



NEWSLETTER n°20 - 24.25

In evidenza questa settimana...



Sei appassionat*
di Parkour e
vorresti
insegnare?

A Ottobre, un
nuovo corso di
Formazione
Operatore
sportivo cinofilo

PedalanPo tra le
meraviglie
UNESCO con i
tecnici Ciclismo
UISP

Per i veri amanti
della Montagna
escursione sul
ghiacciaio del
Monte Bianco!

A Ivrea, 100km x
100 donne in
bici per le donne
del Senegal

3 storie vere di
chi ha trovato
nella bicicletta
una grande
possibilità

...cos'altro troverai in questo numero?

Consulenze gratuite per le ASD affiliate - Gli orari e i contatti dei nostri uffici
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 Andrate, Nordic Walking Volpiano e Le Ciaspole

SdA Calcio - Calcio Giovanile UISP Piemonte...tutto un altro Gioco!

SdA Montagna - Lo stage dei Montagnard (anche) ad agosto

SdA Nuoto - Il settore a lavoro per la prossima stagione

SdA Pallavolo - Si cercano nuovi arbitri! Scopri come partecipare al corso di
ottobre

...dal territorio

Alessandria - Pedaliamo per la Pace con Emergency e FIAB

Bra Cuneo - Sono aperte le iscrizioni al prossimo Campionato territoriale di
Calcio; Sono attive le iscrizioni ai corsi per la nuova stagione, alla Piscina di
Fossano

Ivrea - In Cammino con la UISP, scopri l'ultimo appuntamento di Luglio!
Pinerolo - Le attività della Piscina comunale
Torino - In cammino con NovaCoop e UISP; scopri tutte le attività della Piscina
Torrazza previste per la nuova stagione!

**...e nel prossimo numero "Speciale Tesseramento 25/26",
anticipazioni sui Calendari dei Settori di Attività e chiusure
estive dei Comitati territoriali della regione!**

Buona lettura!

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!

quando!?
20-21 settembre
27-28 settembre
01-02 ottobre
06-07 ottobre
14 ottobre
16 ottobre

dove!?
a Ivrea
presso gli spazi
dell'ASD
Giocomotricità
formandoti su un
vero Parkour School
di Googym!

costo!?
il corso è aperto a tutte le
persone **tesserate UISP** che
abbiano **compiuto i 16 anni**
la quota di partecipazione è
di 200 €

contattaci!
Se avessi dei dubbi o delle
domande, non esitare a
contattare il Settore di
Ginnastiche UISP Piemonte
APS all'indirizzo mail
ginnastiche.piemonte@uisp.it
UISP
sportpertutti
#innamoratidell'UISP

il formatore
Antonio Bosso
Nel 2012 al 2017 prima allenatore e poi
tesserato di Parkour, oggi il corso del
Parkour è la sua passione più importante e vuole
condividere la sua esperienza con tutti. Insegna
Parkour a livello di scuola, che si vede ogni
giorno all'aperto a Ivrea - una delle
città più competitive di Europa
dentro la cooperazione il rispetto di tutti

Per iscriverti
compila con i
tuo/i dati il
Google Form al
link che vedi
nelle nostre
BIO o sul sito
www.uisp.it/piemonte

Sei un appassionat* di Parkour e vorresti insegnare questa disciplina?

Ginnastiche UISP Piemonte ha aperto i moduli di pre-iscrizione per partecipare al corso di Formazione per il rilascio della qualifica nazionale UISP "Insegnante di Parkour".

Il corso inizierà a settembre e oltre a vedervi protagonist* degli ostacoli, sarete coordinati da tecnici d'eccezione in un impianto degno da veri pro!

Cosa stai aspettando?

info → ginnastiche.piemonte@uisp.it

Iscriviti cliccando sul pulsante qui sotto

Insegnante di Parkour - clicca QUI per iscriverti!



Credit foto: sda Equestri e Cinofile UISP Piemonte APS

A Ottobre, un nuovo corso di Formazione UISP per acquisire la qualifica di Operatore sportivo cinofilo

Il nuovo anno sportivo si aprirà, per il settore Equestri e Cinofile UISP Piemonte, con un nuovo corso di formazione per acquisire la qualifica nazionale di Operatore Sportivo Cinofilo.

Il corso, svolto interamente in presenza presso il centro socio educativo cinofilo dell'ASD Kairos (Via Collegno, 58, 10044 Pianezza TO), si svolgerà a partire dal mese di ottobre 2025.

Clicca [QUI](#) per scaricare il Programma

info → formazione.piemonte@uisp.it - equestriecinofile.piemonte@uisp.it

Operatore Sportivo Cinofilo - clicca QUI per iscriverti!

