



## NEWSLETTER n°16 - 22.23

---

### **Cosa troverai in questo numero?**

**Speciale Centri Estivi Uisp - Arrampicando asd, Il Villaggio degli Sport - Sport di Borgata, Play Camp Tsec, Ninja Camp Yoshin Ryu e Cascina Oslera**

**La Formazione - Corso di formazione per il rilascio della Qualifica Nazionale di Educatore Multisport**

**SdA Atletica Leggera - Che sia mare, montagna o collina, scopri con noi le splendide corse, camminate e trail organizzati dalle asd affiliate**

**SdA Calcio - Matti per il Calcio su RaiTre**

**SdA Ciclismo - Bicincittà al Motovelodromo!**

**SdA Cinofilia - A Nichelino, prove di B.U.C.**

**SdA Danza - La Rassegna Nazionale Città in Danza 2023 e Let's share!**

**Sda Discipline Orientali - I ritrovi agonistici di Judo e Karate**

**ALESSANDRIA - Il 14 maggio Bimbinbici e Bicincittà**

**BRA.CUNEO - Bicincittà in Rosa...special edition**

**TORINO - Aurora e Barriera in movimento!**

**VALLESUSA - Sfumature di Mamma: il nutrizionista risponde**

**Buona Lettura!**

**La Formazione**



08 - 17  
MAGGIO

Corso di Formazione  
per ottenere la qualifica di

# EDUCATORE MULTI SPORT

Esame Finale con rilascio di qualifica nazionale

## REQUISITI D'AMMISSIONE

Tessera Uisp a.s. 22/23

18 anni

Diploma superiore

invio CURRICULUM

CON LEZIONI  
NEI WEEKEND  
ONLINE E IN  
PRESENZA

## ESONERI SU ALCUNI ARGOMENTI TRATTATI

allegando al form d'iscrizione il CURRICULUM

Diploma di Laurea

SUISM - Scienze dell'Educazione

Scienze della Formazione - Psicologia

info su

[formazione.piemonte@uisp.it](mailto:formazione.piemonte@uisp.it)

[www.uisp.it/piemonte](http://www.uisp.it/piemonte)



# Corso di Formazione per il rilascio della Qualifica Nazionale di Educatore Multisport

Vorresti lavorare come Educatore in un Centro Estivo UISP? Partecipa al corso MULTISPORT 6-14 anni!

Gli argomenti trattati:

- Il ruolo e gli strumenti dell'educatore sportivo
- Attività sportiva in ambiente naturale
- Tecniche di animazione e conduzione di gruppi
- Pianificare, progettare e programmare le attività sportive al chiuso, all'aperto e in acqua
- Dal gioco tradizionale al gioco sportivo: didattica\*
- Metodologia e didattica delle discipline sportive: propedeutica, elementi e giochi di base delle discipline\*
- Giochi motori, schema corporeo, schemi motori, capacità motorie, approccio ludico dell'attività\*
- Anatomia e fisiologia \*\*
- Pedagogia: le tappe dello sviluppo evolutivo da 6 a 14 anni\*\*

\* *esonero SUISM*

\*\* *esonero SUISM, Scienze dell'Educazione, Formazione, Psicologia*

in caso di esoneri è obbligatorio ALLEGARE IL CURRICULUM

Requisiti minimi di ingresso al corso:

- tessera Uisp a.s. 22/23
- 18 anni
- Diploma superiore
- Invio del Curriculum Vitae

Clicca sul [LINK](#) per accedere al form online.

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

---

**Speciale Centri Estivi Uisp!**  
**Novara**



 **arrampicando**

**SPAZIO  
ESTATE  
2023  
dal 12/06  
al 02/09  
7/19 ANNI**

**10 settimane di  
Sport, Gioco e Avventura  
scopri tutte  
le nostre attività!**



**+ 10 gg.  
DI ARRAMPICANDO  
AL MARE**

Credit foto: Arrampicando Novara ASD

## Arrampicando asd

Dieci settimane di sport, gioco e avventura con Arrampicando. Dal 12 giugno al 2 settembre c'è un ricco programma di attività dedicato alla fascia di età 7/19 anni. Allenamento 2 o 3 volte a settimana con arrampicata su strutture urbane e ambienti naturali e in base al meteo nuoto, bouldering, pedalata in campagna, beach volley e anche avventura con organizzazione e dinamiche di gruppo (parco avventura, notte sotto le stelle, esplorazioni e gite al lago) e laboratori di disegno, cucito creativo, ceramica e falegnameria. Tutti i giovedì pizza e pigiama party e tanto divertimento!

