



NEWSLETTER n°11 - 22.23

Cosa troverai in questo numero?

La Formazione - Montagna e Metodica del Cammino

Save the Date! - Viviciattà 2023 - Non c'è più tempo...corri per l'Ambiente!

I racconti dello Sport per Tutt3 - Bagher, palleggi e ginocchiere sudate

SdA Atletica Leggera - Che sia mare, montagna o collina, scopri con noi le splendide camminate organizzate dalle asd affiliate

SdA Ciclismo - Una foto in vetta al Prestigioso!

SdA Danza - Coreografie di Autrici

SdA Discipline Orientali - L'inclusione è adattamento reciproco

Sda Neve - Neve Uisp a La Thuile

BIELLA - Corsi BLSD

TORINO - asd Sport di Borgata in maschera + Scivolamenti

Buona Lettura!

La Formazione

Corso di Formazione per ottenere la Qualifica di Tecnico di Arrampicata sportiva su strutture artificiali, naturali e boulder

Sono aperte le iscrizioni al nuovo corso del settore Montagna, che si svolgerà ONLINE e IN PRESENZA (nei siti naturali o in palestra), dall'8 aprile al 1 luglio 2023

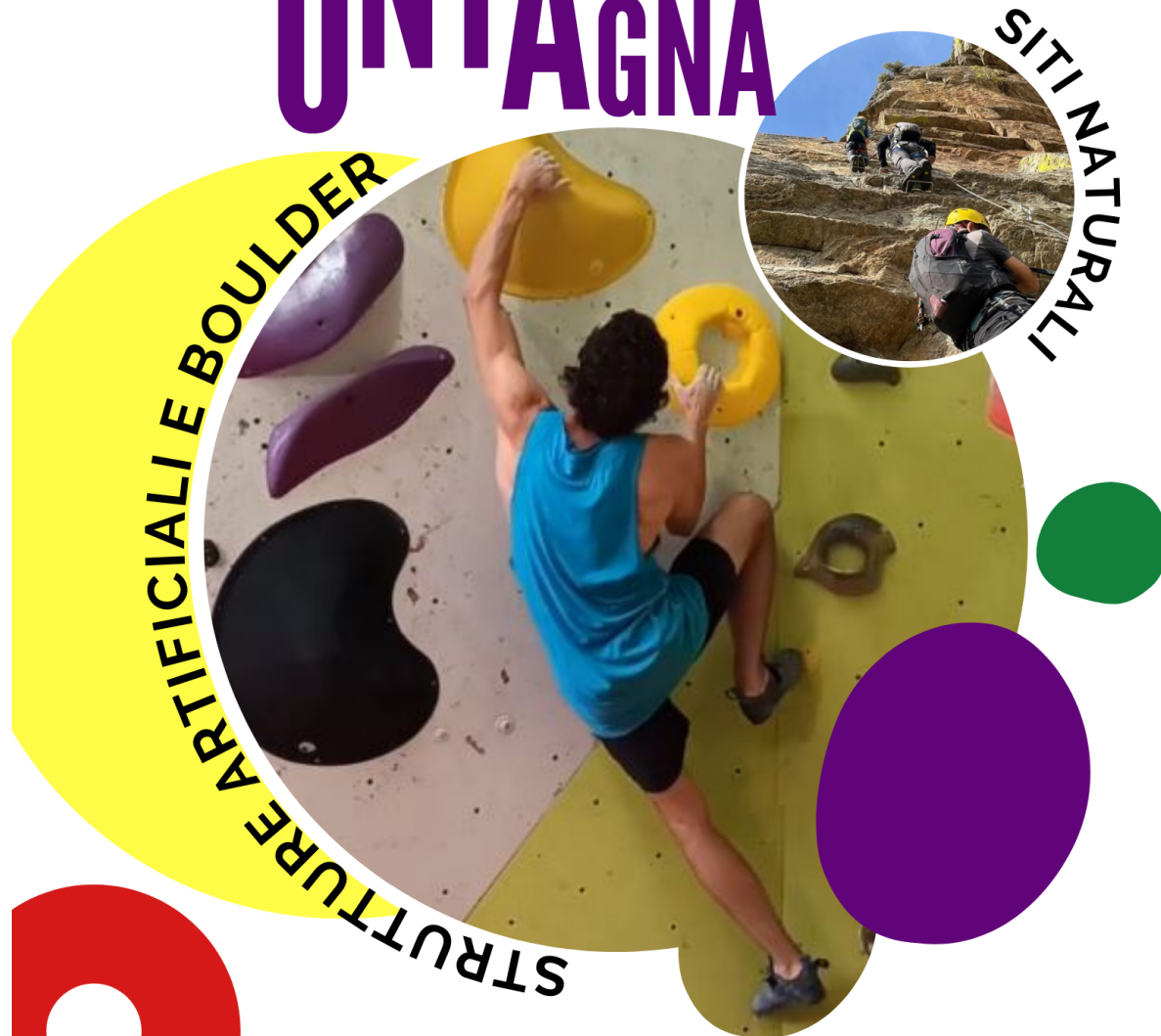
con rilascio di qualifica nazionale

M

corso di formazione

ONTAGNA

TECNICO di arrampicata



Età minima 18 anni
Presentazione CV sportivo
Test d'idoneità 01 APRILE 2023
Quota di partecipazione 160€