SdA Atletica Leggera



Credit foto: asd Sesia Running

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

Gli appuntamenti

STRADA

- **Lunedì 28 luglio**

Bagnolo Piemonte (Cn) - **Trofeo Terli**, organizza *asd podistica Valle Infernotto*, km 6, ritrovo ore 18,30. info → 349.6836059

- **Domenica 3 agosto**

Cossano Belbo (Cn) - **Scorrone walk and run**, organizza *asd Dynamic Center*, km 7, ritrovo ore 9. info → 331.5704169

- **Domenica 17 agosto**

Stroppiana (Vc) - **Strapagiun**, organizza *asd Sesia Running*, km 6, ritrovo ore 18

- **Venerdì 22 agosto**

Vercelli - **Notturna di Porta Casale**, organizza *Uisp Vercelli*, km 5, ritrovo ore 18,30.
info → 348.3131778

- **Lunedì 25 agosto**

Vigone (To) - **Due curse per le melie**, organizza *asd Vigonechecorre*, km 6, ritrovo ore 18,30.
info → 338.3981622

- **Giovedì 28 agosto**

Albano Vercellese (Vc) - **Corriparco**, organizza *asd Sesia Running*, km 6, ritrovo ore 18.
info → 320/6437356
Arnad (Ao) - **Tor Fehta dou Lar**, organizza *asd Atletica Monterosa*, km 9, ritrovo ore 7

TRAIL - MONTAGNA

- **Sabato 26 luglio**

Bobbio Pellice (To) - **Tre rifugi Val Pellice**, organizza *asd Valpellice*, km 20.9, ritrovo ore 8.
Limone Piemonte (Cn) - **Iron Trail la via dei lupi**, organizza *asd W.W.P. Organization*, km 11,
ritrovo ore 14,30. info → www.laviadeilupi.com

- **Sabato 2 agosto**

Prazzo (Cn) - **Chersogno Vertical**, organizza *asd podistica Valle Grana*, km. 4.95, ritrovo ore 8.
info → www.podisticavallegrana.com

- **Domenica 3 agosto**

Prali (To) - **Marcia alpina rifugio lago Verde**, *asd Pomaretto '80*, km. 31, ritrovo ore 7.

- **Martedì 19 agosto**

Limone Piemonte (Cn) - **Verticrest**, organizza *asd Boves Run*, km. 2,4, ritrovo ore 18

- **Venerdì 22 agosto**

Ormea (Cn) - **Vertical Armetta**, organizza *asd Valtanaro*, km. 4.2, ritrovo ore 18

- **Domenica 31 agosto**

Cavour (To) - **Cursa d'la Scala Santa**, organizza *asd Atletica Cavour*, km. 13, ritrovo ore 8

Gli appuntamenti del "Cammino"



Credit foto: asd Nordic Walking Volpiano

asd Nordic Walking Volpiano - Gli allenamenti

Tutte le 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

Calendario attività maggio - agosto 2025 Nordic Walking Volpiano
www.nordicwalkingvolpiano.it

Allenamenti Pellerina	Allenamenti Vaudo	Allenamenti Itineranti	escursioni Weekend	escursioni Midweek
mar 06 maggio mar 13 maggio mar 20 maggio mar 27 maggio mar 3 giugno mar 10 giugno mar 17 giugno mar 01 luglio mar 08 luglio mar 15 luglio mar 22 luglio mar 29 luglio	sab 03 maggio sab 10 maggio mer 14 maggio mer 21 maggio mer 28 maggio mer 04 giugno sab 07 giugno mer 11 giugno mer 18 giugno mer 25 giugno sab 28 giugno mer 2 luglio sab 5 luglio mer 9 luglio mer 16 luglio sab 19 luglio sab 26 luglio mer 30 luglio	sab 24 maggio <i>Cascine di Malone</i>	sab 17 maggio Sacro Monte di Belmonte sab 31 maggio <i>Cammino di Oropa (tappa 3)</i> dom 1 giugno <i>Cammino di Oropa (tappa 4)</i> sab 14 giugno <i>Passi in Libertà 4</i> <i>Barma d'Aut ed il Vallone degli Invincibili (Val Pellice)</i> sab 21 giugno <i>Rifugio della Balma</i> sab 12 luglio <i>Ousseax ed il lago del Laux</i> sab 02 agosto <i>Passi in Libertà 6</i> <i>Anello del Colle del Mayt (Val Chisone)</i>	mer 7 maggio <i>Sacro Monte di Belmonte</i> <i>(rinvio al 17/05)</i> mer 23 luglio <i>Passi in Libertà 5</i> <i>Monte Genevris (Valle Susa)</i> 



Credit foto: asd Nordic Walking Andrate

asd Nordic Walking Andrate, trekking del Giubileo

Le prossime escursioni

- **dal 26 al 28 settembre** Trekking del Giubileo sul cammino di Don Bosco

info → viviandrate.it



Credit foto: asd Le Ciaspole Pinerolo

asd Le Ciaspole, gli appuntamenti

Le prossime escursioni

- **Domenica 27 luglio** Meidassa dal Pian del Re
- **Mercoledì 30 luglio** anello Colle dell'Orsiera
- **Domenica 3 agosto** laghi Laramon Nevache
- **Domenica 10 agosto** colle Fauri
- **Dal 15 al 18 agosto** rifugio Monte Bianco
- **Domenica 24 agosto** Cristalliera
- **Dal 30 al 31 agosto** giro del Viso

info → leciaspole@leciaspole.it

SdA Calcio



Credit foto: asd Balon Mundial

Al via i campionati giovanili!

