



NEWSLETTER n°12 - 24.25

In evidenza questa settimana...



[Convegno Terzo Settore "Conflitti globali, risposte locali"](#)

[Nasce la Prima banca dati dei Tecnici/Istruttori Qualificati](#)

[Se ami la Montagna, è in partenza un nuovo corso di formazione](#)

[Vivicittà 2025 a Torino, pront* a camminare insieme?](#)

[SuperstraBra e Vivicittà 2025, a Bra](#)

[Pallavolo: il 25 aprile in campo per il 7° Torneo della Liberazione](#)

...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

SdA Atletica Leggera - Tutto il calendario del settore, potrai scegliere tra: pista, strada, trail, montagna, vertical, camminate e nordic walking e le uscite delle asd Nordic Walking Volpiano e Nordic Walking Andrate

SdA Ciclismo - A partire da sabato 22 marzo, Turin Hills, due giorni di bikepacking che vi lascerà senza fiato

SdA Danza - "Passi" il workshop per appassionat* e giovani talenti

SdA Discipline Orientali - Tutt* sul tatami per la stagione dei Campionati, inaugurata dal compleanno del Panda Judo, ormai maggiorenne e... "Che senso ha praticare Aikido oggi?" una rubrica "itinerante" a cura dei Tecnici UISP, questa settimana un contributo di *Gianclaudio Maria Vianzone*

SdA Montagna - Corsi di formazione per appassionati di outdoor

SdA Nuoto - Continuano le gare della Pallanuoto regionale e le sincronette in acqua per la IV Giornata "Coppa Piemonte"

SdA Pallacanestro - Si gioca in "casa" con la Pallacanestro in carrozzina

ALESSANDRIA - Anche quest'anno Giocagin e la 41esima edizione della corsa "Attraverso i Colli Novesi" dell'asd Atletica Novese

BIELLA - La 4a edizione del Summer Camp dell'asd Winter Brich

BRA CUNEO - Giocagin, un evento imperdibile dedicato all'arte, allo sport e alla solidarietà

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

PINEROLO - Trofeo MiniTop Pinerolo nuoto e Il Sunset Snow a Pian Munè

TORINO - Il Comitato è alla ricerca animatori e animatrici da inserire nelle attività estive, scopri come fare. Movement Pills è nelle farmacie di Torino, ritira la tua scatoletta. Proseguono le iniziative legate al Progetto "SIC! Sport, Integrazione, Coesione"

Buona Lettura!

Forum del Terzo Settore in Piemonte ETS

BIENNALE DEMOCRAZIA
Seconda Fiera Piemontese del Presidente della Repubblica

CONVEGNO

**Conflitti Globali
Risposte Locali**

28 Marzo 2025 ore 9.00-13.00
Polo '900 - Sala Conferenze Palazzo San Celso
TORINO

IL TERZO SETTORE
COME MOTORE DI CAMBIAMENTO

promosso da:

Forum Terzo Settore
PIEMONTE

nell'ambito del
progetto:

Politia
L'ACCADEMIA POLITICA DEL TERZO SETTORE

in collaborazione con:

LEGAMBIENTE
PIEMONTE
E VALLE D'AOSTA

COP

Convegno “Conflitti globali, risposte locali”

Benvenuti al **Convegno “Conflitti globali, risposte locali”!**

Un'opportunità unica di riflessione e discussione su come i conflitti globali influenzino le comunità locali e sulle possibili soluzioni a livello locale. Esperti, attivisti e professionisti condivideranno le loro esperienze e conoscenze in una giornata arricchente e coinvolgente.

IL PROGRAMMA

9:00 - 9:30 | Accoglienza e Welcome Coffee

9:30 - 9:45 | Apertura del Convegno e Saluti Istituzionali

Introduce: **Gabriele Moroni**, Portavoce del Forum Terzo Settore in Piemonte
a seguire saluti istituzionali

9:45 - 10:45 | Coltivare la Pace: Educazione e Nonviolenza nel Mondo Contemporaneo

Introduce: **Lorenzo Siviero**, Presidente del Tavolo Enti Servizio Civile e Arci Servizio Civile Piemonte.

Moderata: **Maria Teresa Martinengo**, Giornalista sociale de La Stampa.

Dialogano: **Cecilia Strada**, Europarlamentare, ex presidente di Emergency ONG; **Francesco Vignarca**, Coordinatore Campagne della Rete Italiana Pace e Disarmo.

Come può l'educazione e la promozione della nonviolenza diventare uno strumento di cambiamento a livello locale? Questa sessione si concentrerà sulle pratiche educative che favoriscono la cultura della pace, in risposta alle guerre che devastano le comunità.

10:45 - 11:00 | Pausa Caffè

11:00 - 12:00 | La cooperazione internazionale in Africa Occidentale nella sua difficile situazione geopolitica

Moderata: **Stefania Di Campli**, Presidente del Consorzio delle Ong Piemontesi ETS.

Dialogano: **Marta Mosca**, ricercatrice dell'Università di Torino; **Bertrand Honoré Mani Ndongbou**, Presidente del Coordinamento Italiano delle Diaspore per la Cooperazione Internazionale - CIDCI; **Silvia Stilli**, Presidente dell'Associazione delle Organizzazioni Italiane di Cooperazione e Solidarietà Internazionale - AOI.

In un contesto geopolitico sempre più complesso, il focus sul Mali, Niger e Burkina Faso permetterà di affrontare le difficoltà e le opportunità della cooperazione internazionale in Africa Occidentale.

12:00 - 13:00 | Cambiamenti Climatici e Migrazioni

Moderata: **Alice De Marco**, Presidente di Legambiente Piemonte e VdA.

