spazio di cura in cui si pratica un calcio diverso da quello proposto dai più.

Questa è l'idea di sport popolare che ci fa da orizzonte di riferimento, perché, fintanto che continueremo a pensare lo sport popolare come semplice sport a basso costo, continueremo a perdere dei pezzi importanti per la strada, costruendo un'idea di accessibilità che parla solo delle questioni di classe.

L'intersezionalità delle lotte non può rimanere solo uno slogan, perché i pezzi che perdiamo per strada sono **persone**. Persone che spariscono dagli spazi che hanno fatto loro violenza e persone i cui corpi non si incastrano con i requisiti richiesti da quei luoghi che consideriamo liberati!



**Il nostro desiderio è di portare sui campi, sui ring e per le strade, **la nostra gentile rivoluzione**: giocare per il gusto di giocare, essere un luogo di sperimentazione sportiva e sociale, avere rispetto per le persone avversarie ed avere cura delle splendide unicità che ci compongono.**

**Le **nostre corpe**, ancora oggi, non sono ritenute degne, adatte e capaci di praticare unosport maschio, macho, violento e performativo. E meno male! Noi pratichiamo un altro sport, quello in cui conta più il percorso che l'arrivo, quello in cui si colpiscono menti, palloni e patriarcato, quello in cui chiunque trova casa dando quello che può, se può.**

**Anche noi esistiamo e facciamo sport, **uno sport necessariamente diverso da quello mainstream**, che deve e può essere di tutt3, anche nostro! È di chi fa due porte con le felpe in cortile, è di chi sente i sussulti allo stomaco guardando le moviole, è di chi lo usa per fare attività fisica e relazioni sociali, è di chi si diverte a praticarlo, è di chi crede in una squadra come in una persona amica.**



**Questo 8 marzo, scendiamo in piazza anche come **soggetti non conformi e sportivi**, per rivendicare le nostre fortune e le nostre fatiche, in questo mondo sportivo binario, patriarcale, razzista e capitalista.**

**Questo 8 marzo, ricordiamo quanta strada c'è ancora da fare perché lo sport popolare sia davvero un contenitore equo e libero da convinzioni e pratiche sociali oppressive, che costituiscono ostacoli all'accessibilità.**

**Che viva lo sport popolare, gli spazi per praticarlo, e le persone che lo rendono possibile!**

**BUON 8 MARZO DI LOTTA!**

Credit foto: asd Aurora Vanchiglia

**asd Aurora Vanchiglia "Lo sport é di tuttə, anche nostro!"**

Ecco il nostro comunicato, che come Aurora Vanchiglia Transfemminista siamo felici di condividere con tuttə voi!

Ci troverete in piazza insieme a [@nudm\\_torino](https://www.instagram.com/nudm_torino) per rivendicare le nostre fortune e le nostre fatiche!

Buon otto marzo di lotta!

---

**Lunedì 10 Marzo h. 10,30**

OFF TOPIC Via Giorgio Pallavicino, 35 Torino

**PRESENTAZIONE DELLA CAMPAGNA SOCIALE**



*Introdurranno:*

**Sen. Anna Rossomando** Vicepresidente del Senato

**Jacopo Rosatelli** Assessore alle Pari Opportunità del Comune di Torino

*Interverranno per le associazioni promotrici:*

**Elena Rosa** Lofficina

**Laura Onofri** Senonoraquando?Torino

**Antonella Parigi** Torino Città per le Donne

**Mariachiara Cataldo** Break The Silence Italia

*Per la Fondazione Pubblicità Progresso:* **Serena Fasano**

*Per l'Agenzia di pubblicità Hub09:* **Angela Sannicandro**

*Per la Casa di Produzione Giorgio Risi:* **Giorgio Risi**

*Modera:* **Milena Boccadoro**

*Contatti:* 3492528761 - 3356814940 – 3462301630



## **LEI È**

**Lunedì 10 Marzo** alle ore 10.30 presso l'OFF TOPIC in Via Giorgio Pallavicino n°35 a Torino ci sarà la **presentazione** della **campagna LEI È**. Promossa da quattro associazioni di donne con il patrocinio della Fondazione Pubblicità Progresso e della Città di Torino, la campagna sociale LEI È difende le leggi conquistate dalle donne per il riconoscimento dei loro diritti e per difenderli perché valgano anche domani.

**Per le scuole** presso La “Sala ELLE” dell’OFF TOPIC c’è la possibilità di visitare la mostra che ospiterà i 12 soggetti della campagna da lunedì 10 a venerdì 14 marzo dalle ore 10 alle ore 13 (per le visite è necessaria la prenotazione).

Lei è Libera

Lei è autodeterminazione, diritti, consapevolezza.

La libertà di scelta è la chiave della nostra campagna di sensibilizzazione per i diritti di tutte.



# marzo delle donne



## 8 marzo solidale

Per prenderci cura  
di noi stesse e del  
nostro territorio



### PER ABITARE MIRAFIORI

Per Abitare Mirafiori è un progetto che ha lo scopo di riqualificare e rivitalizzare il territorio di Mirafiori attraverso iniziative culturali e solidali, grazie al contributo delle sue e dei suoi abitanti.

### quando?

#### PER TUTTO IL MESE DI MARZO

Pensa a quello che ti piace o che vorresti condividere con un'altra donna (una crema, uno shampoo, un bagnoschiuma, degli assorbenti, dei prodotti di make up, pannolini per bambini ecc...) e donalo nei luoghi indicati.

### dove?

#### Puoi portare i prodotti che vuoi e donare presso:

- Spazio Accoglienza di Cascina Roccafranca, via Rubino 45 (lun.-ven. h 9:30-12:30 e h 15-18).
- Palestra "Centro Europa" dell'A.S.D.C. Sportidea Caleidos, via Gaidano 103 int 31 (lun.-ven. h 9-12 e h 17-20).
- Segreteria dell'A.S.D.C. Sportidea Caleidos, via Pertinace 29, (lun.-ven. h 17-19).
- Spazio di Famiglia, Via De Bernardi 0 (lun.-mer. e ven. h 10-12).

### e inoltre

#### Raccolta e donazioni nelle farmacie

Puoi acquistare direttamente dei prodotti o lasciare una donazione in denaro in queste farmacie:

- Farmacia Santa Silvia, corso Sebastopoli 298 (TO)
- Farmacia Santi Cosma e Damiano, piazza Omero 16 (TO)
- Farmacia Santa Maria, Via Moncalieri 122 (Gerbido-Grugliasco)

Scopri tutte le iniziative del  
**'marzo delle Donne' in Cascina Roccafranca**  
[www.cascinaroccafranca.it](http://www.cascinaroccafranca.it)

A cura di: A.S.D.C. Sportidea Caleidos,  
Coop. Esserci, Fondazione Cascina Roccafranca,  
A.N.P.L. sez. Leo Lanfranco, Progetto al femminile,  
Parrocchia Gesù Redentore, Vivere Mirafiori ETS,  
ass. Di Famiglia, Comitato Genitori Ezio Bosso,  
Ist. Majorana Torino e IC Ezio Bosso.