Il Calcio che unisce: passione, crescita e puro divertimento e soprattutto...gioco.
La nuova stagione sportiva 2025/26 si presenta ricca di sorprese e novità entusiasmanti che renderanno l'esperienza calcistica ancora più coinvolgente per tutta la famiglia.
Le grandi novità della stagione

- Eventi Multisport per i Più Piccoli

Ogni due mesi, i nostri Micro (nati 2019/2020) potranno vivere avventure sportive diverse attraverso eventi multidisciplinari pensati appositamente per loro. Un modo divertente per scoprire il movimento in tutte le sue forme.

- "Genitori in campo" La rivoluzione del coinvolgimento

Ogni tre mesi sarà il turno di mamma e papà. Con l'iniziativa "Genitori in campo", saranno proprio loro a scendere sul terreno di gioco per incontrarsi, socializzare e... giocare insieme. Perché il calcio è bello quando unisce generazioni

- Incontri con i Protagonisti

Il cuore pulsante del nostro calcio giovanile UISP: incontri speciali che riuniranno bambine e bambini, ragazzi e ragazze, genitori, allenatori, dirigenti e tutti gli appassionati. Momenti di condivisione che rafforzano i valori dello sport.

- Le categorie:

Categorie miste - Insieme è più bello

Primi calci: maschi 2017/2018 - femmine 2016/2017

Pulcini: maschi 2015/2016 - femmine 2014/2015

Esordienti: maschi 2013/2014 - femmine 2011/2012/2013

Categorie maschili e femminili Giovanissimi: 2011/2012

Allievi: 2009/2010

- Un arbitraggio che educa

L'approccio UISP all'arbitraggio riflette i nostri valori educativi: le gare delle categorie giovanissimi e allievi saranno dirette da arbitri UISP qualificati

Per primi calci, pulcini ed esordienti, saranno i dirigenti e genitori delle associazioni partecipanti a dirigere le gare, dopo aver partecipato a un incontro formativo sui valori associativi e sulle regole principali

Questa scelta non è casuale: vogliamo che anche l'arbitraggio sia un momento educativo, dove i valori del rispetto e del fair play vengono trasmessi direttamente dalla comunità sportiva.

Il calcio UISP: dove ogni bambino è un campione e ogni partita è una festa

info → calcio.piemonte@uisp.it

SdA Ciclismo



Credit foto: asd Torino Bike Experience

PedalanPo tra le meraviglie UNESCO

Sono aperte le iscrizioni per la nuova edizione di PedalanPo, il 20 e 21 settembre nella riserva MAB [UNESCO](#) e [Aree Protette Po piemontese](#), con tecnici [Uisp Regionale Piemonte - Ciclismo](#) e [Torino Bike Experience](#), per scoprire insieme nuovi luoghi, nuovi prodotti e nuove storie.

PedalanPO riprende l'ormai classica formula a tre percorsi: pedalate in libertà o con l'assistenza dei tecnici di ciclismo Uisp e dei guardaparco dell'Ente di gestione delle Aree protette del Po piemontese.

- FAMIGLIE 30km

20 settembre: itinerario guidato con partenza e arrivo al Parco Le Vallere, sede dell'Ente-Parco.

Si seguirà il Po toccando l'Isolone di Bertolla a Torino. Sosta per il pranzo al Castelletto di San Mauro Torinese - antenna della Riserva MaB Unesco Collina Po.

- GRAVEL 120km. Formula Randonnée-Unsupported - BREVETTO MASTER AUDAX GRAVEL 2025.

20 settembre: itinerario con partenza e arrivo al Parco Le Vallere.

Il percorso si snoda su tratti della ciclovie Vento - Eurovelo8 e Francigena toccando Cascina Ressa a Crescentino, sede dell'Ente-Parco.

- CICLOTURISMO 170km.

20 e 21 settembre: percorso guidato lungo il Po, per ampi tratti su Vento, con partenza e arrivo al Parco Le Vallere.

Soste nelle Aree protette del Po piemontese e a Cascina Ressa e tappa nella serata di sabato al Bosco delle Sorti della Partecipanza di Trino .

PedalanPO è un progetto dell'asd Torino Bike Experience in collaborazione con l'Ente di gestione delle Aree protette del Po piemontese.

Informazioni e iscrizioni → www.pedalanpo.com
via whatsapp al 334.9448063

SdA Montagna



Credit foto: sda Montagna UISP Piemonte APS

Lo stage dei Montagnard (anche) ad agosto

Segnatevi queste date: venerdì 1, sabato 2 e domenica 3 agosto! Il richiamo delle Alpi è forte, e questa volta i montagnard si spingono tra i panorami mozzafiato di Briançon e dintorni, nel cuore delle Hautes-Alpes francesi. Lì aspetta un fine settimana carico di emozioni, sudore e paesaggi da cartolina. Il campo base sarà una comoda casa in affitto a Serre Chevalier, perfetta per rilassarsi dopo giornate di scalate e avventure verticali. Occorre prepararsi a vivere tre giorni intensi di attività outdoor: vie ferrate da brivido, sospesi tra cielo e roccia, arrampicate per tutti i livelli, con panorami che tolgono il fiato, alpinismo per chi vuole spingersi un po' oltre, escursioni tra i sentieri selvaggi e i boschi profumati dell'alta montagna. Materiale necessario:

- Kit da ferrata (dissipatore incluso)
 - Imbrago – ben regolato e pronto all'azione
 - Casco – sicurezza prima di tutto
 - Scarpe da avvicinamento o scarponcini da montagna – meglio se già collaudati.
- Consigliati: zaino leggero, crema solare, occhiali da sole e una voglia matta di divertirsi all'aria aperta!

info → montagna.piemonte@uisp.it



Credit foto: sda Montagna UISP Piemonte APS

Escursione sul ghiacciaio del Monte Bianco

Amanti dell'alta montagna, preparate zaini e scarponi. La Uisp Montagna Piemonte sta organizzando un'imperdibile avventura tra le nevi eterne del Monte Bianco, in un'escursione spettacolare riservata ai soci con esperienza alpina. L'appuntamento è fissato per sabato 31 agosto, ma niente paura: se il meteo non sarà dalla nostra parte, la natura ci regalerà una seconda chance domenica 7 settembre.

La giornata comincerà con un'esperienza davvero mozzafiato: la salita a quota 3462 metri a bordo della Sky Way Monte Bianco, la futuristica funivia che "trasforma" davvero il modo di vivere la montagna. In pochi minuti ci si ritrova sospesi tra cielo e ghiaccio, con un panorama che toglie il fiato: vette maestose, creste innevate e orizzonti infiniti.

Destinazione: punta Helbronner, punto di partenza per una traversata sul ghiacciaio che promette emozioni indimenticabili. In compagnia di esperti e in un gruppo affiatato, si affronterà l'escursione in sicurezza, immersi in un paesaggio da sogno.

Non è un'escursione per tutti: è pensata per soci con esperienza in alta quota, pronti a vivere una giornata intensa e autentica, dove la montagna mostra tutto il suo fascino e il suo carattere. I posti sono limitati, quindi tenetevi pronti: presto verranno comunicate le modalità di iscrizione e tutti i dettagli tecnici.

info → montagna.piemonte@uisp.it



Credit foto: frame estratto dal servizio Rai per la Piscina al Femminile UISP

Il Settore Nuoto al lavoro per la prossima stagione

I primi di settembre saranno organizzate sei riunioni finalizzate a raccogliere idee, suggerimenti e criticità. E aggiunge che: *A fine settembre la "Grande festa del Nuoto UISP" con presentazione del calendario gare, del nuovo sito e premiazioni della asd e degli atleti e atlete che si sono classificate nei campionati nazionali!*

Lo scorso 17 luglio si è svolta la riunione per avviare il lavoro di programmazione della prossima stagione e raccogliere le disponibilità di tecnici e dirigenti, per completare il quadro delle responsabilità nei diversi settori della SDA Nuoto UISP Piemonte.

La **nuova responsabile**, Paola Voltolina, ha invitato tutte le asd presenti a collaborare a tavoli di lavoro finalizzati a condividere un programma di eventi e gare articolato e costruito sulla base delle richieste e dalle esigenze delle ASD affiliate, protagoniste vere dello sport per tutti UISP.

Un modalità organizzativa coerente con l'idea "democratica" che Uisp rappresenta e che è parte integrante della mission di Tutt3 noi, **Paola Voltolina**: *"la figura del Responsabile Regionale è una figura di collegamento tra i vari settori del nuoto, il mio compito sarà quello di rappresentarvi a livello regionale e nazionale, riportando le vostre esigenze, raccogliendo ogni punto favorevole ed ogni criticità al fine di continuare a migliorare sempre al massimo la qualità delle nostre proposte, dell'organizzazione, dei rapporti, per il nostro movimento".*

Individuati sei gruppi iniziali di lavoro:

1. gare nuoto di tutte le categorie
2. gruppo giudici
3. gruppo sincronizzato
4. salvamento
5. attività ludico ricreativa - fitness e promozionale per tutte le età
6. gruppo pallanuoto (che si è già riunito)

"Alle riunioni vorremmo, come Comitato Uisp Piemonte, fosse presente il maggior numero di affiliate coinvolte o intenzionate ad essere coinvolte, nei sei settori.

A partire dal 1 settembre invieremo le convocazioni a tutte le asd affiliate in base alla loro partecipazione agli eventi negli ultimi due annate sportive".

nuoto.piemonte@uisp.it

SdA Pallavolo

UISP PIEMONTE

LA PALLAVOLO

CERCA NUOVI ARBITRI!



ENJOY

PARTECIPA GRATUITAMENTE AL CORSO DI FORMAZIONE PER OTTENERE LA QUALIFICA NAZIONALE UISP DI ARBITRO!

perchè partecipare?

- ✓ crescita personale
- ✓ vivere in prima persona momenti di socialità, sport e festa
- ✓ rimborso per ogni gara arbitrata
- ✓ divisa ufficiale Macron gratuita

inizio previsto ottobre 2025!!!

DIVISA UFFICIALE GRATUITA!

 **UISP**
aps
sportpertutti



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI

seguici su



info su

pallavolo.piemonte@uisp.it 011.4963484

La Pallavolo cerca nuovi arbitri!