Dialogano: **Luca Misculin**, giornalista d'inchiesta del Post; per **UNHCR** (Agenzia ONU per i Rifugiati) **Elena Atzeni**, integrazione Associate di UNHCR; per **ASGI** (Ass. per gli Studi Giuridici per l'Immigrazione) **Valeria Ferraris**, prof.ssa Associata di sociologia del diritto presso il Dipartimento di Giurisprudenza dell'Università di Torino.

Il terzo panel esplorerà l'interconnessione tra i cambiamenti climatici e i flussi migratori, una delle sfide più urgenti dei nostri tempi. In che modo le crisi ambientali e le migrazioni forzate possono essere affrontate a livello locale?

13:00 | Conclusioni e Chiusura del Convegno

NB: Ti informiamo che l'iscrizione su Eventbrite è obbligatoria per partecipare al convegno. Tuttavia, i posti sono limitati: l'iscrizione non garantisce l'ingresso, che sarà consentito ai primi arrivati fino a esaurimento dei posti disponibili.

[Riserva il tuo posto iscrivendoti su Eventbrite](#)

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
(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 oppure formazione.piemonte@uisp.it

Banca dati Tecnici UISP - clicca QUI per iscriverti!

Corso di formazione UISP per il rilascio della qualifica di Operatore/trice sportivo* Escursionismo

montagna

Inizio corso
19 04 25
Ivrea

UISP
sportpertutti
Regionale Piemonte

#innamoratidellaUISP

Credit foto: Ufficio Comunicazione stampa UISP Piemonte APS

Corso di Formazione per ottenere la Qualifica UISP da Operatore Sportivo Escursionismo

L'avvio del corso, in presenza, partirà il 19 aprile ha lo scopo di educare alla conoscenza, al rispetto, alla tutela e alla frequentazione consapevole e in sicurezza della montagna e non. Le formatrici e i formatori UISP avranno il compito di trasmettere nozioni culturali, tecniche e pratiche per saper organizzare con competenza attività, sotto la supervisione di una figura di livello superiore.

Clicca QUI per ulteriori info e 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 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

- **Venerdì 4 aprile**

Castagnole Piemonte (To) - **Spring Run**, organizza asd Atletica Cavour, ritrovo ore 18, km 8. Info → 338.4407788

- **Domenica 6 aprile**

Venaria (To) - **StraVenaria**, organizza asd Atletica Venaria, ritrovo ore 8, km. 10.

Info → 347.8200062

TRAIL

- **Domenica 30 marzo**

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

- **Domenica 6 aprile**

Bricherasio (To) - **Trail del Manfrè**, organizza asd Atletica Valpellice, ritrovo ore 8, km 11,8

6 APRILE 2025

START

Partenza ore 9.30
Fermata Metro Bengasi

FINISH

Arrivo Casa nel Parco



UISP
sportpertutti
Comitato di Torino

Credit foto: UISP Torino APS

Vivicittà 2025 a Torino, pront* a camminare insieme?

Domenica 6 aprile, unisciti a UISP Torino per la "corsa più grande del Mondo"!

Alcune info utili

- Ritrovo: Ore 8:30
- Partenza: Ore 9:30 dalla fermata Metro Bengasi
- Arrivo: Casa nel Parco - Parco Colonnetti
- Magliette gratuite per tutte e tutti!

Iscrizioni gratuite qui → [Vivicittà Torino su Eventbrite](#)



Credit foto: UISP Bra Cuneo APS

SuperstraBra e Vivicittà 2025, a Bra

Un evento imperdibile sta per animare Bra, domenica 6 aprile: la *STRABRA*, una passeggiata all'insegna del divertimento, del movimento e della solidarietà. L'appuntamento è in piazza Caduti per la Libertà, dove dalle ore 8 sarà possibile ritirare i pettorali, semplicemente presentando il tagliando del biglietto. La passeggiata per famiglie partirà alle ore 10,20, offrendo l'occasione di esplorare le vie del centro storico senza auto, scoprire i colli braidesi e assaporare i tipici prodotti del territorio. Il percorso si snoderà per 7,9 km, promettendo una giornata all'insegna della bellezza naturale e della convivialità.

All'arrivo, pasta per tutti! I partecipanti potranno gustare i manicaretti preparati dai volontari dei quartieri San Michele e San Matteo. Inoltre, ogni biglietto acquistato darà diritto a partecipare all'estrazione di buoni spesa del valore di euro 2000, suddivisi in tagli da 30 euro. Più biglietti si acquistano, maggiori sono le possibilità di vincita e il supporto alle associazioni coinvolte.

Anche quest'anno il ricavato sarà destinato alle associazioni sportive, di volontariato, scuole e oratori che avranno venduto almeno 200 biglietti. Un modo importante per autofinanziare le proprie attività e sostenere la comunità in cui viviamo.

La manifestazione sarà seguita in diretta da Radio Alba, con una postazione in piazza Caduti per la Libertà: musica, interviste e tanto entusiasmo contribuiranno a creare un'atmosfera unica.

Con un biglietto dal costo di soli 4 euro, sarà possibile partecipare alla passeggiata, gustare ottimi piatti e contribuire a una causa benefica. Non perdetevi l'occasione di vivere una giornata indimenticabile tra sport, natura e solidarietà!

Info qui → www.uisp.it/bra - 0172431507

Gli appuntamenti del "Cammino"



Credit foto: asd Nordic Walking Volpiano

asd Nordic Walking Volpiano - Mercoledì 26 marzo "Orrido di Foresto" un angolo di Mediterraneo tra le Alpi

Nel cuore della Val di Susa, tra pareti rocciose scavate dall'acqua e un microclima sorprendente, l'Orrido di Foresto è una piccola meraviglia naturale. Qui, in un ambiente che

dovrebbe essere tipicamente alpino, si sviluppa una vegetazione dal carattere marcatamente mediterraneo.