Info ed iscrizioni → [as.arrampicando@libero.it](mailto:as.arrampicando@libero.it)

Torino

**12<sup>a</sup> Edizione**

# Il Villaggio degli Sport!

## Centro Polisportivo Massari

Da lunedì 12 giugno al 4 agosto 2023.. e poi ancora dal 28 agosto al 8 settembre!

Un Centro Estivo con tante attività sportive, svolte in sicurezza nel nostro bellissimo Centro Polisportivo! Quest'anno grandi novità come le gite sul territorio torinese e altre sorprese!

Gli animatori e gli istruttori sportivi sono qualificati e maggiorenni, coordinati da professionisti di lunga esperienza.

### ISCRIZIONI ON-LINE

**DAL 26 APRILE**  
FINO AD ESAURIMENTO POSTI

LE ISCRIZIONI AL VILLAGGIO DEGLI SPORT POTRANNO ESSERE EFFETTUATE:

- ON-LINE, COMPLETANDO LA SCHEDA DI ISCRIZIONE E I MODULI RICHIESTI. TROVATE IL LINK PER L'ISCRIZIONE, I MODULI E TUTTE LE INFORMAZIONI NECESSARIE SUL NOSTRO SITO [WWW.CENTROPOLISPORTIVOMASSARI.IT](http://WWW.CENTROPOLISPORTIVOMASSARI.IT)
- IN PRESENZA PRESSO IL CENTRO POLISPORTIVO MASSARI, VIA GIUSEPPE MASSARI N.114, IL MARTEDÌ E GIOVEDÌ DALLE 15:00 ALLE 18:00 E IL MERCOLEDÌ DALLE 11:30 ALLE 17:30

N.B. ALL'ATTO DELL'ISCRIZIONE È RICHIESTO IL CERTIFICATO MEDICO SPORTIVO NON AGONISTICO.

### ATTIVITA'

NUOTO, PALLAVOLO, BEACH VOLLEY, BASKET, CALCIO, ATLETICA, MINI BOWLING, DODGEBALL, AIKIDO, KENDO, TAEKWONDO, PATTINAGGIO A ROTELLE, DANZA, LAB. AGRICOLO, LAB. CREATIVI, GIOCHI POLISPORTIVI, TORNEI, CACCIA AL TESORO E ALTRE SORPRESE IN ARRIVO!

COMPITI: 1 ORA TUTTI I GIORNI

LE ATTIVITÀ POSSONO SUBIRE VARIAZIONI A SECONDA DEL PERIODO DI FREQUENTAZIONE E DELL'ETÀ DEI/DELLE BAMBINI/E E RAGAZZI/E.

CENTRO POLISPORTIVO MASSARI  
ASD PROGETTO SPORT DI BORGATA  
[WWW.CENTROPOLISPORTIVOMASSARI.IT](http://WWW.CENTROPOLISPORTIVOMASSARI.IT)  
[GENITORIVILLAGGIO@GMAIL.COM](mailto:GENITORIVILLAGGIO@GMAIL.COM)  
011. 2206211

Credit foto: Centro Polisportivo Massari

## Il Villaggio degli sport dell'asd Sport di Borgata

Il Centro Polisportivo Massari propone da lunedì 12 giugno al 4 agosto e dal 28 agosto all'8 settembre, il Villaggio degli sport.

Tante le attività sportive proposte e un'ora di compiti tutti i giorni. Dalle 8,30 alle 16,30 rivolto all'età 3-16 anni.

Sono aperte le iscrizioni online!