Il settore sta iniziando a "scaldare" i campi già per la stagione 25/26!

Ad ottobre del nuovo anno sportivo, partirà un nuovo corso di formazione per ottenere la qualifica nazionale UISP di Arbitro, se sei motivat* puoi contattarci e preiscriverti!

Il corso è totalmente gratuito e ti permetterà di vivere appieno il mondo della Pallavolo UISP

Cosa stai aspettando?

Contattaci scrivendo una mail di adesione su

info → formazione.piemonte@uisp.it | pallavolo.piemonte@uisp.it

Arbitro Pallavolo - clicca QUI per iscriverti!

ALESSANDRIA



Credit foto: FIAB Alessandria

Pedaliamo per la Pace!

Martedì 22 luglio, UISP Alessandria ha partecipato alla pedalata "Pedaliamo per la Pace", promossa da EMERGENCY e FIAB, per dire NO alla guerra e portare un messaggio di solidarietà e speranza. L'iniziativa nasce per sensibilizzare l'opinione pubblica sull'importanza della pace, della solidarietà e della nonviolenza, poichè ogni chilometro percorso nel mese di luglio contribuirà simbolicamente a un contachilometri collettivo, che ha come obiettivo ideale il collegamento tra Roma e Kiev.

NUOVA STAGIONE

»»»»» **CALCIO A 5 INDOOR - MASCHILE** «««««
CALCIO A 5 - FEMMINILE
CALCIO A 7 - MASCHILE

2025-2026



**CHIEDI
INFO!**

**CREA LA
TUA
SQUADRA!**

0172431507
calcio.bracuneo@uisp.it
Via Mercatini, 9 - Bra (CN)

La nuova stagione del Calcio territoriale!

Per info e iscrizioni → calcio.bracuneo@uisp.it



Credit foto: Comitato territoriale UISP Bra Cuneo APS

Orari estivi e prenotazione corsi alla Piscina di Fossano

Dal 1° agosto si aprono le prenotazioni online per la nuova stagione 2025/2026.

Fase 1 – prenotazione web: dall'1/08 al 15/08. Prenota il tuo corso direttamente online su piscinafossano.it/prenotazioni.

Conferma obbligatoria entro il 19 agosto in segreteria

Fase 2 – iscrizioni in segreteria: dal 20/08. Posti disponibili anche per corsi in esaurimento durante la prenotazione online. Primo periodo corsi: dall'8/09 al 15/11 – 10 settimane di sport, relax e divertimento per tutte le età!

AQUAGYM

Dai una scarica di energia alle tue giornate con grinta e ritmo!

DAL 08.09.25 AL 15.11.25

PRIMO PERIODO CORSI NUOVA STAGIONE

PRENOTAZIONI WEB DAL 01.08 | ISCRIZIONI CLASSICHE DAL 20.08

Credit foto: Comitato territoriale UISP Bra Cuneo APS

Energia, ritmo e benessere con l'aquagym alla Piscina di Fossano

Cerchi un'attività divertente, energica e rigenerante?

Il nostro corso di Aquagym è perfetto per chi ama allenarsi in acqua con grinta e leggerezza.

- Dall'8 settembre al 15 novembre
10 settimane di movimento e buonumore per ritrovare il benessere.
- Orari, costi e tutte le info utili: <https://bit.ly/3DDLl9d> Prenotazioni online dal 1° agosto
<https://bit.ly/2Yhs5sl>. Iscrizioni classiche in segreteria dal 20 agosto



Credit foto: Comitato territoriale UISP Bra Cuneo APS

Corsi nuoto ragazzi 6–16 anni alla Piscina di Fossano

I corsi nuoto ragazzi sono perfetti per coloro che si avvicinano per la prima volta al mondo acquatico, ma anche per coloro che vogliono affinare la tecnica.

Scopri orari, costi e tutte le info utili: <https://bit.ly/4fj4so4>

Primo periodo va dall'8 settembre al 15 novembre per 10 settimane di sport e divertimento!

Prenotazioni online dal 1° agosto <https://bit.ly/2Yhs5sl> per saltare la coda

Iscrizioni classiche in segreteria dal 20 agosto

IVREA



Hai voglia di una passeggiata
nella natura in compagnia?

Ci sono ancora due appuntamenti a
luglio con i nostri gruppi di cammino
In cammino con (la) UISP

**22 VAL DI CHY ALICE
SUPERIORE/MEUGLIANO**
H. 9.00
Ritrovo al campo sportivo

29 VALCHIUSA DRUSACCO
H. 9.00
Ritrovo al campo sportivo

UISP
sportpertutti
Comitato di Ivrea e Canavese



Credit foto: Comitato Territoriale UISP Ivrea e canavese APS

A luglio in cammino con (la) UISP!

Voglia di camminare nella natura in compagnia?

Ci sono ancora due appuntamenti a luglio con i nostri gruppi di cammino “In cammino con la UISP”!

- Martedì 29 luglio – Valchiusa (Drusacco) - Ritrovo: ore 9.00

Le passeggiate si svolgono su percorsi misti di facile percorribilità, durano circa 1 ora e mezza/2 ore e sono gratuite!