La gola acquisisce il suo nome grazie al poeta bellanese Sigismondo Boldoni che rimase affascinato da questo “Orrore di un’orrenda orrendezza”, inquietante e affascinante insieme. L’Orrido di Foresto è stato classificato Riserva naturale nel 1998 dalla Regione Piemonte, prevalentemente per tutelare il **Ginepro coccolone** (*Juniperus oxycedrus*), un grande arbusto tipico della macchia mediterranea.

L’itinerario inizia su stradina; dopo 200-300 metri si arriva a ridosso della montagna e di imbuca un evidente e largo sentiero che costeggia il pendio in direzione EST.

Poco oltre le pareti di roccia (Sito di arrampicata) il sentiero inizia a salire rapidamente in direzione Nord–Nord Ovest. Al primo bivio tenere la sinistra. Presente ottima segnalazione con cartelli e tacche rosso-bianche.

Il sentiero sale velocemente fino alla località Piancolore, breve falsopiano erboso posto tra vari salti di roccia, e, superato lo stesso, riprende a salire volgendo in direzione NO.

Il sentiero, sempre ben segnato, arriva ad un colletto erboso che separa il Truc San Martino (Piccola cima erbosa vista arrivando a questo sentiero) dalla cresta che continua in direzione Nord. Seguiremo sempre le evidenti indicazioni per il Truc San Martino.

Raggiunto Truc San Martino e relativo punto di orientamento proseguiamo in direzione est fino a raggiungere un gruppetto di case parzialmente ristrutturate.

Qui si imbuca il sentiero di discesa che in breve tempo ci riporta alla base delle vie di arrampicata e quindi della balconata calcarea sede della cava, chiudendo in questo modo l’anello.

Raggiunta la chiesa (parcheggio) proseguiamo fino alla borgata di Foresto e quindi visiteremo l’imboccatura dell’orrido e l’antico lazzaretto.

L’escursione si concluderà con il ritorno al parcheggio.

Tutte le altre attività dell’Associazione:

- 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



GIORNATA DEL BENESSERE

Sabato 22 marzo 2025

8,30 **ESCURSIONI A CAMBIANO**

Due camminate, entrambe con partenza alla stessa ora

Per i più allenati Lunghezza km 11,4 - Dislivello + 122 m

Per i meno allenati km 6,4 - Dislivello + 67 m

12.30-14.00 **IL PRANZO DEL CAMMINATORE**

Vellutata di zucca di Sciolze, frittata di Cipolla Piatlina di Andezeno con insalata mista, mela, grissini e acqua. In omaggio Nettare bio di pesca o di pera.

Costo 10 €

14.00 **I BENEFICI IN AMBITO MEDICO DELL'OZONOTERAPIA**

Dott. Erik Montanaro - Centri Medici Primo



15.00-17.00 **FITNESS TEST 1** Camminata 6 minuti

Il primo di una serie di 6 test per la valutazione della forma fisica

15.30 **I CAMMINATORI RACCONTANO**

Francesco Mondo e Valerio Morello



Le Giornate del benessere sono **aperte a tutti** e si svolgono
all'**AgriCampus del Cammino delle colline torinesi**,
presso la **Cooperativa agricola AgricooPecetto** (Strada Virana - Pecetto T.se)

INFO 350 1235116 o info@agricampus.eu



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

info → scuolanordicwalking@viviandrate.it

SdA Ciclismo



TURIN HILLS

bikepacking route



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](#)





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

SdA Danza

PASSI WORKSHOP

 **UISP**
sportpertutti
Regionale Piemonte



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI

29 MARZO 2025

DOCENTI OSPITI
ALESSANDRA GIOVANA
FRANCESCO ITALIANI «
DANIELA PACI



LIVELLO A
10.00 - 11.15 CLASSICO (GIOVANA) «
11.30 - 12.45 MODERN (ITALIANI)
13.30 - 14.45 CONTEMPORANEO (PACI)

LIVELLO B:
11.30 - 12.45 CLASSICO (GIOVANA)
13.30 - 14.45 MODERN (ITALIANI) «
15.00 - 16.15 CONTACT (PACI)

VIA SALUZZO 61, TORINO (TO) - INFO 347 244 74773 - DANZA.PIEMONTE@UISP.IT

Credit foto: sda Danza UISP Piemonte APS

"Passi" il workshop

Il mondo della danza dà appuntamento agli appassionati e giovani talenti sabato 29 marzo con *Passi*, un workshop imperdibile dedicato alla tecnica classica, moderna e contemporanea. L'evento si terrà presso la sede de *Il Danzificio*, in via Saluzzo 61 a Torino. Docenti guideranno i partecipanti in questa giornata all'insegna della formazione e dell'arte. Alessandra Giovana, Francesco Italiani e Daniela Paci metteranno a disposizione la loro esperienza e professionalità per offrire un'esperienza unica.

Categorie e Livelli

Livello A: rivolto a giovani danzatori dai 7 ai 12 anni

Livello B: per ragazzi a partire dai 13 anni in su.

Modalità di partecipazione: le iscrizioni sono aperte fino al 27 marzo 2025, salvo esaurimento dei posti disponibili. È quindi consigliabile iscriversi quanto prima. Un'occasione unica per i danzatori di ogni livello, per crescere e apprendere da alcuni dei migliori professionisti del settore.

PARTECIPAZIONE:

Singola masterclass: <https://forms.gle/LhkeYKc2TD19Ro6RA>

Intero workshop: <https://forms.gle/F2rJCgGTsYxgjSHh9>

info → danza.piemonte@uisp.it

SdA Discipline Orientali

XVIII TROFEO PANDA I FASE JUDO UISP
 CUCCIOLI - BAMBINI
 FANCIULLI - RAGAZZI
6 APRILE 2025
 PALAZZETTO DELLO SPORT
 "LE CUPOLE" - TORINO

CAMPIONATO REGIONALE UISP
 JUDO PIEMONTE
 ESORDIENTI A/B - CADETT*
 SPERANZE - JUNIORES
 SENIORES
6 APRILE 2025
 PALAZZETTO DELLO SPORT
 "LE CUPOLE" - TORINO

Logos for UISP, sportpertutti, and social media icons are visible at the bottom of both posters.