Info ed iscrizioni → [www.centropolisportivomassari.it](http://www.centropolisportivomassari.it)





# A.S.D. TROFARELLO SEC

23 EDIZIONE



DAL 2 AL 8

LUGLIO 2023

PANICE SOTTANA

( LIMONE PIEMONTE )



## Play camp con Trofarello Tsec

Ritorna la 23° edizione del Play Camp promosso dalla Trofarello Sec. Dal 2 all'8 luglio si svolgerà a Panice Sottana vicino a Limone Piemonte.

Info ed iscrizioni → [volley@trofarellosec.it](mailto:volley@trofarellosec.it)



Credit foto: Yoshin Ryu

## Yoshin Ryu Ninja Camp

Il Ninja Camp è un camp estivo immerso nell'antico Giappone. I ragazzi dai 6 ai 14 anni intraprenderanno un viaggio nel tempo e si ritroveranno tutto d'un tratto nel misterioso mondo dei Ninja e dei Samurai, a far parte di un nobile clan di guerrieri.

Tra le attività: giochi di ruolo, cultura giapponese, musica, energia e discipline orientali.

Date Ninja Camp:

- Prima settimana: dal 12 al 16 giugno
- Seconda settimana: dal 19 al 23 giugno
- Terza settimana: dal 26 al 30 giugno

Info ed iscrizioni → [www.yoshinryu.com](http://www.yoshinryu.com)





Credit foto: Comitato Territoriale Ciriè Settimo Chivasso

### Centro estivo cascina Oslera La Mandria

Il Comitato UISP Ciriè Settimo Chivasso organizza il centro estivo presso Cascina Oslera, situata all'interno del suggestivo paesaggio del Parco La Mandria. Per bambini e ragazzi dai 6 ai 14 anni si svolgerà dal 12 giugno al 4 agosto e dal 23 agosto. Tante le attività che verranno proposte: dalle passeggiate all'aria aperta e la possibilità di effettuare gite con i cavalli, gioco libero, passando per le attività multisportive organizzate dagli istruttori SUISM e dagli operatori UISP.

Info ed iscrizioni → [www.uisp.it/settimocirie/pagina/torna-il-centro-estivo-a-cascina-oslera](http://www.uisp.it/settimocirie/pagina/torna-il-centro-estivo-a-cascina-oslera)

**SdA Atletica Leggera**





Credit foto: ufficio stampa Uisp Piemonte APS

[CLICCA QUI](#) per vedere il calendario del settore: pista, strada, trail, montagna, vertical, camminate e nordic walking

## Camminate ed Escursioni



Credit foto: Sportivamente a Piedi asd

### asd Sportivamente a Piedi

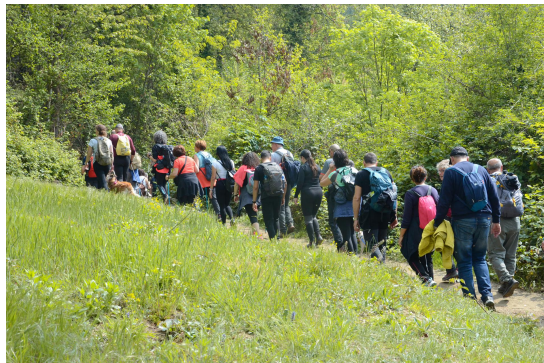
Uscite periodiche:

- Collegno - ogni giovedì alle 18
- Lanzo - ogni giovedì alle 15
- San Mauro - ogni martedì e giovedì ore 9
- San Mauro - ogni mercoledì alle 18

Escursioni:

- **30 aprile** escursione a punta Serena Val di Lanzo
- **7 maggio** Francigena Marathon di Rivoli

Info → 377.1250852



Credit foto: Nordic Walking Andrate asd

## asd Nordic walking Andrate

### Escursioni

- **30 aprile** Cammina Pralormo
- **14 maggio** Cammina Pavarolo

Info → [viviandrate.it](http://viviandrate.it) - 334.6604498



Credit foto: Nordic Walking Volpiano asd

## asd Nordic walking Volpiano

### Allenamenti

Allenamenti di nordic walking a Volpiano il mercoledì alle 14,15 nella Vauda e alla Pellerina il martedì alle 17