Si consiglia di arrivare con almeno 30 minuti di anticipo per le registrazioni.

Per informazioni:

Agostina 349 4725548

Nadia 349 7750730

Tiziana 335 1864821

Roberto 333 7224949

Armando 340 3714851

Fulvia 349 1820875

È richiesta l'iscrizione alla UISP di Ivrea e Canavese (€7 annuali) e il Certificato Medico NON Agonistico (per chi ha la tessera scaduta al 31/12/2024).

Il certificato verrà conservato presso la UISP di Ivrea.

Camminare fa bene... farlo insieme ancora di più!

info → ivreacanavese@uisp.it



Paola Gianotti

100x100 Donne: sport e solidarietà a Ivrea

Il progetto 100x100 Donne, ideato da Paola Gianotti*, si svolgerà il 12 ottobre e porterà a Ivrea una cicloturistica tutta al femminile. L'evento, non competitivo, promuove inclusione, libertà e solidarietà, con due percorsi da 50 e 100 km nel Canavese. Aperta a tutte le donne, anche non esperte, la manifestazione devolgerà il ricavato a progetti per ragazze del Canavese e donne del Senegal.

info → ivreacanavese@uisp.it

** Paola Gianotti UltraCycler e Guinness World Record per il giro del mondo in bici 29430Km in 144 giorni.
KeepBrave e' il suo motto!Mai mollare! Percorso tutte le tappe del #GirodItalia un giorno prima per sicurezza
stradale #ioRispetto!Lciclista*

PINEROLO

CALENDARIO ATTIVITÀ

PERIODO 1°
(14 settimane)
15 settembre – 21 dicembre
Chiusura attività 01/11, 8/12

PERIODO 2°
(11 settimane)
12 gennaio – 29 marzo

PERIODO 3°
(10 settimane)
30 marzo – 06 giugno
Chiusura attività 7/04, 25/04, 01-02/05
e 01-02/06/2024

PERIODO 4°
(7 settimane)
07 giugno – 26 luglio

L'accesso ai corsi è consentito previa consegna della COPIA del CERTIFICATO MEDICO PER ATTIVITÀ SPORTIVA NON AGONISTICA IN CORSO DI VALIDITÀ' (legge n.98 del 9 agosto 2013)

La Direzione si riserva la facoltà di sospendere i corsi in caso di mancanza di adesioni.

Per informazioni sui costi dei corsi riservati ai soci è necessario presentarsi presso la sede del comitato o chiamare allo 0121377516.

Sono a disposizione dei frequentanti dell'impianto cabine a rotazione, armadietti, spogliatoi, docce, asciugacapelli, assistenza in vasca.

TESSERAMENTO

Possono partecipare tutti i Soci in possesso di tessera UISP 2025-2026

Tessera Associativa Annuale: Adulti € 15,00 – Ragazzi (fino a 14 anni) € 10,00

Sono previste agevolazioni per nuclei familiari con più iscritti.

Eventuali lezioni di recupero (max 1 per attività mono settimanale - max 2 per bisettimanale) e/o cambi di orario potranno essere effettuati compatibilmente con le disponibilità, ad esclusiva discrezione della Direzione Impianto.

SERVIZI

Nell'impianto è in funzione un moderno **BAR** ristoro.

Nei mesi di Giugno, Luglio 2026 è funzionante il **SOLARIUM** all'aperto.

2025/2026

E' in funzione il sistema di controllo accessi alle attività tramite tessera magnetica che consente l'ingresso a spogliatoi, vasche e palestra transitando attraverso il tornello.

Per poter accedere ogni Socio deve aver preventivamente saldato la quota ed il contributo associativi, ed aver consegnato copia del certificato medico in corso di validità

Credit foto: Comitato Territoriale UISP Pinerolo APS

I nuovi programmi della Piscina Comunale di Pinerolo

info → comunicazione.pinerolo@uisp.it

TORINO



Credit foto: Comitato Territoriale UISP Torino APS

I gruppi di cammino con Nova Coop

Nova Coop organizza in collaborazione con Uisp Torino i gruppi di cammino Torino da giugno a ottobre.

L'appuntamento è in via Livorno 51 a Torino, ogni lunedì e giovedì dal 5 giugno e fino al 30 ottobre (agosto escluso), dalle 9 alle 10,30 oppure in via Botticelli 85, sempre a Torino, tutti i martedì e venerdì dal 3 giugno al 31 ottobre (agosto escluso), dalle 17 alle 18,30. La quota di adesione, comprensiva di tessera UISP e copertura assicurativa, è di 50 euro. Per maggiori informazioni e iscrizioni rivolgersi al servizio Filo Diretto chiamando il Numero Verde 800238380. È necessario il certificato medico per l'attività non agonistica.

Le Storie di

A  Ruota Libera

 **UISP**
sportpertutti
Comitato di Torino



 **Anemos**
ITINERARI DEL VENTO





La Storia di Omar

Omar ha 15 anni e si muove utilizzando una carrozzina.

Non aveva mai provato ad andare in bicicletta, non perché non fosse in grado, ma semplicemente perché non aveva mai trovato una bici adatta a lui.

