

NEWSLETTER n°4 - 23.24

In evidenza questa settimana...



A Novembre un nuovo corso UDB - Unità Didattiche di Base

Discipline Orientali: partecipa corso da "Operatore Sportivo"

Pallacanestro: iscritte oltre 50 società con più di 500 partite tra settore giovanile e minibaske!

Pallavolo: la presentazione del calendario 23-24

...cos'altro troverai in questo primo numero?

La Formazione - Proseguono i corsi BLSD e BLSD pediatrico, consulta il calendario!

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

SdA Ciclismo - Corso di Formazione per il rilascio della qualifica di "Istruttore Tecnico di Ciclismo Off-Road" e le tantissime proposte delle asd: Il Girasole Sportivo, I Cinghiali e Torino Bike Experience

SdA Danza - Open Weekend: Un mondo in movimento, con Rosa Trolese

SdA Discipline Orientali - Iniziano i percorsi per le cinture nere!

SdA Montagna - Uscita alla Rocca dell'Argimonia

SdA Nuoto - La prima di Campionato, con i Master, alla piscina Sospello

SdA Vela - Ritorna l'appuntamento annulae con L'inverna

TORINO - Tantissime attività da "brrrrivido" con il Centro Ricerca Danza, al Palaghiaccio Massari e con gli educatori del Comitato...e una serata di cabaret di circo contemporaneo con il Progetto SLIP

VALLESUSA - Proseguono gli appuntamenti di Sfumature di Mamma

Buona Lettura!

Formazione

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

Corsi UNITA' DIDATTICHE DI BASE

UDB online
novembre
Unità Didattiche di Base

10 ore per conoscere la Uisp
LA PRIMA TAPPA PER L'ACQUISIZIONE DELLE QUALIFICHE
L'organizzazione del mondo sportivo associativo e no profit, le leggi e il terzo settore

ITALIA ENTE DI PROMOZIONE SPORTIVA RICONOSCIUTO DAL CONI

UISP sportpertutti Regionale Piemonte

info su formazione.piemonte@uisp.it

segui su YouTube Instagram Facebook Twitter Spotify

Dal 16 al 19 novembre 2023, un nuovo corso UDB - Unità Didattiche di Base, la prima tappa per l'acquisizione delle diverse qualifiche

Corsi BLSD



Clicca QUI per il calendario corsi e le iscrizioni

SdA Atletica Leggera



Credit foto: Torino City Marathon

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

Camminate ed Escursioni



Credit foto: Nordic Walking Volpiano asd

asd Nordic walking Volpiano

Allenamenti di nordic walking a Volpiano il mercoledì alle 18 nella Vauda e il sabato alle 14,30 e alla Pellerina il martedì alle 18

Escursioni

- **Domenica 5 novembre** "La via Francigena: tappa da Verres a Point Saint Martin". Distanza 14,8km - dislivello 441D+; Partenza ore 10 da Verres

Info → . 366.4317857

→ www.nordicwalkingvolpiano.com



Credit foto: Le Ciaspole asd

asd Le Ciaspole

Escursioni

- **Domenica 29 ottobre** Anello Langa del barolo
- **Domenica 5 novembre** Anello di Villaretto Chisone
- **Domenica 12 novembre** Alpe Penna

Info → www.leciaspole.it

SdA Ciclismo

MAESTRI E ISTRUTTORI TECNICI DI CICLISMO

ISTRUTTORE TECNICO DI CICLISMO CON SPECIALIZZAZIONE OFF-ROAD

Coordinare gruppi di ciclismo UISP su percorsi cicloturistici e/o fuori strada con MTB e collabora con i maestri nell'attività di scuola ciclismo/centro di avviamento ciclismo UISP



ISTRUTTORE TECNICO/MAESTRO DI CICLISMO

Può essere responsabile attività di scuola ciclismo/centro di avviamento ciclismo UISP



Corso di Formazione per il rilascio della qualifica di "Istruttore Tecnico di Ciclismo con specializzazione Off-Road"

info → formazione.ciclismo@uisp.it



AFFILIATO
UISP
sportpertutti
Comitato di Torino

STAGE DI CONDUZIONE BICI MTB E IBRIDE

SABATO 14 OTTOBRE 2023
SABATO 18 NOVEMBRE 2023

Parco Ruffini - ingresso pista di atletica

Ritrovo ore 9,30

Inizio attività ore 10,00

Fine attività ore 12,30 circa

Costo
singola
lezione
5 €

Per adulti
e ragazzi dagli
8 anni in sù!