Credit foto: sda Discipline orientali UISP Piemonte APS

18° Trofeo Panda e Campionati Regionali - Judo

Il Palazzetto dello Sport "Le Cupole" di Torino sarà teatro, il 6 aprile di un'intensa giornata di sport e confronto dedicata al judo. Dalle 8,30 alle 19,30, si svolgeranno due eventi di grande rilievo: il *18° Trofeo Panda* e i *Campionati Regionali UISP Piemonte* per il settore judo.

Due manifestazioni in unica giornata Il *Trofeo Panda* offrirà a bambine e bambini un'opportunità unica per avvicinarsi gradualmente alla pratica agonistica. La competizione, pensata come un'esperienza di confronto e crescita, favorirà un sano stimolo sportivo tra coetanei e atleti più esperti.

I *Campionati Regionali UISP* rappresenteranno invece un'occasione di alto livello tecnico, con atleti provenienti da tutta la regione. Sul tatami, gli sportivi affiliati UISP si sfideranno per dimostrare le proprie abilità tecniche e conquistare un posto alle fasi nazionali, previste il 26 e 27 aprile 2025 a Riccione. I quattro migliori atleti di ogni categoria di peso saranno qualificati per rappresentare la regione.

Queste manifestazioni, promosse dal settore Discipline Orientali UISP, sono riconosciute per il loro elevato livello tecnico e il valore formativo. Le competizioni coinvolgeranno le categorie femminili e maschili, dagli esordienti A fino ai senior, consolidando il confronto tra atlete e atleti di diverse età e associazioni sportive piemontesi.

Le iscrizioni saranno aperte fino alle ore 24 del 31 marzo.

Per regolamenti e ulteriori dettagli, è possibile consultare il sito ufficiale:

www.uisp.it/discorientali/pagina/regolamenti-1-2.



Credit foto: sda Discipline orientali UISP Piemonte APS

Coppa Kata Preagonisti e Campionati Regionali - Karate

Il Palazzetto dello Sport "Le Cupole" di Torino accoglierà, domenica 13 aprile, due eventi per gli appassionati di karate: il *Campionato Regionale UISP* e la *Coppa Kata Preagonisti*. Una giornata intensa che unisce competizioni di alto livello tecnico e opportunità formative, dalle 8,30 alle 19,30.

La fase regionale del *Campionato UISP* è dedicata alle specialità del Kata e del Kumite, rivolgendosi agli atleti agonisti dai 13 ai 99 anni, con categorie da cintura bianca a nera. Parallelamente, la *Coppa Kata Preagonisti* offre ai più giovani (6-12 anni, nati dal 2019 al 2013) la possibilità di muovere i primi passi nel mondo agonistico, in un contesto di sano stimolo sportivo e crescita.

La formula dell'evento prevede il susseguirsi di due manifestazioni, permettendo ai piccoli partecipanti di confrontarsi sia con i propri coetanei che con gli atleti più esperti. Le esibizioni di Kata metteranno in scena l'arte delle forme, espressioni tecniche legate da ritmo e precisione. Nel Kumite, invece, gli atleti si sfideranno nel combattimento rispettando regole che garantiscono la sicurezza e l'incolumità.

I campionati regionali daranno accesso alle fasi nazionali, che si terranno a Guastalla (RE) il 24 e 25 maggio 2025. I migliori quattro atleti di ogni categoria di peso saranno qualificati per rappresentare la regione. L'evento si distingue per il suo alto livello tecnico e il suo valore formativo, diventando un trampolino di lancio per i futuri campioni del settore. Le iscrizioni per entrambe le manifestazioni chiuderanno alle ore 24:00 del 31 marzo 2025.

info e modalità iscrizione → disciplineorientali.piemonte@uisp.it



Credit foto: sda Discipline orientali UISP Piemonte APS

Che senso ha praticare Aikido oggi?

Inizia, a partire da questo numero, una rubrica che ha come l'obbiettivo di fare un po' di "luce" sulla pratica dell'Aikido. I testi sono - e saranno - curati e redatti da Gianclaudio Maria Vianzone, Dottore in Scienze Motorie, marzialista pluridisciplinare, Istruttore qualificato UISP di Aikido e docente nei nostri corsi di formazione.

L'Aikido non contiene la competizione – volontà di Ueshiba Sensei per contenere proprio l'Ego – ma ciò non significa che si esima dalla funzione del Budo e altrettanto, che non contenga validi contenuti olistici.

E' proprio nella natura dell'Aikido, che il Dōkyō (il Taoismo giapponese) apre questa disciplina facendo comprendere a chi la pratica, che nel tutto immobile c'è movimento, così come nella dualità intersecata c'è unione. L'Aikido è fruibile a tutte le età e senza discriminazioni sulla forma fisica o sul genere, dando l'opportunità a tutti di comprendere come una disciplina che insegna ad ascoltare l'altro, a non contrapporsi e a non forzare, sia molto più efficace della bestiale forza muscolare.

Un'arte marziale che ha la sua potenza nella fluidità, come l'acqua che spacca la roccia.
Una disciplina che la Uisp sostiene con la chiara consapevolezza che un'attività marziale,
pur priva della dimensione agonistica, può garantire benessere e sicurezza personale.