con il sostegno di

a cura di



Fondazione



SPORTIDEA



COOP. ESSERCI



A.N.P.L. sez. LEO LANFRANCO



PROGETTO AL FEMMINILE



PARROCCHIA GESÙ REDENTORE



ASS. DI FAMIGLIA



COMITATO GENITORI EZIO BOSSO





Credit foto: asd Sportidea Caleidos

# asd Sportidea Caleidos "Marzo delle Donne 2025"

---

# ALLENAMENTO LIBERO



SABATO 8 MARZO  
ORE 10.30/13.30

Torino- Via Bologna 220

Info: [lafucinadelcirco@gmail.com](mailto:lafucinadelcirco@gmail.com)





presenta

# Barbie

Vintage, Mod (fine anni 60 primi anni 70)  
periodo Superstar e moderne  
esposizione e possibilità di acquisto  
con offerta libera

presso

DANCE SESSION GROUP  
Via Domodossola 19 Torino

tutto il ricavato verrà versato come libera offerta a







## Sport di Borgata ASD

Il corso di Aikido propone un'iniziativa gratuita di un mese dedicata alle donne, per esplorare insieme un approccio alla sicurezza che vada oltre la semplice "difesa personale".

### ♦ Di cosa si tratta?

Non un classico corso di autodifesa, ma un percorso per sviluppare fiducia nel proprio corpo, migliorare la percezione di sé nello spazio e acquisire strumenti utili per gestire situazioni di tensione o pericolo.

### ♦ Perché partecipare?

- ✓ Imparerai a muoverti con maggiore stabilità ed equilibrio
- ✓ Scoprirai come il respiro e la postura influenzano la tua sicurezza
- ✓ Sperimenterai tecniche di gestione della distanza e del contatto
- ✓ Lavoreremo insieme su reattività e fluidità, senza contrapposizione e rigidità

### ♦ Chi può partecipare?

L'iniziativa è aperta a tutte, senza limiti di età o esperienza. Non servono doti fisiche particolari, solo la voglia di mettersi in gioco!

 Durata: 1 mese

 Dove: Corso di Aikido - sportdiborgata

 Info & iscrizioni: [ninonokami@gmail.com](mailto:ninonokami@gmail.com)

[piscina@centropolisportivomassari.it](mailto:piscina@centropolisportivomassari.it)

 Perché un percorso e non un semplice corso di autodifesa?

Perché la sicurezza non è solo tecnica, ma presenza, percezione e consapevolezza. Insieme esploreremo un modo più armonioso ed efficace di stare nel corpo e nello spazio, senza doverci "difendere" nel senso tradizionale del termine.

Ti aspettiamo! 🌿🌸

# Semplice, Naturale, Efficiente: Un Percorso Di Forza e Consapevolezza per la Donna

Via Massari 114 - Torino

Il lunedì e il mercoledì:  
19.00 - 20.00 e 20.00 - 21.00

AFFILIATO  
  
sportpertutti  
LIBERTÀ E GIOCHI





Credit foto: asd Sport di Borgata

---

GIORNATA INTERNAZIONALE DELLA DONNA

# DONNE IN GIOCO SENZA LIMITI SENZA CONFINI

Una discussione tra donne su sport, libere scelte e impegno sociale

Moderatrice della serata:

**Federica Fossi** - Giornalista Sport Piemonte

Interverranno

**Laura Passatore** - Campionessa Italiana di Pugilato

**Michela Bressi** - Campionessa Italiana di Kick-Boxing

**Ati Mazi** - Capitana Nazionale Iran Femminile

**Anna D'Amato** - Atleta ASD Villastellone Carignano

**8 MARZO 2025 ORE 18.30**

Auditorium Scuola Media  
Piazza Primo Maggio - Villastellone

CON IL PATROCINIO DI



ASD VILLASTELLONE CARIGNANO  
COMUNE DI VILLASTELLONE



Credit foto: asd Villastellone Carignano

## asd Villastellone Carignano "Donne in gioco, senza limiti, senza confini"

Lo sport non è solo competizione, ma anche un'opportunità di crescita e cambiamento. Eppure, le donne che scelgono questa strada trovano ancora molte difficoltà: meno spazio, meno visibilità e meno opportunità rispetto agli uomini. Basti pensare che in Italia solo il 24% delle donne pratica sport in modo continuativo, contro il 32,9% degli uomini, meno del 5% della copertura mediatica è dedicata allo sport femminile e che solo il 2% degli investimenti pubblicitari è destinato alle discipline praticate dalle donne.

Per questo, in occasione della Giornata Internazionale dei Diritti della Donna, l'A.S.D. Villastellone Carignano in collaborazione con il Comune di Villastellone, organizza un incontro aperto a tutta la comunità, per parlare del rapporto tra donne e sport. L'evento, che si terrà presso l'Auditorium di Villastellone, vedrà la partecipazione della squadra femminile del club, di altre realtà sportive locali e di alcune atlete del territorio, in un confronto moderato da una giornalista sportiva. Sarà un'occasione per riflettere insieme su come lo sport possa essere un potente strumento di emancipazione, ma anche su cosa ancora ostacola il cammino delle donne in questo mondo.

Una serata per ascoltare storie, confrontarsi e, soprattutto, per iniziare a cambiare prospettiva. Perché una comunità più inclusiva nasce dal dialogo e dalla consapevolezza di tutti. Vi aspettiamo!

---

**Libera 100 passi verso il 21 marzo 2025**

# TRAPANI

# 21 MARZO 2025

XXX GIORNATA  
DELLA MEMORIA E DELL'IMPEGNO  
IN RICORDO DELLE VITTIME  
INNOCENTI DELLE MAFIE

*il vento della  
MEMORIA  
Semina  
giustizia*



# TORINO

MARTEDÌ 18 MARZO  
Piazza Bodoni - ore 18.30



Con il patrocinio di:



Iniziativa finanziata con la  
partecipazione di fondi regionali  
di cui alla L.R. 14/2007 per la  
**Giornata della memoria delle  
vittime della mafia**



Credit foto: Libera Piemonte

**XXX edizione della Giornata della Memoria e dell'impegno delle vittime delle mafie**

“*Il vento della memoria semina giustizia*” è il titolo della **XXX edizione della Giornata della memoria e dell’impegno in ricordo delle vittime innocenti delle mafie** che, quest’anno, verrà celebrata a Trapani

Anche a Torino, in vista della manifestazione nazionale, il **18 marzo alle ore 18:30**, insieme a Libera Contro le Mafie ricorderemo le vittime innocenti, scandendo i loro nomi in Piazza Bodoni, di fronte al Conservatorio Statale di Musica "Giuseppe Verdi" di Torino. Più di 1000 persone assassinate a cui va la nostra memoria e il nostro impegno

La **Giornata Nazionale della Memoria e dell’Impegno in ricordo delle vittime innocenti delle mafie** giunge alla sua trentesima edizione: un periodo lungo che ha reso protagonista una vasta rete di associazioni, scuole, realtà sociali, enti locali, in un percorso di continuo cambiamento dei nostri territori, nel segno del noi, nel segno di Libera.

Quest’anno ricorderemo i nomi di tutte le vittime innocenti di tutte le mafie a **Trapani**, un territorio carico di storia e cultura, ma anche di sfide significative.