Per informazioni:

www.girasolessportivo.it

info@girasolessportivo.it



Stage di conduzione bici mtb e ibride

Il Girasole Sportivo asd propone il secondo appuntamento dello "Stage di conduzione bici MTB e ibride", previsto per sabato 18 novembre e gestito dagli istruttori cicloturistici dell'associazione. Il ritrovo è alle ore 9,30 al parco Ruffini c/o l'ingresso della pista di atletica leggera "Primo Nebiolo" e l'inizio attività alle ore 10. E' un'attività dedicata agli adulti e ai ragazzi dagli 8 anni in su, che desiderano perfezionare la guidabilità della propria due-ruote e acquisire così una maggior sicurezza nella gestione del mezzo, il casco è obbligatorio per tutti.

info → 347.1469946 | info@girasolesportivo.it



I° SANTA ROSALIA RACE STAFFETTA MTB

MERCOLEDÌ 1 NOVEMBRE 2023

GARA APERTA AGLI ENTI DI PROMOZIONE E FEDERAZIONE CICLISTICA
NO ELITE E UNDER 23

RITROVO ORE 12:30 PRESSO CHIESA DI SANTA ROSALIA IN LOCALITÀ SAN CASSIANO n° 27/BIS ALBA (CN)

CATEGORIE:

- SOLO BIKE: under 40, over 40 e donne (cat. unica)
- COPPIE: somma età under 40, under 90 (da 40 a 89), over 90 (da 90 in su) e mista (uomo + donna cat. unica)
- E-BIKE SOLO
- E-BIKE COPPIE (con categoria unica)

Il costo dell'iscrizione è di 15,00 € per i solo e 30 € per le coppie

Verranno redatte 4 classifiche assolute: E-BIKE SOLO/E-BIKE/COPPIE/SOLO BIKE le ultime due verranno anche divise per categorie come sopra indicato.

Verranno premiati i primi 4 vincitori delle classifiche assolute e i primi 3 delle categorie COPPIE E SOLO BIKE.

2 partenze: ore 14:00 Solo Bike e Coppie e ore 14:05 E-BIKE solo e E-BIKE Coppie

REGOLAMENTO: la gara si svolge sulla durata di un'ora + un giro, allo scoccare dell'ora tutti i corridori dovranno percorrere ancora un giro del percorso al passaggio sotto il traguardo della prima coppia e del primo solo. Per le coppie è obbligatorio ad ogni giro transitare nell'apposita zona cambio e darsi il cambio secondo le modalità che verranno comunicate dagli organizzatori prima della partenza, chi non rispetta il regolamento verrà penalizzato di un giro, per le coppie è consentito fare più giri senza cambiare solo in caso di problemi meccanici o di salute del compagno che dovrà comunicarlo ai giudici di gara

Preiscrizione non obbligatoria entro **venerdì 31 ottobre 2023 alle ore 15:00** all'indirizzo di posta elettronica:
staffettaalba@tiscali.it

Dovranno essere specificati, nome, cognome, età, n° di tesserino e società e per l'attribuzione del numero di pettorale la categoria nella quale si vuole partecipare (soprattutto se si è in possesso della E-bike). In caso di coppie la preiscrizione deve essere fatta da entrambi i corridori nella stessa mail



Credit foto: asd Girasole Sportivo

1° edizione "Santa Rosalia Race"

Mercoledì 1 novembre, a San Cassiano d'Alba, si gareggia in Mtb ed EBike. da soli o in coppia della durata di un'ora e un giro. Il ritrovo è alle ore 12,30 presso la chiesa di Santa Rosalia. L'evento è organizzato da Torino Bike Experience.

info → staffettaalba@tiscali.it



ASD "E-Bike
I Cinghiali Spa"

UISP
sportpertutti



Comune di
Murisengo

E-MTB URBAN

"del Tartufo di Murisengo"

XC URBAN
categorie E-Bike e MTB

gara aperta a E-Bike ed
MTB su percorso Urban
di circa 2 km.

INDIVIDUALE

o

a COPPIE
(1 giro a testa)

1 ora di gara + 1 giro.....
..VINCE CHI FA PIU GIRI!!

Possono partecipare anche non tesserati
ad alcun ente purchè provvisti di visita
medica e pagando un supplemento
assicurativo di 10 €

ISCRIZIONE 15,00 €
con Pacco Gara e premi
per ogni categoria!!