Soprattutto

quando tale pratica è svolta in un contesto associativo in cui l'ideogramma (kanji) AI, unione,
denota la forza devastante di WA (armonia) e apre prospettive incredibili a chi ne coglie la
profonda essenza e la fa propria, segnando la differenza sostanziale fra questa e
l'apparenza. Un metodo marziale, in cui il messaggio di pace è riassunto nel sorriso di chi ha
colto la profondità dell'Aikido mentre sta praticando e che mette in gioco la sfida con sé
stesso nel comprendere quanto può esprimere rispetto al suo compagno di pratica.
Ecco allora che il senso di praticare Aikido oggi significa voler stare meglio, con più
consapevolezza e riuscendo a trovare in sé stessi il piacere di sorridere anche mentre si è
aggredditi sapendo gestire il proprio equilibrio psico-fisico in una condizione di perfetta
armonia.

SdA Montagna



Credit foto: sda Montagna UISP Piemonte APS

Corso base di ferrate per appassionati di outdoor

La primavera si apre con un'imperdibile opportunità didattica per gli amanti della montagna, promosse da Montagna UISP Piemonte.

- **Corso base di vie ferrate "Ferrate che passione"**

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

info → montagna.piemonte@uisp.it

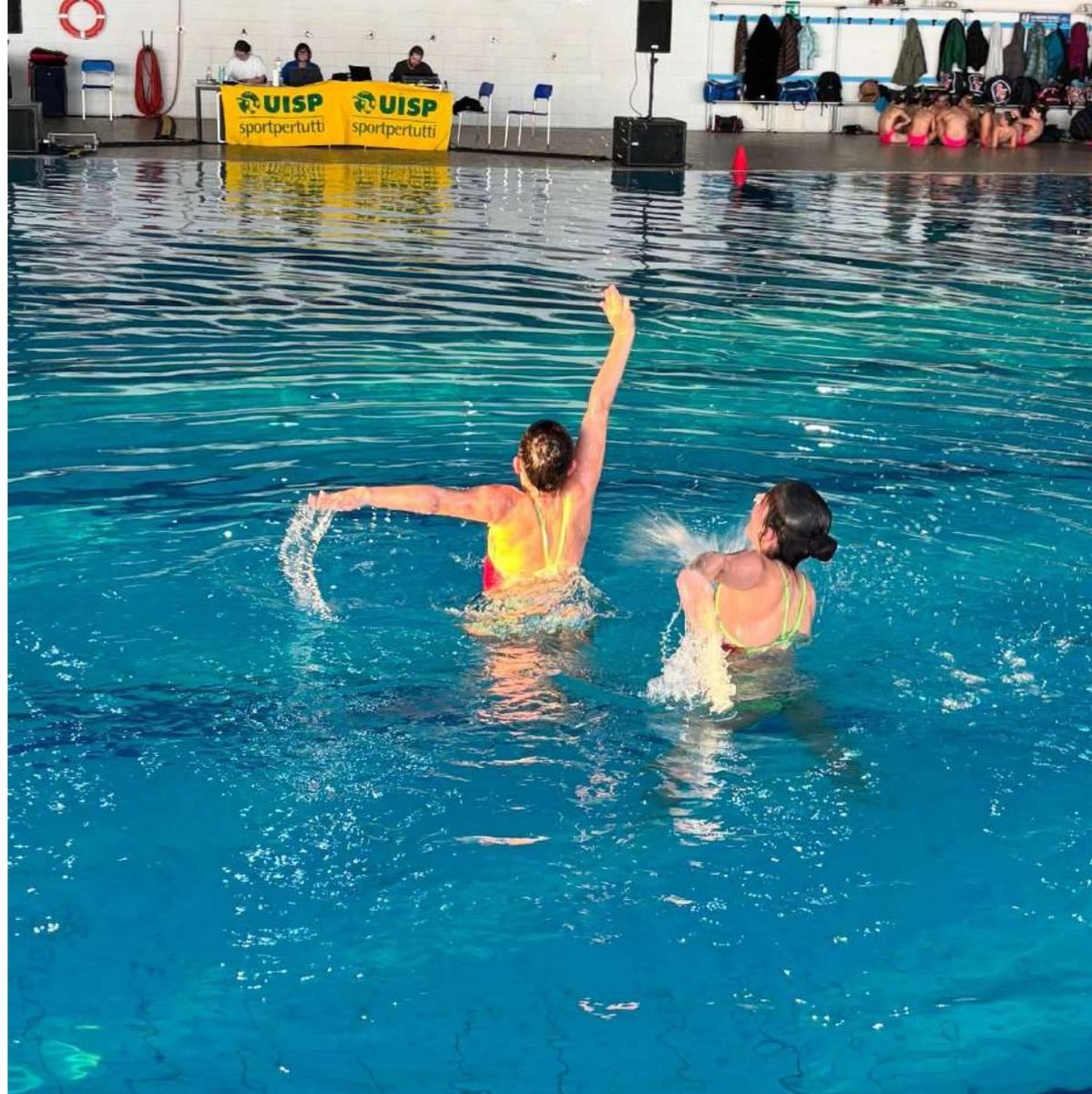


Credit foto: sda Pallanuoto UISP Piemonte APS

Le Giornate di Campionato

- **Domenica 23 marzo** - Trofeo U12, 6° giornata U14 piscina Piasco (Cn)
- **Domenica 13 aprile** - Trofeo U12, 7° giornata U14 piscina Saluzzo

info → segreteriaipallanuotouisp@gmail.com



Credit foto: sda Nuoto UISP Piemonte APS

IV Giornata "Coppa Piemonte" Sincronizzato

Il mondo del nuoto dà appuntamento domenica 6 aprile presso la Piscina Quadri Sport Center - Cittadella dello Sport, in via Volpiano 38D a Leinì (TO), per la quarta giornata di Coppa Piemonte del nuoto sincronizzato. Per tutta la durata dell'evento, gli atleti potranno usufruire della piscina dei trampolini per il riscaldamento, garantendo un'adeguata preparazione prima di ogni competizione. Le premiazioni avverranno al termine di ogni categoria, evitando interruzioni e mantenendo alto il ritmo della manifestazione.