Questi luoghi, spesso segnati dalla presenza di forze criminali, sono al contempo fucine di speranza e resistenza. C’è chi dice che la mafia sia nata nel Trapanese o, comunque, qui ha radici profonde. Se da sempre **Cosa Nostra** ha saputo sintetizzare passato e futuro, tradizione e modernità, violenza ancestrale e bestiale, imprenditoria, a Trapani e nella sua provincia questo accade da decenni, praticamente da sempre. Perché qui Cosa Nostra ha costruito le sue vocazioni, da qui è partita per esportare il suo modello oltre oceano.

Sempre a Trapani è riuscita a fondersi con la società civile, con la politica e l’imprenditoria, una mafia che ha sparato quando è stata l’ora di sparare ma che nel tempo ha acquisito caratteri di moderazione

Come sempre, nell’avvicinarci a questa data importante, stiamo organizzando i “**Cento passi verso il 21 Marzo**”: attività, eventi e formazioni nella nostra regione volti ad incontrare i cittadini piemontesi e approfondire il senso di questa giornata.

info → [liberapiemonte.it](http://liberapiemonte.it)

---

**Forum del Terzo Settore in Piemonte ETS**



Credit foto: Forum del Terzo Settore in Piemonte ETS

## Un premio letterario in memoria di don Meco Ricca

Premio letterario “Meco”: raccontare la detenzione per riscoprire la rinascita

A un anno dalla scomparsa di don Domenico Ricca, storico cappellano dell'Istituto Ferrante Aporti di Torino, il Forum del Terzo Settore in Piemonte, i Salesiani del Piemonte e della Valle d'Aosta e il settimanale La Voce e Il Tempo hanno istituito il premio letterario “Meco” in sua memoria.

La prima edizione ha scelto il tema “Dietro le sbarre”, invitando a raccontare esperienze reali o immaginate legate alla detenzione, mettendo in luce difficoltà e opportunità di riscatto. Gli elaborati – saggio breve, poesia o racconto – possono essere inviati entro il 31 marzo, con iscrizione tramite il sito del Forum del Terzo Settore in Piemonte.

La giuria, presieduta dalla giornalista Marina Lomunno, include nomi illustri come Margherita Oggero, Younis Tawfik, il giudice minorile Ennio Tomaselli e la garante dei detenuti di Torino Monica Cristina Gallo. La premiazione si terrà a maggio al Salone del Libro di Torino, dove verrà presentata anche una raccolta con i migliori elaborati, il cui ricavato andrà alla comunità Harambée di Casale Monferrato per il sostegno ai minori fragili. Il premio gode del patrocinio del Consiglio regionale del Piemonte, della Città di Torino e della Garante regionale per i detenuti.

### Scadenza del bando: 31 Marzo 2025

Per info sul regolamento e categorie di concorso [scaricare il BANDO QUI](#).

Con il sostegno di: Forum Terzo Settore in Piemonte ETS, Salesiani Don Bosco Piemonte e VdA, Cooperativa Animazione Valdocco Onlus, Salesiani per il Sociale APS, Confcooperative, Associazione Giovanile Salesiana per il Territorio, ACLI Piemonte APS, AICS Piemonte APS, Legacoopsociali, UISP Piemonte APS, FISH Piemonte, Anffas Piemonte APS.

## Gli sportelli di consulenze per le ASD

### Ufficio consulenze Bra-Cuneo

Orari sportello fisico:

- Mercoledì dalle 9:00 alle 12:00
- Venerdì dalle 9:00 alle 12:00

### Ufficio consulenze Torino

Orari sportello fisico:

- Mercoledì dalle 9:00 alle 12:00
- Venerdì dalle 9:00 alle 12:00

Sempre contattabile via mail all'indirizzo [consulenze.piemonte@uisp.it](mailto:consulenze.piemonte@uisp.it)  
(Risposte entro la stessa giornata della richiesta)

## Formazione



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

**...oppure contattaci telefonicamente allo 011.4363484**  
**dal martedì al venerdì, dalle 10 alle 13**

---

## **LA PRIMA BANCA DATI TECNICI/ISTRUTTORI-TRICI QUALIFICAT\***



**Stiamo creando la Prima banca Tecnici/Istruttori qualificati!**

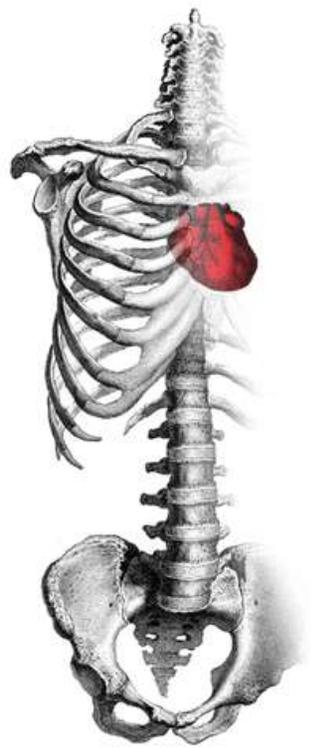
Sei un/una Tecnico\*/Istruttore/Istruttrice?

Compila il form inserendo i dati richiesti.

Il tuo CV di esperienze, sarà messo a disposizione delle Associazioni affiliate UISP che ne faranno richiesta agli indirizzi [piemonte@uisp.it](mailto:piemonte@uisp.it) oppure [formazione.piemonte@uisp.it](mailto:formazione.piemonte@uisp.it)

**Banca dati Tecnici UISP - clicca QUI per iscriverti!**

---



[Calendario corsi BLSD - clicca QUI per iscriverti!](#)

---

**SdA Atletica Leggera**



Credit foto: Giannone Running

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

## Gli appuntamenti

### STRADA

- **Domenica 16 marzo**

Cuceglio (To) - **Scalata al Santuario**, organizza *asd Polisportiva Bairese*, ritrovo ore 8, km. 10. Info → 366.3431990

- **Domenica 30 marzo**

Chivasso (To) - **La tre anelli**, organizza *Pro Mosche aps*, ritrovo ore 8,30, km. 10. Info → 340.5544021

Torino (To) - **La corsa di primavera**, organizza *asd Giannone Running*, ritrovo ore 8, km. 9,5. Info → [www.greentourlife.it](http://www.greentourlife.it)

## TRAIL

- **Mercoledì 12 marzo**

Paesana (Cn) - **Running Sunset Snow Pian Munè**, organizza *asd Atletica Cavour*, ritrovo ore 18, km 8. Info → 328.6925406

- **Domenica 30 marzo**

Pinerolo (To) - **Trail del Chisone**, organizza *asd Baudenasca*, ritrovo ore 8, km. 16.