Grazie all'attività di avvicinamento alla bicicletta organizzata a CasaOz, in collaborazione con Anemos, Paideia e UISP Torino, ha finalmente avuto l'opportunità di vivere questa esperienza: sentire la brezza fresca sul viso, percorrere un sentiero tra gli alberi e provare l'emozione della bicicletta, utilizzando un modello adattato fornito da Paideia e con il supporto degli istruttori. Per Omar è stata un'esperienza davvero significativa, non solo perché è riuscito a salire in sella, ma soprattutto perché ha potuto partecipare a un'attività che prima sembrava irraggiungibile e, soprattutto, farlo insieme ai suoi amici, molti dei quali avevano già vissuto questa esperienza.



La Storia di Mohamed

Mohamed ha 19 anni e non era mai salito su una bicicletta. Non aveva mai provato, un po' perché non se n'era mai presentata l'occasione, un po' per paura. Durante l'attività e l'uscita al parco, però, si è avvicinato in modo graduale: con l'aiuto di un educatore, ha fatto un giro in tandem.

Questo primo passo gli ha permesso di prendere confidenza con la bicicletta, con l'equilibrio e con tutto ciò che serve per provarci da soli. Tornato dal giro, Mohamed ha deciso di fare un tentativo. Ha chiesto consiglio a un istruttore e ha cominciato ad allenarsi. Nonostante i 36 gradi all'ombra, la sua determinazione ha avuto la meglio: dopo un'ora di tentativi, è riuscito a pedalare da solo per qualche metro. Una vera conquista! Un bellissimo modo per superare una paura che lo accompagnava da quasi vent'anni. Tutto questo è stato possibile grazie a un avvicinamento graduale e rispettoso dei suoi tempi. A distanza di una settimana, Mohamed ha trovato una bicicletta usata e ora la prova ogni giorno, migliorando passo dopo passo. Ha conosciuto una nuova amica: la bicicletta.



*La Storia di
Giovanni e Julie*

Giovanni e Julie hanno 9 anni e si sono conosciuti al CampobaseOz. Hanno scoperto subito di avere molte cose in comune: collezionano le stesse carte, preferiscono giocare sulla riva del mare piuttosto che tuffarsi, e entrambi hanno una disabilità motoria, diversa per ciascuno, ma condivisa con naturalezza.

Grazie all'attività in bicicletta proposta da Anemos, Paideia e UISP Torino, hanno potuto fare un giro nel parco proprio come tutti gli altri bambini della loro età.

Accompagnati da due educatori e con biciclette adattate alle loro esigenze, si sono goduti il percorso tra risate, scherzi, piccole gare di velocità e sfide su chi arrivava per primo in cima alle salite. Per Giovanni e Julie non è stata solo la prima esperienza in bicicletta, ma soprattutto un momento speciale di amicizia e divertimento, che ha reso il loro legame ancora più forte.

Credit foto: Comitato Territoriale UISP Torino APS

Le storie del progetto "A ruota libera"

Con il progetto "A Ruota Libera", svolto da UISP Torino, in collaborazione con la Fondazione Paideia e Anemos - Itinerari del vento, la bici non è solo un mezzo: è un ponte tra le persone, le culture, le esperienze.

Il nostro Comitato ha raccolto 3 storie vere di chi ha trovato nella bicicletta una grande possibilità.

Ci siamo emozionat* leggendo la storia di Omar, che ci parla della sensazione del vento sul viso.

Abbiamo ascoltato Mohamed.

E infine ci siamo lasciati* ispirare da Giovanni e Julie.



CORSI DI:

- NUOTO ADULTI
- NUOTO JUNIOR
- ACQUATICITÀ

1° TURNO

dal 15 settembre 2025
al 1 Febbraio 2026

ISCRIZIONI

dal **3** al **12** settembre 2025
Dal Lunedì al Venerdì
dalle 13 alle 19

TUTTI I CORSI SONO ATTIVATI
CON UN MINIMO DI 5
PARTECIPANTI
e FINO ESAURIMENTO POSTI



- Quota Associativa /Assicurativa Anno Sportivo Settembre/Giugno € 14,00
- LE LEZIONI SONO DI 50 MINUTI
- CERTIFICATO PER ATTIVITÀ SPORTIVA NON AGONISTICA OBBLIGATORIO in fotocopia (legge n. 98 del 9 agosto 2013)

CHIUSURE:

1 novembre 2025 – 8 dicembre 2025
dal 23 dicembre 2025 al 6 gennaio 2026 compresi

INFO PISCINA TORRAZZA:

Via Torrazza Piemonte, 14 TORINO - tel. 011/19501910

per INFORMAZIONI:

segreteria@piscinatorrazza.it

ORARIO SEGRETERIA
dal 15/09 a chiusura:

dal Lunedì al Venerdì dalle 8,30 alle 19,30
Il Sabato dalle 8,30 alle 18,00



PER INFO WHATSAPP al **327 4940777**

ANNO SPORTIVO
2025/2026

ISCRIZIONI

dal 3 al 12 settembre 2025
Dal Lunedì al Venerdì
dalle 13 alle 19

NUOTO LIBERO

dall' 8 al 12 settembre 2025

ORARIO 13-19

Dal 15 settembre
orario come da tabellaNUOTO LIBERO
e DOMENICA IN FAMIGLIA

CHIUSURE:

1-2 novembre 2025 - 7/8 dicembre 2025
24-25-26 dicembre 2025 - 31 dicembre 2025
1 e 8 gennaio 2026
4-5-6 aprile 2026
25-26 aprile - 1° maggio - 2 giugno - 24 giugno 2026

INFO PISCINA TORRAZZA:

Via Torrazza Piemonte, 14 TORINO - tel. 011/19501910

per INFORMAZIONI:

segreteria@piscinatorrazza.it

ORARIO SEGRETERIA

dal Lunedì al Venerdì dalle 8,30 alle 19,30

dal 15/09 a chiusura:

il Sabato dalle 8,30 alle 18,00

DOMENICA IN FAMIGLIA (dal 5 Ottobre)

(tutte le domeniche del mese, previa iscrizione in segreteria)

3/5 anni	Vasca di acquaticità	10.10 - 11.00
0/3 anni	Vasca di acquaticità	11.00 - 11.50

con supervisione dei nostri tecnici

1 adulto + bebè € 7,00 in vasca piccola (1 solo accompagnatore)

1 adulto + bambino € 8,00 in vasca grande, dai 6 ai 13 anni



PER INFO WHATSAPP al 327 4940777





1° TURNO

dal 15 settembre 2025
al 1 Febbraio 2026

ISCRIZIONI

dal **3** al **12** settembre 2025
Dal Lunedì al Venerdì
dalle 13 alle 19

FITNESS OPEN
ACQUA BIKE
ACQUA CIRCUIT
ACQUA POWER
ACQUA TREADMILL
GYM DOLCE ATTESA
CORSI DI ACQUA PILATES
GYM SOFT

- Quota Associativa /Assicurativa Anno Sportivo Settembre/Giugno € 14,00
- LE LEZIONI SONO DI 50 MINUTI
- CERTIFICATO PER ATTIVITÀ SPORTIVA NON AGONISTICA OBBLIGATORIO in fotocopia (legge n.98 del 9 agosto 2013)

CHIUSURE:

1 novembre 2025 – 8 dicembre 2025
dal 23 dicembre 2025 al 6 gennaio 2026 compresi

INFO PISCINA TORRAZZA:

Via Torrazza Piemonte, 14 TORINO – tel. 011/19501910

per INFORMAZIONI:

segreteria@piscinatorrazza.it

ORARIO SEGRETERIA dal 15/09 a chiusura:

dal Lunedì al Venerdì dalle 8,30 alle 19,30
Il Sabato dalle 8,30 alle 18,00



PER INFO WHATSAPP al **327 4940777**

ACQUA BIKE: attività ad intensità elevata. L'Acqua Bike è considerata una delle ultime innovazioni dell'acquafitness e fonde il piacere della bicicletta, dell'acqua e della musica. Combinando il movimento di pedalata ai movimenti del tronco e degli arti inferiori si ottiene un'attività prevalentemente aerobica e di tonificazione.

ACQUA GYM: Acqua e Musica – Profondità da 1,20 a 2 metri con galleggianti. Attività di tonificazione sui vari distretti muscolari con o senza ausilio di attrezzi.

ACQUA CIRCUIT: Alternanza di esercizi di tonificazione muscolare e cardiovascolare eseguiti con l'ausilio di svariati attrezzi per il

ACQUA POWER: Bike, Treadmill e Fit Boxe a ritmo di musica. Perfetta per tonificare braccia, cosce e glutei senza che il peso del corpo gravi sulla schiena. E' un'attività ad ALTA INTENSITA', particolarmente indicata per chi vuole tonificare e rassodare.

ACQUA TREADMILL: tappeto acquatico. Attività ad intensità elevata, praticabile anche a piedi nudi.

ACQUAPILATES: Pilates in acqua

GYMSOFT: attività a bassa intensità. Indicato per mantenere la forma fisica senza stressare il corpo. Esercizi lenti, controllati e a basso impatto.

Credit foto: Piscina Torrazza Torino

Sono aperte le iscrizioni per la nuova stagione alla Piscina Torrazza Torino

Si comunica l'apertura delle iscrizioni alle attività del 1° turno della nuova stagione sportiva, che si svolgerà dal 15 settembre 2025 al 1° febbraio 2026.

Le iscrizioni saranno aperte, fino ad esaurimento posti. Nel periodo dall'8 al 12 settembre sarà disponibile esclusivamente l'attività di nuoto libero, dalle ore 13 alle ore 19. A partire dal 15 settembre le attività si svolgeranno come da programma. Tutte le novità della stagione: nuovi orari per fitness, acquapilates, nuoto junior e nuoto adulti; due nuove entusiasmanti attività: syncro e agonismo. La piscina sarà aperta tutte le domeniche per il tuo relax e divertimento. Non perdere l'occasione di far parte della nostra comunità sportiva.

"Lo sport per tutti e di tutti, nessuno escluso."

333.1054954 o 011.9501910

Newsletter UISP Piemonte APS - numero XX 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](#)