info → nuoto.piemonte@uisp.it

programmi su → aquatime.it/uisppiemonte.php

SdA Pallacanestro

UISP sportper tutti

Hb Uicep Torino **VS** **Asdre Reggio Emilia**

ASDRE Associazione Sportiva Dilettantistica Asdre Reggio Emilia

BIC

CN BC

IFT
ISTITUTO FISIOTERAPICO
TORINO - 1998

iren

inalpi

SPORT

DOMENICA 6 APRILE ORE 14.00
PALA MONCRIVELLO
VIA MONCRIVELLO 8A TORINO

INGRESSO GRATUITO...
PER I TIFOSI UN SOLO OBBLIGO!
FARCI SENTIRE LA VOSTRA VOCE!
IL VOSTRO CALORE!

Credit foto: HB UICEP Istituto Fisioterapico Torino

Partita casalinga per la Pallacanestro in carrozzina

Il Team UISP di HB UICEP TORINO affronterà asd Reggio Emilia. Il match avrà luogo al Pala Moncrivello di Torino in via Moncrivello 8A alle 14. In quest' occasione a sostenere i ragazzi di coach Sacco sarà presente la squadra giovanile del Real Forno di Forno Canavese.

SdA Pallavolo



25/04/2025

Under 14 femm.le
Palestra Comunale
Via Tripoli 8
Samone

Max 6 squadre x
categoria

7° Torneo
della
Liberazione



Under 18 femm.le
Palestra Comunale
Via Caffaro Ellera
Lessolo

70 euro/squadra

Per info:
volleyuisppiemonte@gmail.com
0114363484 – 3515968508 (Donatella)

Credit foto: sda Pallavolo UISP Piemonte APS

7° Torneo della Liberazione

info → uisppallavolopiemonte

i Comitati Territoriali

ALESSANDRIA



Palestra Istituto "ANGELO CUSTODE"

Via Luigi Galvani, 1 - Alessandria

Esibizioni di

**Danza, ginnastica artistica, discipline orientali,
tessuti aerei**

Ingresso € 5.00

Credit foto: Comitato Territoriale UISP Alessandria APS

Giocagin ad Alessandria

Sabato 5 aprile, a partire dalle 15 presso la Palestra "Angelo Custode", ci sarà Giocagin, la manifestazione nazionale dell'Uisp capace di raccogliere, in un'unica rassegna, varie attività di sport per tutti che vengono praticate in palestra, da persone di tutte le età. Giravolte vorticose, nastri in aria, costumi colorati e musica ritmata: questi sono solo alcuni degli elementi che rendono Giocagin una manifestazione speciale, pensata per i bambini ma amata dagli sportivi di tutta Italia e di tutte le età.

Atletica Novese AL007 con il
patrocinio del comune di
Novi Ligure organizza



**Venerdì 25
Aprile - ore 9.30**

41^ Attraverso i Colli Novesi

Km 12,250

4^ Prova CorriPiemonte

Prova valida per il campionato provinciale 2025 FIDAL



Appr. N. 138 /STRADA/2025



Appr. AL02/25UISP



Credit foto: asd Atletica Novese

41° "Attraverso i Colli Novesi"

Aria di primavera... e per noi di Atletica Novese la primavera vuol dire "Colli". Il 25 aprile andrà infatti in scena la 41^a edizione della "Attraverso i Colli Novesi". Si tratta della manifestazione della stagione agonistica primaverile, di maggior tradizione e prestigio tra quelle che si svolgono nel nostro territorio a cavallo tra Piemonte e Liguria. Il percorso è il classico collinare impegnativo e selettivo per distanza (12,250 km) e andamento altimetrico ([https://www.youtube.com/watch?v= R50eBXd1I4](https://www.youtube.com/watch?v=R50eBXd1I4)) e oltre l'aspetto agonistico, chi non conosce la zona potrà godere di un panorama e di un ambiente naturale davvero piacevole.

La storia della gara racconta a chiare lettere che sui "Colli" si impongono solo atleti di grande livello e l'albo d'oro è lì a dimostrarlo (<http://www.atleticanovese.it/gare/le-nostre-gare/attraverso-i-colli-novesi>). L'appuntamento è fissato in Piazza Aldo Moro, Quartiere G3 di Novi Ligure e la partenza avverrà alle 9.30: le iscrizioni si potranno effettuare fino alle 24 del 22 aprile tramite l'online della società di appartenenza oppure [tramite modulo di iscrizione](#) reperibile sul sito www.atleticanovese.it

Quest'anno inoltre la gara rappresenterà la quarta tappa del CorriPiemonte (il concorso regionale più importante per quanto riguarda le competizioni su strada). Come sempre saranno premiati i primi tre uomini e le prime tre donne al traguardo. Sono previsti 44 premi per le categorie maschili e 31 per le categorie femminili. Inoltre la 19° Coppa Famiglia Multedo andrà al gruppo più numeroso. La Coppa "Memoria e Libertà" andrà al gruppo podistico proveniente da più lontano, nel ricordo delle storiche competizioni che si svolgevano dalle nostre parti nella ricorrenza il 25 aprile.

Tutte le informazioni sono reperibili su www.atleticanovese.it e gli eventuali aggiornamenti saranno comunicati anche sui nostri canali social.

BIELLA



Credit foto: asd Winter Brich

Il Summer Camp dell'asd Winter Brich

Il Winter Brich Summer Camp torna con la sua 4ª edizione! Dal 16 giugno al 1° agosto, vi aspettiamo a Valdengo per un'estate di avventura, sport e divertimento!