---

## Gli appuntamenti del "Cammino"



Credit foto: asd Nordic Walking Volpiano

### **asd Nordic Walking Volpiano - La donna partigiana**

Il nostro 8 marzo, dedicato alla celebrazione della Donna Partigiana, rende omaggio alla straordinaria figura della maestra Cristina Carola Rolando. Per onorare la sua memoria, percorreremo insieme il sentiero a lei intitolato, inaugurato nel 2023. Cristina Carola Rolando, conosciuta come la “maestra Cristina”, fu un’educatrice e partigiana coraggiosa. Nata nel 1908 a Forno di Coazze, insegnò nelle borgate montane del Piemonte. Durante la Seconda Guerra Mondiale, partecipò alla Resistenza come staffetta per la Divisione Val Chisone, offrendo rifugio ai partigiani. Tradita e arrestata, fu condannata a morte, ma la pena fu commutata in 28 anni di carcere. Sopravvisse a mesi di torture e privazioni senza mai tradire i suoi ideali. Liberata dai partigiani il 25 aprile 1945, tornò a Forno di Coazze per

riprendersi e poi riprese l'insegnamento con dedizione fino alla vecchiaia. Fu un esempio di forza e determinazione, trasmettendo ai suoi alunni non solo il sapere, ma anche i valori della resistenza e della dignità. Morì nel 1984, quasi dimenticata, in una casa di riposo. Solo negli ultimi anni la sua memoria è stata riscoperta e onorata con diverse intitolazioni, tra cui il sentiero a Coazze nel 2023 e una piazzetta a Bourcet nel 2010. La sua figura rappresenta il sacrificio silenzioso di molte donne che hanno combattuto per la libertà senza mai cercare riconoscimenti.

Le attività

- Allenamenti Parco Pellerina: si svolgono il martedì sera
- Allenamenti Vauda di Volpiano: si svolgono il mercoledì pomeriggio
- Allenamenti Itineranti: durata di mezza giornata (mattina, pomeriggio o sera)
- Escursioni Weekend: durata intera giornata il sabato o la domenica
- Escursioni Midweek: durata intera giornata infrasettimanale

info → [nordicwalkingvolpiano.com](http://nordicwalkingvolpiano.com)



Credit foto: asd Le Ciaspole Pinerolo

**asd Le Ciaspole**

- Dal 6 al 12 marzo - *Trek sul sentiero Liguria*
- Domenica 9 marzo - *Cresta Savaresh Val Varaia*

- Domenica 16 marzo - *testa di Cervetto e monte Riba Valle Po*
- Sabato 22 e domenica 23 marzo - *weekend neve e benessere Pre Saint Didier*

info → [www.leciaspole.it/index.htm](http://www.leciaspole.it/index.htm)

---



**Domenica 9 marzo 2025**

**“Un tuffo nel passato, alla scoperta delle Case Grotta di Mombarone”**

**Info e Prenotazione al 350 1235116 o sui gruppi WhatsApp entro le 18.00 di sabato 8 marzo**

<b>Grado di difficoltà</b>	 <b>MEDIA</b>	Escursione di lunghezza media e dislivello facile. Percorso ondulato, il dislivello si sviluppa attraverso una serie di salite e discese. Quota max raggiunta 290 m slm.
<b>Lunghezza</b>	<b>9,6 Km</b>	
<b>Dislivello positivo</b>	<b>280 m</b>	
<b>Tempo di marcia</b>	<b>3 ore</b> , soste escluse	
<b>Descrizione</b>	<p>L'escursione avrà inizio nei pressi del santuario della <b>Madonna dell'Olmotto</b>, nel comune di <b>Cossombrato</b> in provincia di Asti. Cammineremo sui sentieri tra le colline del Monferrato astigiano fino a raggiungere e visitare le Case Grotta di Mombarone. Le <b>Case Grotta di Mombarone</b> sono antiche abitazioni rurali scavate nella roccia arenaria nel fianco della collina, testimonianza di vita contadina molto dura e faticosa. Queste dimore, "<b>crotin</b>" (piccole cantine), offrivano un isolamento termico naturale, mantenendo freschezza in estate e calore in inverno. Sono state abitate continuamente nei secoli sino all'inizio del novecento e riscoperte nel 2001. Oggi rappresentano un'importante attrazione storica e naturalistica, immersa in un paesaggio collinare suggestivo.</p> <p><u>Al termine dell'escursione</u>, per chi vorrà, a due minuti di auto è previsto il <b>pranzo</b> presso le <b>Cantine Merlone</b>, con il seguente menù:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Flan di verdura con fonduta</i></li> <li>- <i>Tagliatelle all'uovo fresche al sugo</i></li> <li>- <i>Guanciotti con patate o insalata</i></li> <li>- <i>Dolce</i></li> <li>- <i>Acqua, Vino e Caffè</i>      <b>Costo pranzo 20€</b>,</li> </ul> <p><b>Prenotazione pranzo entro le ore 18 di giovedì 6 marzo</b> al 350 1235116 o su gruppi WhatsApp</p> <p><b>Dopo il pranzo</b> faremo una <b>visita guidata alle Cantine Merlone</b>, alla scoperta di come si produce il vino, ai vini di loro produzione, alla cantina di invecchiamento del 1800, l'antica ghiacciaia .....</p>	
<b>Ora e luogo ritrovo</b>	<p><b>Alle 8:30 x colazione alle Cantine Merlone / Il Pozzo Fiorito</b> via Umberto I, 11 - Cossombrato (AT) (<a href="https://maps.app.goo.gl/iKruzKmBM9Ao6grP7">https://maps.app.goo.gl/iKruzKmBM9Ao6grP7</a>)</p> <p><b>Alle 9:00 x partenza escursione</b> nei pressi del <b>santuario della M. dell'Olmotto</b> - Cossombrato (AT) (Incrocio tra: via delle scuole, via capra e via Madonna <a href="https://maps.app.goo.gl/PUT8EK9CbDbh5Mqf8">https://maps.app.goo.gl/PUT8EK9CbDbh5Mqf8</a>)</p>	
<b>Ora di partenza</b>	<b>9:15</b>	
<b>Ora e luogo conclusione</b>	<b>12:45</b> circa nel luogo di partenza	
<b>Responsabili camminata</b>	Guida Escursionistica Ambientale Paolo Vitagliani e Istruttore Piero Trincherò	
<b>Costo</b>	<b>7€</b>	
<b>Equipaggiamento</b>	Abbigliamento escursionistico consono alla stagione, calzature con suola antisdrucciolo.	
<b>Altre info</b>	I responsabili della camminata si riservano il diritto di annullarla in qualsiasi momento a fronte di condizioni meteo avverse. La partecipazione è riservata ai soci dell'ASD NW Andrate in regola con il pagamento delle quote sociali.	



## asd Nordic Walking Andrate - Un tuffo nel passato, alla scoperta delle Case Grotta di Mombarone

- sabato 8 marzo - *Corso di gruppo di Nordic Walking (solo su prenotazione)*
- domenica 9 marzo - *Escursione alle casegrotta di Mombarone (AT)*
- mercoledì 12 marzo - *Gruppo di cammino*
- giovedì 13 marzo - *Corso di gruppo di Nordic Walking (solo su prenotazione)*
- giovedì 13 marzo - *Gruppo di cammino*
- mercoledì 19 marzo - *Gruppo di cammino*
- giovedì 20 marzo - *Corso di gruppo di Nordic Walking (solo su prenotazione)*
- giovedì 20 marzo - *Gruppo di cammino*

info → [scuolanordicwalking@viviandrate.it](mailto:scuolanordicwalking@viviandrate.it)

---

**SdA Ciclismo**



# TURIN HILLS

bikepacking route



22-23 Marzo 2025

## L'evento bikepacking sulle colline di Torino

traccia HARD: 190 KM 3900 D+

traccia SOFT: 140 KM 2300 D+

PARTENZA/ARRIVO: Motovelodromo Fausto Coppi

BASE CAMP SABATO 22/03: Cocconato d'Asti

seguici su: [@ turin\\_hills](https://www.instagram.com/turin_hills)





Credit foto: Turin Hills

## Turin Hills

Le sue colline, tutto ciò che dalla città non vediamo ma che scoprire e percorrere é quanto di piú familiare e vicino non ci si immagini.