Sabato 18 NOVEMBRE

ISCRIZIONI ore 14.00

GARA ore 15.00

MURISENGO borgo antico, zona "TURIN VECH"

info e iscrizioni:
ebikeicinghialispa@gmail.com
3292541873 - 3313640752

Credit foto: asd I Cinghiali

L'E-Mtb Urban "Tartufo di Murisengo"

Sabato 18 novembre gara aperta a E Bike e Mtb su un percorso urban di 2 km individuale o a coppie. Ritrovo ore 14 a Murisengo borgo antico, organizza asd I Cinghiali Spa.

info → 329.2541873

SdA Danza



via CASELETTE 13e Torino

Un mondo in movimento

**OPEN
WEEKEND**



**ROSA
TROLESE**

DANZA CLASSICA
RESPONSABILE DANZA UISP PIEMONTE

sabato 28 ottobre alle ore 17:00

Info e prenotazione: 338 870 6798

Open Weekend: Un mondo in movimento, con Rosa Trolese

Rosa Trolese farà parte del prestigioso calendario di lezioni gratuite per l'inaugurazione della nuova sede della *Fondazione Egri per la danza*, di via Caselette 13d - Torino. L'evento si terrà sabato 28 e la domenica 29 ottobre dalle ore 15, sarà un 'open weekend' con 25 lezioni di danza gratuite, tenute da 12 grandi maestri!

Parteciperanno anche gli istruttori Renè , Marco Cosenza, Valeria Pomba e Anna Mastrocesare. Non perdere l'opportunità di ballare con i migliori insegnanti di danza, torinesi

- Susanna Egri
- Loredana Furno
- Franca Pagliassotto
- Rosa Trolese
- Patrizia Crepaldi Gaia
- Pascal Talarico
- Martina Deputato

info → 338.8706798

SdA Discipline Orientali



Credit foto: Yawara!

Pre-adesioni corso formazione per ottenere la qualifica di "Operatore Sportivo" Discipline Orientali

Corso di formazione per ottenere la qualifica nazionale di "operatore sportivo" del settore Discipline Orientali, prossimo in partenza.

Alcune info importanti prerequisiti di partecipazione al corso:

- acquisizione minima 1 Kyu (cintura marrone)
- età minima 16 anni
- totale ore corso: 34 online e in presenza

info → disciplineorientali.piemonte@uisp.it

Programmi e modulo di pre-adesione li trovi [CLICCANDO QUI](#)



Credit foto: sda Discipline Orientali UISP Piemonte

Corso agonisti e Corso preparazione DAN - KARATE

Domenica 29 ottobre (a partire dalle 9,00 presso il Centro Polisportivo Massari a Torino) ritorna il consueto appuntamento dedicato al percorso per acquisire i gradi Dan, con incontri condotti dalla Commissione Tecnica Regionale DO UISP. Gli appuntamenti sono aperti a tutti coloro che sono in possesso almeno del I kyu. La giornata del corso si aprirà con le sessioni dedicate agli agonisti e alla formazione continuativa del settore arbitrale e di giuria, in vista delle nuove modifiche ai regolamenti arbitrali del settore DO Nazionale.

Iscriviti direttamente cliccando sul pulsante



Credit foto: sda Discipline Orientali UISP Piemonte

Corso cinture nere 23/24 - JUDO

A partire da quest'anno sportivo, ritorna il percorso per diventare I o II Dan, costituito da 10 lezioni argomentative (accorpate in sei giornate), condotte dalla Commissione Tecnica Regionale DO UISP, aperti a tutti coloro che sono in possesso almeno del I kyu e – in via eccezionale – agli atleti di età superiore (o uguale) al 2009. La partecipazione alla prima lezione di tale corso, varrà come credito formativo necessario per raggiungere il monte ore relativo delle UDD (unità didattiche disciplinari) utili all'ottenimento della qualifica del corso di formazione UISP per operatore sportivo DO.

Il calendario di tutti gli appuntamenti e le modalità di partecipazione, sono sul nostro sito www.uisp.it/piemonte/disciplineorientali/stage-tecnici-i-e-ii-dan

info → disciplineorientali.piemonte@uisp.it

Iscriviti direttamente cliccando sul pulsante

SdA Montagna



Uscita alla Rocca dell'Argimonia

Tornano gli appuntamenti organizzati da UISP Montagna Piemonte, sabato 28 ottobre è prevista un'escursione didattica nelle Alpi Biellesi, alla Rocca dell'Argimonia per la cresta est. Durante il percorso verranno approfonditi vari temi legati alla sicurezza in ambiente montano.

info → montagna.piemonte@uisp.it

SdA Nuoto



Credit foto: Nuoto Uisp Piemonte

Parte il nuoto Uisp

Domenica 29 ottobre l'appuntamento è alla piscina *Sospello Rari Nantes* con la prima giornata di pallanuoto delle categorie master U18 U16

info → nuoto.piemonte@uisp.it | aquatime.it/uisppiemonte



VUOI ALLENARE?