- Dove siamo?

Cortile della scuola media, Via Roma 105, Valdengo (BI)

- Orari giornalieri

9:00 – 18:00

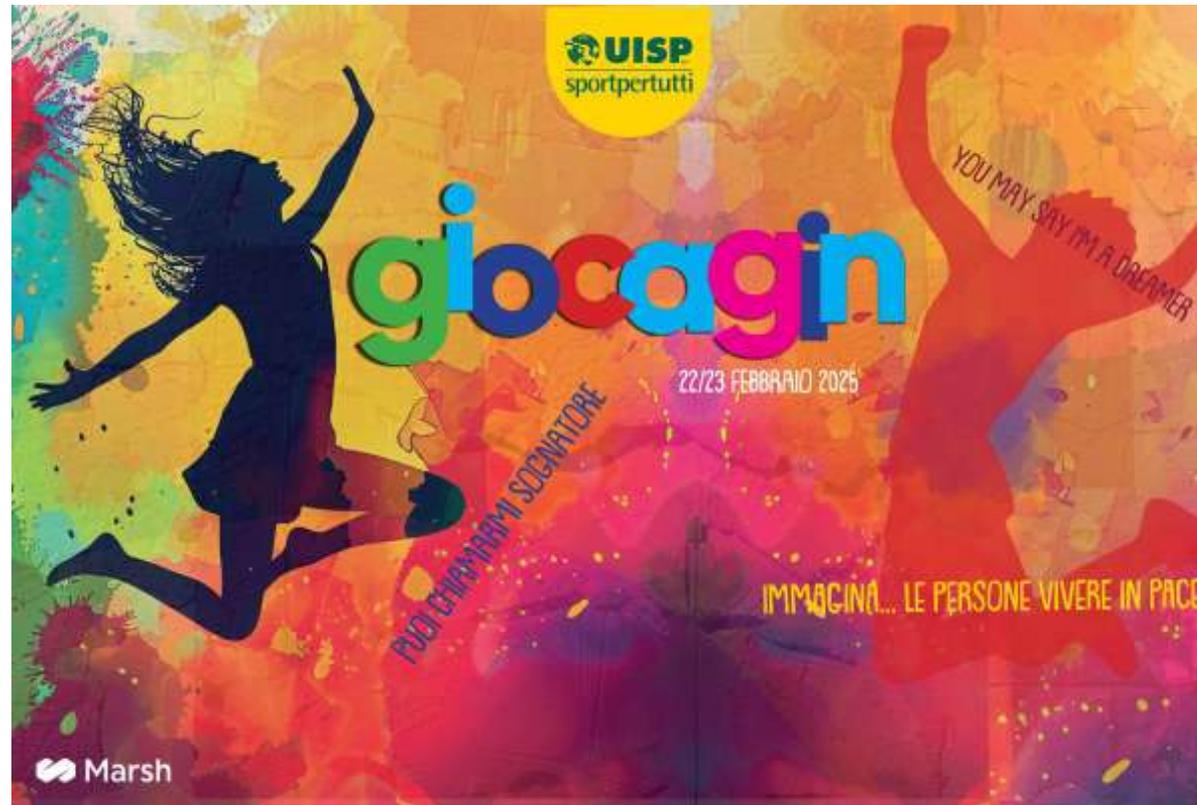
Pre-orario e post-orario inclusi nel prezzo!
Pre-orario dalle 7:30
Post-orario fino alle 18:30

- Chi può partecipare? Bambini e ragazzi dalla 1^a primaria alla 3^a media

ISCRIZIONI dal 1° aprile! I posti si esauriscono velocemente!

Per info e iscrizioni → summer_camp@winterbrichtrail.it - (Alessia) 342.6378382

BRA CUNEO





Giocagin a Bra

Domenica 23 marzo 2025, il Palazzetto dello Sport di viale Risorgimento a Bra si trasformerà in un palcoscenico per la nuova edizione di *GIOCAGIN*, un evento imperdibile dedicato all'arte, allo sport e alla solidarietà.

Un programma ricco di esibizioni con due spettacoli, alle ore 10 e alle ore 15, vedranno protagonisti 550 atleti appartenenti a otto associazioni sportive: *Il Sole a Mezzanotte*, *Arte Danza*, *Kubo Dance Concept*, *Danzandeor*, *Ginnastica Aba/Bra*, *New Twirling Bra*, *Up Scuola di Circo* e *S & M Dance Studio*. Le esibizioni comprenderanno coreografie di danza, ginnastica artistica e ritmica, twirling e acrobatica aerea, regalando al pubblico uno spettacolo vario ed emozionante.

NOVITA': il pubblico sarà protagonista perchè potrà scegliere l'associazione a cui devolvere il contributo ricavato dai biglietti d'entrata. Ogni spettatore pagante sceglierà un'Associazione e alla fine, conti in mano, ogni associazione riceverà un contributo equiparato al numero di spettatori presenti per lei.

(fonte: UISP Comitato territoriale Bra Cuneo)

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

PINEROLO

13 aprile 2025
Piscina Comunale di Pinerolo



Trofeo MINITOP
Pinerolo Nuoto



OPEN



Trofeo MiniTop Pinerolo nuoto

Domenica 13 aprile, presso la piscina comunale di Pinerolo - viale Grande Torino 7, si terrà un evento di nuoto con gare per diverse categorie.

La manifestazione si svolgerà in una vasca da 25 metri con 6 corsie e cronometraggio manuale.

Ecco gli orari principali:

- Esordienti C-B: riscaldamento dalle 8 (Maschi) e 8,25 (Femmine); inizio gare alle 9.
- Esordienti A: riscaldamento dalle 13 (Maschi) e 13,15 (Femmine); inizio gare alle 13,45.
- Ragazzi-Assoluti: riscaldamento dalle 15,30 (Maschi) e 15,45 (Femmine); inizio gare alle 16,15.