### Escursioni

- **6 maggio** escursione Orrido di Chianocco
- **13 maggio** allenamento in Vauda
- **20 maggio** camminata itinerante Rio Crivella

Info → [www.nordicwalkingvolpiano.com](http://www.nordicwalkingvolpiano.com)



Credit foto: Le Ciaspole asd

## asd Le Ciaspole

### Escursioni

- **7 maggio** Anello in Val Po da Crissolo
- **14 maggio** anello con partenza da Superga

Info → [www.leciaspole.it](http://www.leciaspole.it)





### Sport per la mente, "Matti per il Calcio" su FuoriTg Tg3

Patrizia Alfano, vicepresidente nazionale Uisp e presidente Uisp Piemonte, ospite in diretta a FuoriTg3, Ri3 interviene su sport e attività fisica per persone con disagio mentale.

Rivedi l'intera intervista [QUI](#)

Info su Campionati e Tornei → [\\_calcio.piemonte@uisp.it](mailto:_calcio.piemonte@uisp.it)

---

**SdA Ciclismo**

# 7 maggio 23

# bicincittà

DIRITTO ALLA MOBILITA'



**Partenza > 14:30**

MOTOVELODROMO "FAUSTO COPPI" DI CORSO CASALE 144 - TORINO

12KM PER UNA PASSEGGIATA IN BICI APERTA A TUTT3 PERCORRENDO LE CICLABILI  
LUNGO LE VIE D'ACQUA ATTRAVERSO GLI SCORCI DEL TERRITORIO CITTADINO TORINESE!

INFO

[CICLISMO.PIEMONTE@UISP.IT](mailto:CICLISMO.PIEMONTE@UISP.IT)

 **UISP**  
aps  
sportpertutti  
Regionale Piemonte

PARTNER ISTITUZIONALE

 **Marsh**

  
MOTOVELODROMO

## Torna Bicincittà!

Bicincittà è la giornata dedicata alle biciclette in città con il fine di incentivare la ciclabilità e la mobilità sostenibile della nostra città. Una passeggiata in bici aperta a tutti/e, alla scoperta delle ciclabili e degli scorci del territorio cittadino. Quest'anno l'evento si svolgerà all'interno della Circoscrizione 7, percorrendo le ciclabili lungo le vie d'acqua della città.

Si partirà dal monumento simbolo del ciclismo torinese, il Motovelodromo Torino "Fausto Coppi" di corso Casale 144, passando lungo il fiume Po si raggiungerà la ciclabile della Dora, per arrivare fino all'Arsenale della Pace del Balon, e poi ritornare verso il Po, chiudendo l'anello nuovamente al Motovelodromo, per una giornata che si concluderà con un giro sulla pista dei campioni.

Un percorso di 12 km pianeggiante, per lo più su ciclabili con tratti di strada sterrata.

Iscrizione gratuita.

Al termine della manifestazione, premi ad estrazione con gadgets Uisp!

Info ed iscrizioni → [ciclismo.piemonte@uisp.it](mailto:ciclismo.piemonte@uisp.it)

In caso di pioggia la manifestazione sarà annullata.

---

**SdA Cinofilia**



### **Prove di B.U.C.**

A Nichelino alcuni cittadini con i loro cani, si sono cimentati nelle dieci prove per superare l'esame del progetto B.u.c.(Binomio Urbano certificato). Progetto fortemente voluto dal Comune di Nichelino e realizzato dal Settore cinofilia Uisp Piemonte supportato dal Settore Cinofilia Uisp Nazionale. Tutti e sei i binomi hanno superato brillantemente le 10 prove e un ringraziamento va agli educatori e operatori cinofili Uisp che li hanno accompagnati in questo percorso.

Un ringraziamento speciale all'assessore Fiodor Verzola per aver creduto in questo progetto e all'educatore cinofilo Uisp, Gianluca De Maria per l'ottima organizzazione del corso.