IN PARTENZA IL
CORSO DA
ALLENATORE DI
PALLACANESTRO
TARGATO UISP
PIEMONTE!

 **UISP**
sportpertutti
Regionale Piemonte

Credit foto: Pallacanestro Uisp Piemonte

Al via i Campionati della stagione 23-24!

Il Regionale UISP Pallacanestro Piemonte continua nella sua crescita e quest'anno ha in programma il primo Corso di Formazione Uisp per il rilascio della qualifica di "Allenatore Pallacanestro"!

info → pallacanestro.piemonte@uisp.it

Iscriviti direttamente cliccando sul pulsante

SdA Pallavolo



Credit foto: Pallavolo Uisp Piemonte

Presentazione del calendario 23-24

Sabato 28 ottobre, presso la palestra patrocinio San Giuseppe di via Baiardi 4, alle ore 11, saranno presentati i campionati giovanili maschili. Domenica 29 ottobre, l'appuntamento è presso la palestra San Benedetto di via Sestriere 32/a, dove alle ore 9, saranno presentati i campionati adulti maschili e femminili, alle ore 11, i campionati adulti misti, alle ore 14, i campionati giovanili femminili dalla u12 alla u15 e alle 16 i campionati giovanili femminili dalla u16 alla u18.

Visualizza QUI il calendario delle partite

SdA Vela



Credit foto: Marina di Belgirate Polaris Yacht

La 10° Inverna di Belgirate

La decima dell'Inverna di Belgirate è l'evento velico che apre la stagione fredda per tre tappe...un'unica festa sul Lago:

- Prima tappa: domenica 5 novembre 2023
- Seconda tappa: domenica 3 dicembre 2023
- Gran finale: domenica 14 gennaio 2024, a Belgirate

TORINO



Credit foto: Centro Ricerca Danza

Happy Halloween in via Chiesa della Salute, con l'associazione Centro Ricerca Danza

La asd Centro Ricerca Danza, di via Chiesa della Salute 86, parteciperà domenica 29 ottobre alla fpaurosa festa di Halloween promossa dall'associazione commercianti.

VIA GIUSEPPE MASSARI 116, TORINO



**Palaghiaccio
Massari**

Halloween Party ON ICE



MARTEDÌ 31 OTTOBRE 2023
DALLE 21:30
A MEZZANOTTE

Premio miglior
maschera:
vinci ingressi
gratis!
Servizio
guardaroba





VIA GIUSEPPE MASSARI 116, TORINO



**Palaghiaccio
Massari**

INGRESSO 5€

UNIVERSITARI, MILITARI, OVER 60,

UNDER 15 E SOCI UISP 4€

NOLEGGIO PATTINI 4€

(FINO AD ESAURIMENTO DISPONIBILITÀ)

GRUPPI (MIN. 10 P.)

INGRESSO+NOLEGGIO €7

GUARDAROBA €1

VISITA IL NOSTRO SITO E

SCOPRI GLI SCONTI PER LE FAMIGLIE



Come raggiungerci:

Linea 10N fermata 10CAP.

Linea 52 fermata Veronese

Linea 2 fermata Chiesa
della Salute

Info: Via Giuseppe Massari 116 Torino

Tel. 0112206211

www.centropolisportivomassari.it

palaghiaccio@centropolisportivomassari.it

**Centro
Polisportivo
Massari**



Centro Polisportivo Massari



@palaghiaccio.massari

Palaghiaccio Massari “Halloween party on ice”

Appuntamento per martedì 31 ottobre dalle 21,30 a mezzanotte sulla pista del palaghiaccio Massari, di via Massari 114. Streghe, scheletri e vampiri... la festa più attesa dell'anno è finalmente arrivata! Non frenate la vostra immaginazione sui travestimenti, perché la miglior maschera verrà premiata con 5 ingressi gratuiti!

Palaghiaccio Massari

MINICORSO PATTINAGGIO!

PER TUTTE LE ETA', DAI 6 ANNI AGLI ADULTI
DAL 07/11/23 AL 17/01/24
MERCOLEDI' 17.50-18.40
GIOVEDI' 18.30-19.20
8 LEZIONI €60+€14 DI TESSERA ASSOCIATIVA

FB: Centro Polisportivo Massari
IG: @palaghiaccio.massari

www.centropolisportivomassari.it
Tel. 011. 22 06 211

ISCRIZIONI ONLINE DAL 23/10,
ISCRIZIONI IN PRESENZA DAL
24/10 IN ORARIO DI
SEGRETERIA:
MART/GIOV 15.00-20.00
VEN 09.00-12.00

Minicorso Pattinaggio!