Credit foto: asd Atletica Cavour

Running Sunset Snow al Pian Munè, "snow" in terra e dal cielo ad accogliere le vittorie di Camilla Calosso e Cristiano Allio

Le incognite, nell'allestimento di manifestazioni outdoor, sono molte e, tra queste, quelle relative al meteo.

La neve, preziosa risorsa per chi decide di correrci sopra, prima manca, poi arriva in abbondanza ed infine rischia di trasformarsi in pioggia...

Poi... la sorpresa: la nebbia si alza e lo spettacolo di Pian Munè può avere inizio sotto un suggestivo accenno di nevicata che aggiunge cenni di poesia all' "Inutile Fatica" degli 86 protagonisti (91 iscritti).

E' stata anche la "prima" organizzativa dell'Atletica Cavour, la nuova ASD operante ed imperante nel mondo podistico e, per l'occasione, ha sfoggiato le nuove (antiche) maglie sociali.

Il Team Marguareis ha condotto ha Pian Munè la sua stella femminile: Camilla Calosso che non ha mancato il successo assoluto in una realtà, il Monviso, che la vede sovente come attrice podista e alpinista. Giorgia

Arezzi ha onorato la maglia del SD Baudenasca con la seconda posizione e Samanta Odino ha portato gloria allo S.C. Angrogna salendo sul terzo gradino del podio. In questa classifica mi permetto una escursione ai piedi del podio perché l'Atletica Cavour non poteva festeggiare in modo migliore il suo esordio organizzativo: Rachele Revello occupa la quarta piazza a 49" dal podio!

Il protagonista maschile, specie della parte intermedia e della discesa finale, è stato un ragazotto di Paesana che, con gli amorevoli consigli di Giulio Peyracchia (Valle Varaita), pare abbia trovato la retta via per il suo futuro agonistico: Cristiano Allio. In seconda posizione la sorpresa dell'eterno Paolo Bert (Pod. Valle Infernotto): reduce da una difficile stagione agonistica 2024 alle prese con problemi fisici, si riconferma protagonista di ieri, oggi e... domani: i chiodi per appendere le scarpe possono attendere! E' transitato in testa al termine della salita, la sua specialità, Andrea Barale (Roata Chiusani) per poi cedere le prime due posizioni nel meno confortante tratto di discesa.

Mi sia permesso un cenno alla presenza di Daniele Fornoni: l'atleta, classe 1969) del Pont Saint Martin protagonista di mille battaglie e altrettante vittorie sui sentieri di montagna: la sua 9° posizione assoluta vale quanto una vittoria!

La luna piena, ha atteso le 22,30 per salutare gli atleti reduci da premiazioni e cena all'interno della Baita di Pian Munè.

Classifiche complete su www.ficr.it – Servizio Fotografico su www.wildemotions.it

TORINO



Credit foto: UISP Torino APS

Uisp Torino sta cercando te!

Il Comitato è alla ricerca animatori e animatrici da inserire nelle attività estive.

Se hai un diploma quinquennale di scuola secondaria di 2° grado o sei laureat3 o laureand3 in Scienze della Formazione Primaria, Scienze dell'Educazione, Psicologia-Pedagogia, Scienze Motorie, inviaci la tua candidatura!

Se sei interessat3 compila il nostro form → <https://forms.gle/sZSLzbLx7Do1KvJt5>

fornendoci i tuoi dati personali e tutte le informazioni richieste, ricordati di allegare il tuo CV aggiornato!

info → torino@uisp.it

Progetto “Movement Pills”

Goditi 2 mesi di attività sportive GRATUITE!

Ritira la scatola 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

Credit foto: UISP Torino APS

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



Credit foto: UISP Torino APS

Proseguono le iniziative legate al Progetto "SIC! Sport, Integrazione, Coesione"

Nella Settimana di azione contro il razzismo, grazie al SIC! Sport, Integrazione, Coesione, promosso da Uisp, Unar e Lega Serie A i Comitati Uisp sono impegnati con eventi di sport inclusivo e campagne di sensibilizzazione sul tema delle discriminazioni nello sport, su come si possono riconoscere e cosa bisogna fare per affrontarle.

Nel Comitato torinese, "SIC! Sport, Integrazione, Coesione", 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, coinvolgendo le ragazze e i ragazzi, del PCTO del Liceo Berti impegnati attivamente nel progetto "Run For Future" e i calciatori del torneo "Matti per il Calcio".



Credit video: UISP Nazionale APS

Newsletter UISP Piemonte APS - anno 2025

redazione: Alma Brunetto, Marzia Fantozzi, Patrizia Alfano e Stefania D'Agostino

La redazione ha sede presso la Sede regionale UISP Piemonte, via Nizza 102, 10126 Torino. Telefono 011/4363484, e-mail comunicazione.piemonte@uisp.it.

Gli indirizzi e-mail presenti nel nostro archivio provengono da contatti personali o da elenchi e servizi di pubblico dominio o pubblicati. In ottemperanza al D.lgs. 196/2003 e al Regolamento UE 679/2016 (c.d. "GDPR"), sulla protezione dei dati personali, in ogni momento è possibile modificare o cancellare i dati. [Leggi la privacy policy](#)

Se desideri continuare a ricevere questa comunicazione non devi fare nulla. Il tuo indirizzo e mail continuerà ad essere conservato nel nostro database in modo sicuro. Se non desideri più ricevere questa comunicazione hai il diritto e la facoltà di essere cancellato dal nostro archivio in qualsiasi momento, indicandocelo via mail.





UISP Piemonte APS
via Nizza 102 - 10126 Torino

Seguici su



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