---

**SdA Danza**

7 MAGGIO 2023

# CITTÀ IN DANZA PIEMONTE

CONCORSO NAZIONALE DI DANZA



LAVANDERIA A VAPORE  
COLLEGNO (TO)

DANZA.PIEMONTE@UISP.IT



## "Città in Danza" si avvicina!

Il settore Danza Uisp Piemonte inizia a svelare i nomi della giuria, che presiederà il parterre alla XV edizione della rassegna - concorso nazionale "Città in Danza": *Fabrizio Federici, Eva Naranjo, Giulia D'Antoni, Stefania Sanlorenzo.*

**Il presidente di giuria è Fabrizio Federici** - responsabile nazionale del settore Danza UISP, danzatore, maestro e coreografo. Nel 1998 fonda la Tuscolana Arte e Cultura, con la quale inizia un intenso lavoro coreutico basato su una ricerca compositiva con integrazione di linguaggi e visione interdisciplinare delle arti. Crea coreografie in teatri, musei e aree archeologiche di Roma. Dirige la compagnia Novadanza ed è direttore artistico dello Spazio Teatro Faber.



**Eva Naranjo** danza nel repertorio classico con il Cincinnati Ballet, lavorando con Alessandra Danilova e Frederic Franklin. Con il Tulsa Ballet Theater, diventa principal, esibendosi in ruoli di grande importanza del repertorio dei Ballets Russes e di Balanchine

**Giulia D'Antoni** ha insegnato in varie scuole newyorkesi tra cui la Martha Graham School, la Peridance e la Broadway Dance Center. Attualmente è docente stabile presso la scuola di Orsolina 28, il M.A.S. di Milano e l'Accademia Ucraina di balletto.

**Stefania Sanlorenzo** da anni scrive articoli per la divulgazione dell'arte coreutica. Co-creatrice del progetto "Marghe&Stef" per l'introduzione della danza contemporanea nelle scuole di danza, anche in piccole realtà sul territorio nazionale.

Le biografie complete sono all'indirizzo [uisp.it/piemonte/danza/citt-in-danza-2023-la-giuria](https://www.uisp.it/piemonte/danza/citt-in-danza-2023-la-giuria)

L'appuntamento per tutti è per domenica 7 maggio alla Lavanderia A Vapore Collegno!

Info → [www.uisp.it/piemonte/danza](https://www.uisp.it/piemonte/danza)

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

13 MAGGIO 2023

# LET'S SHARE

FREESTYLE BATTLE

CHOREOGRAPHIC CONTEST

1° EDIZIONE

VIA CUMIANA 15  
TORINO (TO)

DANZA.PIEMONTE@UISP.IT



## Let's share

Il Settore Danza Uisp Piemonte lancia la prima edizione del contest di hip hop dal titolo "Let's share" ovvero "Condividiamo!".

L'appuntamento è per sabato 13 maggio in via Cumiana 15, uno spazio dedicato ai giovani ed alle nuove tendenze artistiche. Una giuria composta da giudici di alto livello premierà i solisti e le migliori crew. Due le tipologie di performance, Freestyle battle (assolo hip hop) e Choreographic contest (assolo, duo coreografico e crew contest street dance) e tre le categorie baby (fino a 12 anni non compiuti), junior dai 12 ai 15 anni compiuti e open (over 16 anni compiuti).

Info → [www.uisp.it/piemonte/danza](http://www.uisp.it/piemonte/danza)

## SdA Discipline Orientali



Credit foto: Discipline Orientali Uisp Piemonte

### Settore Judo

**Domenica 7 maggio**, allenamenti della rappresentativa regionale piemontese, domenica 7 Maggio 2023 dalle ore 14,00 alle ore 17,30 (ritrovo ore 14), presso gli spazi della palestra dell'asd. Judo Club Novi (Martiri della Benedicta N° 9 15067 Novi Ligure).

Info utili

L'allenamento è aperto ad atleti (M+F) appartenenti alle categorie: Esordienti A, Esordienti B, Cadetti, Junior e Senior master

### Settore Karate

**Domenica 30 aprile**, dalle 9,30, al centro polisportivo Massari di via Massari 114, Corso Agonisti kata e kumite. Attività tecnico/didattica regionale svolta secondo programma tecnico nazionale UISP

Nella stessa sessione sarà presente la Commissione Arbitrale e di Giuria della Regione, per gli aggiornamenti riguardanti il regolamento di gara Uisp Nazionale Discipline Orientali, con simulazione di gara.