Ciò che non ti aspetti di trovare, perché in fondo Torino é la città industriale ai piedi delle Alpi, lo scopriremo assieme il **22/23 marzo 2025** in una due giorni in bikepacking che vi lascerà a bocca aperta!

Partenza e arrivo dal motovelodromo Fausto Coppi e due distanze:

- hard 190 km e metri 3900 dislivello positivo
- soft 140 km e metri 2300 dislivello positivo

info → [turinhills@gmail.com](mailto:turinhills@gmail.com)

---

## ASD GIRASOLE SPORTIVO



Credit foto: asd Girasole Sportivo

### **asd Girasole Sportivo e la presentazione nuovo corso base guida MTB/GRAVEL/E-BIKE**

Si terrà sabato 15 marzo l'open day di presentazione del nuovo corso di conduzione di bici MTB, gravel ed e-bike per adulti e ragazzi dai 13 anni in su previsto dall'A.S.D. Girasole Sportivo! Il ritrovo è fissato presso il Parco Ruffini (Ingresso Stadio Primo Nebiolo) alle ore 9,00: sarà l'occasione per conoscere gli istruttori e mettere in pratica alcuni primi insegnamenti!

- Perché questo corso?

Perché effettuare un'escursione in bicicletta deve essere sì un momento di puro divertimento, ma essendo consapevoli delle proprie abilità e possibilità: solo così il risultato dell'uscita può essere positivo!

- Cosa imparerai in questo corso?

L'obiettivo del corso di guida è quello di offrire basi solide e sicure dal punto di vista sia teorico sia pratico: una progressione graduale nell'apprendimento delle conoscenze sul mezzo a due ruote e sulla sua guida in differenti situazioni tecniche. Sono ammesse esclusivamente biciclette mountain-bike, gravel e e-bike.

Programma del corso:

6 lezioni totali (n. 3 ore ciascuna), di cui n. 4 teoria + pratica e n. 2 escursioni.

- *Teoria:*

La bicicletta: tipologie, componenti, attrezzatura;

Sicurezza: Codice della strada, controllo della bici, gestione del rischio;

Meccanica di base: manutenzione, riparazioni semplici;

Primo Soccorso: nozioni di base.

- *Pratica:*

Posizionamento corretto in sella: equilibrio e pedalata efficace;

Tecnica: frenata, curve, superamento ostacoli;

Escursioni: difficoltà graduale e applicazione delle tecniche.

Informazioni generali:

Casco obbligatorio;

Abbigliamento comodo e adatto alle condizioni meteo del giorno;

Accessori: guanti, occhiali, borraccia, kit di riparazione del mezzo.

- Costo:

Quota associativa (durata fino al 31/12/2025): 30,00 €;

Quota corso: 70,00 € (sconto del 10% per i familiari).

- Date/Orario/Luogo di svolgimento:

29 marzo dalle ore 9 alle ore 12 c/o Parco Ruffini;

05 aprile dalle ore 9 alle ore 12 c/o Parco Ruffini;

12 aprile dalle ore 9 alle ore 12 c/o Parco Ruffini;

10 maggio dalle ore 9 alle ore 12 c/o Parco Ruffini;

24 maggio dalle ore 9 alle ore 12 c/o Parco Pellerina;

07 giugno dalle ore 9 alle ore 12 c/o Parco Pellerina.

Per maggiori informazioni e prenotazioni contattate il numero 347-146.99.46, oppure inviate un'e-mail ad [info@girasolesportivo.it](mailto:info@girasolesportivo.it)!

---



Credit foto: sda Discipline orientali UISP Piemonte APS

## Stage interregionale Piemonte/Lombardia per III e IV Dan 2025 - Judo

Le discipline orientali UISP propongono lo stage interregionale dedicato alle cinture nere III e IV Dan 2025, un'importante occasione di approfondimento tecnico e perfezionamento delle abilità, per tutt\* le e i praticanti di alto livello.

L'evento si terrà domenica 9 marzo 2025 presso la Palestra asd Judo Club Novi, situata in via Aurelio Ferrando 24, Novi Ligure (AL).

Il programma della giornata:

- Ore 8.45 – Accredito e registrazione dei partecipanti.
- Ore 9.00 – 11.30 Tatami A: Nage Waza – Spiegazione ed esecuzione delle tecniche previste per il grado di III Dan.
- Tatami B: Nage Waza – Spiegazione ed esecuzione delle tecniche richieste per il IV Dan.
- Ore 11.30 – 13.00 – Tatami Unico: Katame Waza.

Approfondimento del programma per III e IV Dan con spiegazione ed esecuzione di alcune tecniche di Katame Waza in Tachi Waza, in linea con il nuovo programma d'esame per IV Dan. Lo stage sarà tenuto dal Maestro Renato Venturini e dai componenti JAF settore Judo – Discipline Orientali UISP Piemonte APS, che metteranno a disposizione la loro esperienza e competenza per offrire un'opportunità di crescita tecnica e professionale. L'evento è aperto a tutte le cinture nere che desiderano migliorare e approfondire la loro conoscenza delle tecniche di Nage Waza e Katame Waza. È un'occasione unica per affinare le proprie abilità sotto la guida di esperti e confrontarsi con altri praticanti di alto livello.

## SdA Montagna



Credit foto: sda Montagna UISP Piemonte APS

### **Corsi di formazione per appassionati di outdoor**

La primavera si apre con due imperdibili opportunità di formazione per gli amanti della montagna, promosse da Montagna UISP Piemonte.