La tua voglia di pattinare è irrefrenabile? Non hai più trovato posto nei corsi?
Dal 7 Novembre parte il minicorso di pattinaggio di otto lezioni, il mercoledì dalle dalle 17.50 alle 18.40 e/o il giovedì dalle 18.30 alle 19.20!



Credit foto: asd Progetto SLIP

Cabaret di circo contemporaneo Progetto SLIP

Progetto SLIP apre la stagione 2023-2024 con "SLIPUPARTE". Il 28 ottobre, la sede in corso Giulio Cesare 338/50d ospiterà un cabaret di circo contemporaneo, con artisti/e nazionali ed internazionali. In programma per la serata: 20,30 Aperitivo e intrattenimento di musica dal vivo con Irene Rossetti; 21,15: inizierà lo spettacolo di cabaret di circo contemporaneo (per i ritardatari inizia alle 20,45). Si esibiranno Raffaele Riggio (Italia), Lucas Zileri (Peru), Samuel Oliveira (Brasile), Brian Simoncin (Italia), Federico Ceriagioli (Italia). Presenta Federica Buzzi. Alle 23 dopo lo spettacolo, la festa continuerà con un dj-set di Alessandro Campion che vi farà ballare fino a notte fonda, perché per noi l'esercizio fisico è importante. L'evento è aperto esclusivamente ai soci/e ARCI e UISP ed è totalmente gratuito! Un'opportunità unica per scoprire il mondo del circo contemporaneo e per celebrare l'arte e la cultura in un ambiente accogliente e festoso. Unisciti a noi per una serata di cabaret e circo che promette divertimento, emozioni e intrattenimento di alto livello.

info → progetto.slip@gmail.com

GRUPPI DI CAMMINO
Camminate in gruppo all'aria aperta con esercizi in piedi di riscaldamento e rilassamento
Lunedì e Venerdì dalle 9:30 alle 11:00
331.3899523
essereanzianimiraforisud@gmail.com

GINNASTICA PRE-POST PARTO
Camminata all'aria aperta con esercizi a corpo libero e attività al chiuso di tonificazione
Giovedì dalle 14.30 alle 16.00
011.677.115

Gli appuntamenti delle attività a "La Casa nel Parco"



Party

HALLOWEEN

MARTEDÌ 31/10 DALLE 16.30

GIARDINO OPERAIE DELLA
FABBRICA DI SUPERGA



Merenda condivisa: porta ciò che ti piacerebbe mangiare e bere

Sfilata di costumi mostruosi

Attività sportive, musica e....

TANTI DOLCETTI !!!

Halloween party!

Martedì 31 Ottobre al giardino operaie della fabbrica Superga le educatrici e gli educatori del progetto Sport Tour di Uisp Torino organizzeranno un'attività mostruosa.

info → torino@uisp.it

VALLESUSA



SFUMATURE DI MAMMA

Attività gratuite dedicate alle future mamme, alle neo mamme e ai genitori delle bambine e dei bambini 0/6

CORSI DI GINNASTICA PRE E POST PARTO

tutti i martedì a partire dal
26 SETTEMBRE 2023

Un efficace metodo di ACCOMPAGNAMENTO ALLA NASCITA e per RIMETTERSI IN FORMA senza rinunciare al piacere di stare con il proprio piccolo.



MASSAGGIO INFANTILE

Corso rivolto ai genitori di bambini 0-9 mesi condotto da un'insegnante certificata AIMI

Il corso sarà attivato con un minimo di 5 iscritti in giorni e orari da concordare



IL SALOTTO DELLE MAMME

Un venerdì al mese dedicato alla condivisione e al confronto con la partecipazione di esperti.
Primo appuntamento

27 OTTOBRE 2023 ORE 10.00

NOVITA'
IN ARRIVO UNA PROPOSTA PER I PAPA'!



TUTTE LE ATTIVITÀ SI SVOLGERANNO PRESSO
LA BIBLIOTECA CIVICA "IPAZIA" DI DRUENTO IN VIA MORELLO 5

info e iscrizioni

Clicca per accedere alle pagine web dei Comitati Territoriali UISP



UISP Piemonte APS
via Nizza 102 - 10126 Torino

Seguici su



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