Info e iscrizioni → [disciplineorientali.piemonte@uisp.it](mailto:disciplineorientali.piemonte@uisp.it)

---



## i Comitati Territoriali

**ALESSANDRIA**



# Bimbimbici & bicincittà

DIRITTO ALLA MOBILITÀ 

**ALESSANDRIA, domenica 14 maggio**  
**IL FUTURO ARRIVA IN BICICLETTA**



partenza in piazza S.Maria di Castello  
ritrovo h.10 - partenza h.10,30

circuito cittadino facile

partecipazione: 3 euro da devolvere alla Fondazione Uspidalet

**portare fischietti, campanacci, tamburi e trombette**

arrivo al Parco Carlo Carrà

in caso di pioggia alla partenza la manifestazione sarà rimandata

## BRA - CUNEO



Credit foto: Uisp Bra Cuneo

### Special edition di Bicincittà!

Il comitato Territoriale Bra Cuneo, in occasione della tappa Bra-Rivoli del Giro d'Italia, organizza una special edition di Bicincittà.

Il ritrovo è vicino al comune in piazza Caduti per la Libertà a partire dalle ore 9 con partenza intorno alle ore 10,15 e ritorno intorno alle 12.

Sono 13 km di percorso facile tra le vie urbane ed extraurbane di Bra.

A tutti gli iscritti in regalo una t-shirt, a metà percorso un ristoro e alla fine il pasta party!

Iscrizioni e Info → [www.uisp.it/bra/pagina/bicincitta](http://www.uisp.it/bra/pagina/bicincitta)

## TORINO



Credit foto: Associazione Arteria

## **Aurora è di nuovo in Movimento**

Gli istruttori e le istruttrici Uisp vi aspettano ai giardini Alimonda per giocare gratuitamente a calcio. L'attività fa parte del progetto Educativa Di Strada in collaborazione con l'Associazione Arteria.

Appuntamento ogni martedì dalle 18 alle 20!

---





## Passeggiando per BARRIERA di Milano, alla scoperta del Parco dell'ARRIVORE



**Dal Superstore Botticelli al Parco dell'Arrivore passando dalla Manifattura Tabacchi.** Un itinerario alla scoperta dei tesori di Torino nord attraversando aree verdi e antichi borghi operai, sulle tracce delle storie che nel corso dei secoli si sono susseguite in questi luoghi.

La passeggiata vedrà la partecipazione di una guida turistica dell'associazione Piemondo - progetto Vivoin e di due walking leader qualificati della UISP Torino.

**Sabato 6 maggio 2023**  
dalle ore 15.00

ritrovo presso il Superstore Botticelli

**Partecipazione gratuita**, iscrizione obbligatoria su Filo Diretto: 800.23.83.80  
INFO UTILI: si consiglia di portare un binocolo e un abbigliamento comodo con pantaloni lunghi. Ad ogni partecipante sarà data in omaggio una sacca e sarà offerta la merenda.



In caso di maltempo  
l'iniziativa sarà  
rimandata.

### Passeggiando per Barriera di Milano, alla scoperta del parco dell'Arrivore

Sabato 6 maggio 2023 alle ore 15, partenza della passeggiata dal Superstore Botticelli, al Parco dell'Arrivore, passando dalla Manifattura Tabacchi. Un itinerario alla scoperta dei tesori di Torino nord attraversando aree verdi e antichi borghi operai, sulle tracce della storia