- **Corso base di vie ferrate**  
Dedicato ai principianti, il corso offrirà le basi per affrontare in sicurezza le vie ferrate. Le lezioni si terranno nelle seguenti date:  
4 maggio, 11 maggio, 25 maggio, 8 giugno
- **Corso di formazione con il rilascio di Qualifica UISP per Operatori di Escursionismo**

Rivolto a chi desidera acquisire competenze tecniche e ottenere l'iscrizione all'Albo CONI, questo percorso sarà completamente in presenza e avrà sede presso il Comitato Territoriale UISP Ivrea e canavese

Calendario:

12 aprile – Presentazione corso

19 aprile – Lezione teorica

10 maggio – Uscita sul territorio

24 maggio – Lezione teorica

31 maggio – Lezione teorica + escursione

info → [montagna.piemonte@uisp.it](mailto:montagna.piemonte@uisp.it)

---

## SdA Nuoto



Credit foto: sda Nuoto UISP Piemonte APS

**Pallanuoto Giornata Campionato U12**

Domenica 23 marzo 2025 Campionato categoria U12 e 16esima giornata U14 presso la piscina "Hydro Sport" a Piasco (CN)

info → [nuoto.piemonte@uisp.it](mailto:nuoto.piemonte@uisp.it)  
programmi su → [aquatime.it/uisppiemonte.php](http://aquatime.it/uisppiemonte.php)

## SdA Pallacanestro



**AMICHEVOLE**

**SABATO 8 MARZO**  
**PALA MONCRIVELLO VIA MOCRIVELLO 8**  
**A TORINO ORE 15.00**

**HB UICEP TORINO**

**BRIANTEA 84**

**VS.**

**HB UICEP TORINO**

**IFT**  
ISTITUTO FISIOTERAPICO  
TORINO DAL 1998

**iren**

**UISP**  
sportper tutti  
Pallacanestro  
Olimpismo in movimento

**SP+RT**

**inalpi**

## Nuova amichevole per la Pallacanestro in carrozzina

Sabato 8 Marzo il team UISP vi aspetta per assistere all'amichevole con la Briantea84...Non Mancate!

### SdA Pallapugno Leggera var. Hitball



**TORNEO  
FEMMINILE**

*Iscrizioni  
aperte!*



Regionale Piemonte | S.d.A. Giochi  
Pallapugno leggera variante Hit Ball

**Torneo Femminile!**

Il Torneo Femminile è riservato a giocatrici di qualsiasi età anche già iscritte al Campionato Eccellenza o altra categoria.

I tornei potranno disputarsi nel periodo compreso tra 15 marzo - 12 Giugno.

info → [Scarica qui il comunicato!](#)

## i Comitati Territoriali

### BRA CUNEO

PER IL VOLONTARIATO, LO SPORT, LA SCUOLA

38ª SuperstraBRA 7,90 KM

RICORDANDO ANTONIO PANERO

DOMENICA 6 APRILE 2025  
DALLE ORE 8.00 - P.ZZA CADUTI PER LA LIBERTÀ  
PARTENZA ORE 10.15

IMMAGINA... LE PERSONE VIVERE IN PACE

ESTRAZIONE DI CIRCA 2.000 € IN BUONI SPESA

€ 4,00

UISP sportpertutti 0172431507

Città di Bra

RADIO ALBA 103.40-104.60 #etisentiacasa

BANCA DI CHERASCO CREDITO COOPERATIVO ITALIANO

MERCATO

Credit foto: Comitato Territoriale UISP Bra Cuneo APS

### SuperstraBra!

Un'altra bella sfida quella di portare in piazza e poi per le vie di Bra e poi sui nostri bellissimi colli più di 5.000 persone in una fantastica passeggiata...e tutto il ricavato andrà alle associazioni e alle scuole che venderanno i biglietti. Tutti possono partecipare!

Per qualunque informazione: Uisp 0172431507

### IVREA

1975  
2025



# 7° TROFEO MEMORIAL ANDREA SUSSETTO GARA DI KARATE KATA E KUMITE DOMENICA 30 MARZO

Credit foto: asd Budokan Karate Caluso

7° Trofeo "Andrea Sussetto"

In occasione del 50° anniversario del Budokan Karate Caluso, siamo felici di invitarvi alla nostra gara di karate, che si terrà il 30 marzo 2025 presso la palestra di Arè di Caluso (via Duca degli Abruzzi, SS 26).

L'evento vedrà competizioni nelle specialità di kata e kumite per tutti.

Un evento speciale per celebrare insieme la nostra lunga tradizione di arti marziali e passione, con atleti di tutte le età e livelli!

Non mancate a questa grande occasione di competizione, condivisione e crescita per tutti gli appassionati di karate.

Confermate la vostra partecipazione entro martedì 25 marzo 2025!

info → [budokankaratecaluso@gmail.com](mailto:budokankaratecaluso@gmail.com)

---

**PINEROLO**

Località turistica • Valle Po • Paesana

PIAN  
MUNÉ



UISP  
sportper tutti

TERRES  
MONVISO

SLALOM  
SPORT SALUZZO

Wwedo sport

# RUNNING SUNSET SNOW

6ª EDIZIONE

## GARA DI CORSA

SULLA NEVE

DISTANZA 8 KM / DISLIVELLO 400M

LAMPADA FRONTALE  
OBBLIGATORIA



BASTONCINI E RAMPONI  
AMMESSI

**MERCOLEDÌ 12 MARZO 2025**

Lungo un tracciato battuto dal gatto delle nevi, attraverso pinete innevate e antiche borgate

**PARTENZA ORE 19:30 PREMIAZIONE 21:30**

### ISCRIZIONE

**17 euro\*** da effettuare on line sul  
sito [www.wedosport.net](http://www.wedosport.net)  
\*prezzo valido fino al 9 marzo  
**25 euro** sul posto la sera

### CENA DELL'ATLETA

Al Rifugio - **10 euro**  
Prenotazioni via messaggio  
Whatsapp **+39 328 692 5406**

### PREMI

Ai Primi **10 uomini**  
Prime **5 donne**  
Primi **3 over 50** uomini e donne

### PACCO GARA

Ai Primi  
**100 iscritti**



**DALLE 17:00 ALLE 19:00**

**TEST SCARPE RUNNING A CURA DI SLALOM SALUZZO**



## Sunset Snow a Pian Munè

Il 12 marzo 2025 si terrà a Pian Munè, località turistica della Valle Po, la sesta edizione della gara di corsa sulla neve Sunset Snow.

La competizione, aperta a tutti i tesserati UISP, si svolgerà su un percorso di 8 km con un dislivello di 400 metri.

Dettagli della gara:

- Data: 12 marzo 2025
- Luogo: Pian Munè, Valle Po
- Distanza: 8 km
- Dislivello: 400 metri
- Partenza: ore 19:30
- Premiazione: ore 21:30

Percorso

Il suggestivo percorso, battuto dal gatto delle nevi, attraverserà pinete innevate e antiche borgate.

Equipaggiamento obbligatorio:

- Lampada frontale
- Equipaggiamento consigliato
- Bastoncini
- Ramponi

Saranno premiati i primi 10 uomini e le prime 5 donne, nonché i primi 3 over 50 uomini e donne.

Servizi inclusi nell'iscrizione:

- Pacco gara
- Cena dell'atleta per tutti i partecipanti

Informazioni aggiuntive

Per ulteriori informazioni e iscrizioni, visitare il sito [www.wedosport.it](http://www.wedosport.it) oppure contattare il numero 328 6925406.

---

## Trofeo delle Valli

# SKF

06/04

**4° Trail del Manfre**

Bricherasio - 11,5 km 510 D+

13/04

**4° Trail Monte San Giorgio**

Piovasasco - 14,7 km 900 D+

27/04

**Trail del Faro di Prarostino**

Prarostino - 12 km 600 D+

18/05

**Mombrac Trail**

Montebracco (Barge) - 12,8km 730D+

25/05

**Corsa d'Castlus**

Torre Pellice - 12 km 900 D+

08/06

**Marcia Alpina Mount Servin**

Colle Vaccera Angrogna

12 km 1000 D+

15/06

**Laz@run**

Pramollo - 12 km 700 D+

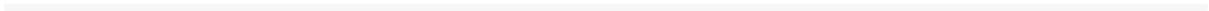


## 6° Trofeo delle Valli

**UISP**  
sportpertutti  
Comitato di Pinerolo



**I TEAM  
ASD ATLETICA VALPELLICE,  
GASM TORRE PELLICE,  
SPORTIVA MENTE,  
PODISTICA VALLE INFERNOTTO  
SPORT CLUB ANGROGNA E  
PIOVASASCO TRAIL RUNNERS :  
INDICONO UN CRITERIUM  
COMPOSTO DALLE 7 PROVE  
DI CORSA IN MONTAGNA  
DENOMINATO  
"TROFEO DELLE VALLI".**



## REGOLAMENTO TROFEO DELLE VALLI 2025

Con l'iscrizione alle singole prove del Trofeo delle Valli l'atleta autorizza il Comitato Organizzatore all'utilizzo ed eventuale pubblicazione, sulla pagina Facebook dedicata, delle proprie immagini.

Saranno assegnati singoli punteggi in base all'ordine di arrivo assoluto di ciascuna delle 7 prove. I punteggi verranno assegnati come segue: 300 punti al primo assoluto, 299 al secondo assoluto ed a scalare i successivi piazzamenti in ogni singola gara. I punteggi verranno poi sommati per stabilire la classifica finale.

Per entrare nella classifica del Trofeo delle Valli si dovrà partecipare ad almeno 6 prove su 7.

Vincerà il Trofeo chi, al termine delle 7 prove, avrà totalizzato il maggior numero di punti. In caso di parità prevarrà il concorrente che in una delle 7 prove ha ottenuto il miglior piazzamento nella classifica assoluta. In caso di ulteriore ex aequo si terrà conto della posizione nell'ultima gara.

Per le classifiche di categoria verranno sommati i punti come da classifica assoluta di ogni gara.

Il servizio cronometraggio è a discrezione delle singole organizzazioni.

La classifica del Trofeo verrà gestita dagli organizzatori.

La classifica sarà stilata dopo la 2° prova e successivamente aggiornata e pubblicata sulla pagina facebook "Trofeo delle Valli".

Verranno premiati:

I primi tre assoluti della categoria maschile e femminile.

I primi tre delle seguenti categorie:



Chi viene premiato nella classifica assoluta non sarà premiato in quella per categoria.

A tutti gli atleti in classifica finale premio finisher.

Eventuali reclami dovranno pervenire in forma scritta entro mezz'ora dall'esposizione delle classifiche di ogni singola prova.

I punteggi e classifiche del Trofeo saranno assegnati in base alle classifiche assolute ufficiali delle singole prove.

Eventuali errori o anomalie potranno essere comunicate entro 5 giorni dalla partenza della gara successiva.

Gli organizzatori pur avendo cura della buona riuscita del Trofeo delle Valli, declinano ogni responsabilità per danni a cose o persone prima, durante e dopo le competizioni.

**Le premiazioni avverranno il 20 giugno presso il Laghetto Nais di Bobbio Pellice alle ore 20.00**



## 6<sup>a</sup> Edizione del Trofeo delle Valli: un evento imperdibile per gli amanti della corsa in montagna!

Il Trofeo delle Valli, giunto alla sua 6<sup>a</sup> edizione, è un criterium di 7 prove organizzato con passione e competenza da diverse associazioni sportive del territorio:

- Atletica Valpellice
- Gruppo Amici Santa Margherita di Torre Pellice
- Sportivamente di Prarostino
- Podistica Valle Infernotto di Barge
- Sport Club Angrogna di Angrogna
- Piosasco Trail Runners di Piosasco

Sotto la regia del Comitato Territoriale UISP di Pinerolo, ma con un'organizzazione ormai autonoma e indipendente, il Trofeo delle Valli si presenta come una serie di eventi unici, capaci di valorizzare il territorio e di richiamare atleti da ogni dove.

Il calendario delle gare:

- 6 aprile: Bricherasio, frazione San Michele - Trail del Manfre
- 13 aprile: Piosasco - 4° Trail del Monte San Giorgio
- 27 aprile: Prarostino - Trail del Faro
- 18 maggio: Barge, località Monte Bracco - MombracTrail
- 25 maggio: Torre Pellice - Corsa del Castlùs
- 8 giugno: Angrogna - Marcia Alpina del Monte Servin
- 15 giugno: Pramollo - Laz@run

Un'occasione unica per scoprire il territorio e le sue bellezze naturali, mettendo alla prova le proprie capacità atletiche!

---

**TORINO**

**SAVE THE DATE**

*aspettando*

**vivicittà**

**6 APRILE 2025**

**Partenza ore 9.30  
Fermata Metro Bengasi**

 **UISP**  
sportpertutti  
Comitato di Torino

**Vivicittà 2025...stay tuned!**

Credit foto: UISP Torino APS

# Progetto “Movement Pills”

**Goditi 2 mesi di attività sportive GRATUITE!**

Ritira la scatoletta di Movement Pills presso le seguenti  
Farmacie Comunali di Torino:

- **Comunale 7**, c.so Trapani 150
- **Comunale 13**, via Negarville 8/10
- **Comunale 23**, via Guido Reni 155/157
- **Comunale 35**, via Cimabue 6
- **Comunale 46**, p.za Bozzolo 11



**MUOVITI PER LA TUA  
SALUTE E IL TUO  
BENESSERE**

Promosso da  
 **UISP**  
sportpertutti  
Comitato di Torino

In collaborazione con  
 **FARMACIE  
COMUNALI  
TORINO**  
*La più vicina a te.*

## Movement Pills

L'iniziativa "Movement Pills" serve a promuovere l'attività fisica e contrastare la sedentarietà. Grazie alla collaborazione con le Farmacie Comunali e Federfarma, sono state distribuite in 96 farmacie di Torino e provincia le "Pillole del Movimento". Queste speciali confezioni, simili a quelle dei medicinali, contengono un bugiardino che elenca le attività sportive gratuite disponibili dal 1° marzo al 30 aprile 2025. Le attività offerte spaziano dal calcio al basket, dall'atletica al ciclismo, includendo anche nuoto, danza, ginnastica dolce e discipline orientali. Per partecipare, è sufficiente contattare le associazioni sportive indicate nel bugiardino, dove è presente anche un QR code per ulteriori dettagli. L'iniziativa è rivolta a tutti i maggiorenni muniti di certificato medico, purché non siano già iscritti, da settembre 2024, nelle palestre o piscine in cui intendono utilizzare il coupon. Per scoprire le farmacie aderenti all'iniziativa e ritirare la tua "Pillola del Movimento", visita la mappa aggiornata sul sito di UISP Torino.

Scopri di più → [www.uisp.it/torino](http://www.uisp.it/torino)

---

# UISP

via Cumiana 15

avviamento allo  
sport

giochi di movimenti  
multidisciplinari

scarica IBRIDI.app,  
prenota e partecipa  
tutto gratis!