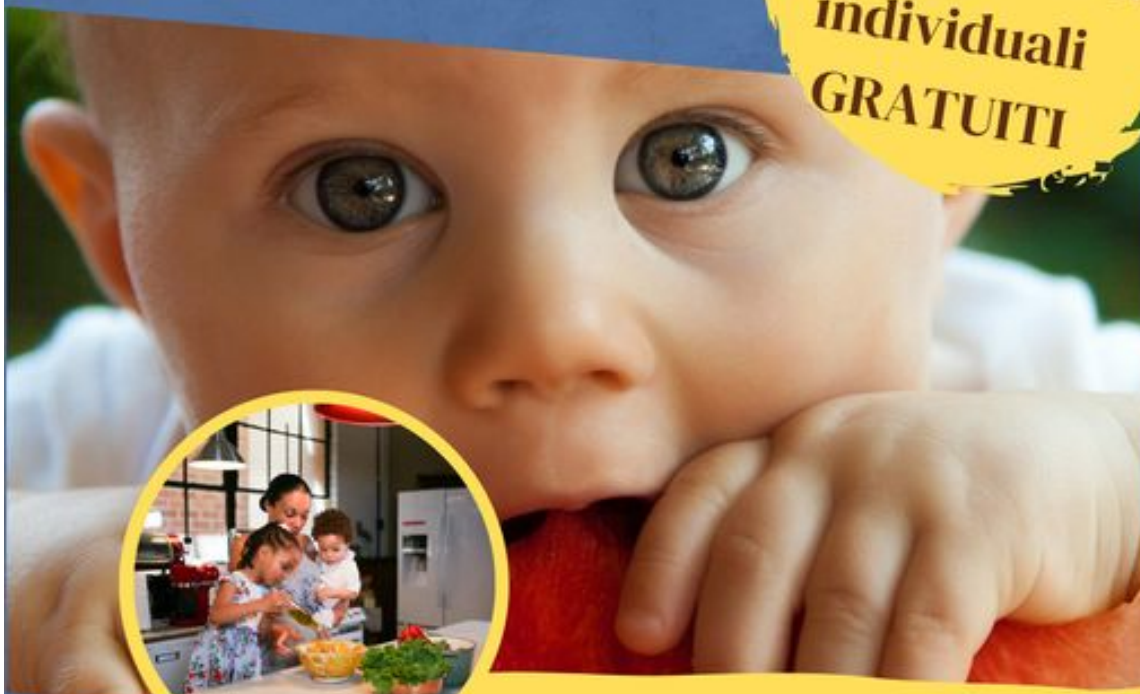
di questi luoghi. La passeggiata vedrà la partecipazione di una guida turistica dell'associazione Piemondo - progetto Vivoin e di due walking leader qualificati della UISP Torino.

La partecipazione è gratuita.

**VALLESUSA**



**Appuntamenti  
individuali  
GRATUITI**



## Il Nutrizionista risponde...

incontri informativi **individuali**  
per famiglie

**17 Maggio e 14 Giugno 2023**

CENTRO FAMIGLIE - CONSORZIO OVEST SOLIDALE  
Via Capra, 27 - RIVOLI

Incertezze sull'alimentazione dei tuoi figli?  
Come educare ad un sano stile di vita il bambino?  
Prevenire il sovrappeso fin dalla tenera età?  
...questo e molto altro

### Info e prenotazioni

 0119501470



CENTROFAMIGLIE @OVESTSOLIDALE.TO.IT  
SFUMATUREDIMAMMA@GMAIL.COM

*prenotazione obbligatoria*





## Il nutrizionista risponde

Grazie al prezioso supporto del Centro per le Famiglie - COS Rivoli Rosta Villarbasse Collegno Grugliasco, Sfumature di mamma propone due nuove date dedicate all'alimentazione dei piccoli e meno piccoli e ai sani stili di vita della famiglia connessi con le abitudini alimentari.

Incontri che offrono l'opportunità ai genitori di incontrare il Dott. Matteo Bronzini - Biologo Nutrizionista, per soddisfare dubbi, perplessità e chiedere consigli.

Due pomeriggi, il 17 Maggio e il 14 Giugno, tra le ore 17 e le ore 18.30 previa prenotazione.

Possono partecipare i futuri o attuali genitori, sia in coppia che singolarmente.

Gli incontri verranno svolti presso il Centro per le Famiglie Sede Rivoli, sito in via Capra, 27 - Sala 7, previa prenotazione.

---

Clicca per accedere alle pagine web dei Comitati Territoriali UISP



---

**UISP Piemonte APS**

via Nizza 102 - 10126 Torino

Seguici su



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