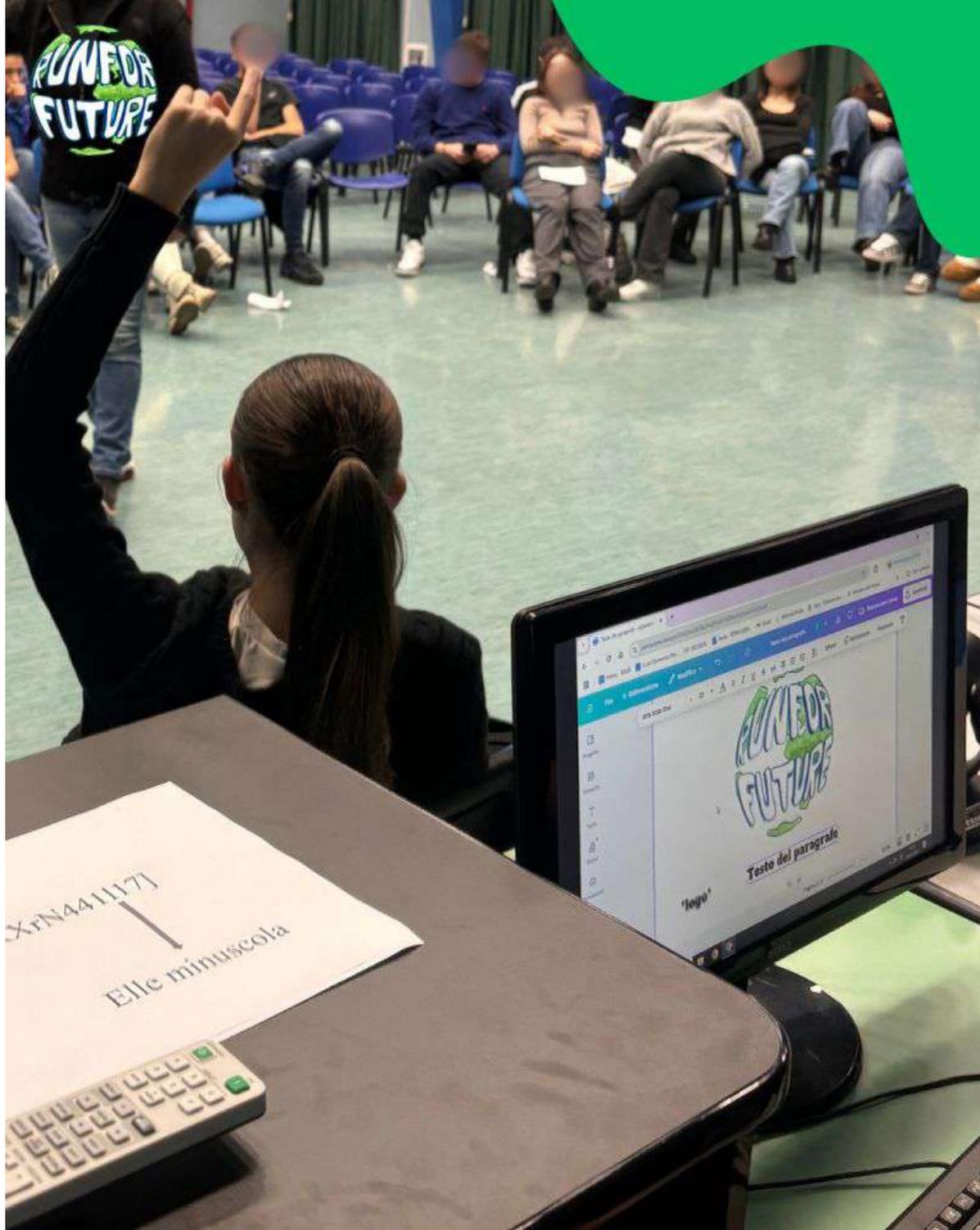
ogni  
sabato  
ore 10





Credit foto: UISP Torino APS

**Ibridi - Laboratori di avviamento allo sport e giochi multidisciplinari**



Credit foto: UISP Torino APS

**Nuovo appuntamento con la Run For Future**

Prosegue il lavoro dei ragazzi e delle ragazze del PCTO del Liceo Berti, impegnati attivamente nel progetto "Run For Future". Durante l'appuntamento di giovedì 27, i partecipanti hanno lavorato alla realizzazione della grafica della locandina dell'evento, un elemento fondamentale per la promozione dell'iniziativa, che verrà presto condivisa su tutti i canali uisp torino. Il progetto "Run For Future" sarà integrato all'interno del più ampio programma "SIC! Sport, Integrazione, Coesione", Il progetto mira a costituire punti di riferimento per la promozione di uno sport inclusivo e accessibile, offrendo sostegno a chiunque abbia subito discriminazioni nel contesto sportivo.

---



Credit foto: asd Girasole Sportivo

## Le attività dell'asd Girasole Sportivo

### Seconda escursione 2025: l'anello di Sassi e Superga!

Si terrà domenica 23 marzo la seconda uscita escursionistica del 2025 proposta dall'A.S.D. Girasole Sportivo, prevedendo un percorso ad anello fra i sentieri della collina torinese.

Il ritrovo è fissato alle ore 8,30 alla stazione della "Dentera" presso Sassi - Torino con partenza a seguire percorrendo il sentiero n. 27 denominato Antica strada delle Traverse. Una volta raggiunta la Basilica di Superga, capolavoro del Barocco, sarà possibile visitare la cripta con le tombe reali, il chiostro ed alcuni locali interni, nonché salire i 131 scalini che

portano alla balconata esterna della cupola (belvedere). Dopo la pausa pranzo (al sacco) rientro al punto di partenza percorrendo il sentiero n. 26 denominato Del Beria Grande. L'evento sarà supportato da una Guida Escursionistica Ambientale (GEA), il quale illustrerà le varietà della flora e della fauna locali e mostrerà le antiche dimore, le vecchie infrastrutture della cremagliera ed altri aspetti culturali che si intrecciano con la storia di Torino. Costo escursione Associati Girasole Sportivo: 5 euro. La quota comprende: supporto di un accompagnatore escursionistico esperto. Costo escursione non Associati: 15 euro.\*

La quota comprende: supporto di un accompagnatore escursionistico esperto.

Non compresa assicurazione RC+infortuni UISP.

Costo visita alle "tombe reali": 5 euro (gratuito per i possessori della Tessera Musei). La quota comprende la visita guidata di circa 45', con accesso al chiostro, alla sala dei Papi e alla cripta.

Costo "salita alla cupola": 3 euro (gratuito per i possessori della Tessera Musei). La quota comprende il percorso per accedere alla terrazza panoramica. Maggiori informazioni sulle condizioni meteo e del percorso verranno fornite entro il 21 marzo. In caso di annullamento l'uscita sarà rimandata a domenica 30 marzo.

Adesioni tramite e-mail a [info@girasolessportivo.it](mailto:info@girasolessportivo.it) oppure al contatto telefonico 347.1469946 entro e non oltre il 19 marzo.



**UISP Piemonte APS**

via Nizza 102 - 10126 Torino

Seguici su



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