CORSO ONLINE E IN PRESENZA

DALL' **8** APRILE AL **1** LUGLIO 2023

MAX 25 PARTECIPANTI

Un nuovo corso di formazione per ottenere la qualifica di Operatore sportivo di atletica leggera - metodica del cammino. 23 ore di lezioni in videoconferenza e 10 di esercitazioni pratiche in presenza



Corso di formazione per il conseguimento della qualifica Nazionale di
OPERATORE SPORTIVO DI ATLETICA LEGGERA

**METODICA
DEL CAMMINO**

011.4363484

formazione.piemonte@uisp.it

2 Mar. - 1 Apr.
2023



WWW.UISP.IT/PIEMONTE

Alcuni argomenti trattati:

- Il concetto di accompagnatore, il ruolo dell'accompagnatore nei gruppi di cammino,
- Benefici psicofisici del cammino,

- Conoscenza del proprio corpo nel cammino,
- Tecnica di cammino: i passi e movimenti in pianura/salita/discesa,
- Sicurezza e conoscenza del territorio: l'ambiente naturale e luoghi di interesse, rispetto e salvaguardia dell'ambiente,
- Pianificazione pratica e gestione logistica di un'escursione

info → formazione.piemonte@uisp.it

Save the Date!
Cosa "bolle" nelle nostre agende...

Vivicità 2023 - Non c'è più tempo...corri per l'Ambiente!

vivicittà



Non c'è più tempo! **CORRIPERL'AMBIENTE**



2 APRILE 2023

PARCO DEL VALENTINO

Sta arrivando l'edizione 2023 di "Vivicittà, la corsa più grande del mondo", organizzata dal Comitato Territoriale di Torino in collaborazione con il settore Atletica Uisp Piemonte.

Non c'è più tempo corri per l'ambiente!

info → atleticaleggera.piemonte@uisp.it / torino@uisp.it / piemonte@uisp.it

I racconti dello Sport per Tutti

Bagher, palleggi e ginocchiere sudate: Pallavolo Uisp Piemonte tra buon gioco e divertimento



Sono tantissime le squadre che giocano la pallavolo in Uisp e respirano la promozione dello sport come stile di vita, mettendo anche da parte la ricerca della massima prestazione. Oltre ai campionati, tanti tornei come il "Palio di Sant'Orso" giunto alla 18^a edizione e il "1^o Memorial Andrea Tagliante", creano affollatissimi e partecipati momenti di aggregazione e divertimento.

Il Palio di Sant'Orso si è svolto nei palazzetti di Chatillon e Saint Vincent con squadre femminili, maschili e miste, tra gioco di buon livello e voglia di divertirsi, ad iniziare dai nomi delle squadre. L'edizione 2023 ha visto la presenza di otto squadre, cinque provenienti da Torino: i Druidi e le Pozioni Alcoliche, gli Improvvisati, le Belle Chiappe, Arca Volley e la Bussola e tre da fuori regione: la Serenissima di Venezia, la Leonessa di Latina e i

Barbaiocchi di Modena. Questi ultimi sono stati i vincitori del torneo e della simpatia, ad ogni partita si sono presentati con un tagliere di ciccioli, salumi e un buon bicchiere di vino.

120 partecipanti hanno trascorso tre giorni di vacanza e sport tutti insieme, non solo sul campo di gara.

Domenica 12 marzo ritorna il nono "Trofeo della mimosa", le squadre si dovranno cimentare oltre che nella pallavolo, anche nel calcetto, con le seguenti formazioni: pallavolo con 4 donne e 2 uomini, calcetto con 3 donne e 2 uomini (di cui uno portiere).

Intanto procedono i Campionati con una straordinaria crescita della categoria Super11. Prosegue anche il torneo "Pallavolmente", dedicato ai centri di salute mentale, con 5 squadre partecipanti: Soleado, I Falchi Rivoli, Sens Doite, Io Centro, Chivasso.

È per concludere una bellissima storia, quella di Giò, 30 anni, che da giocatore nel torneo "Pallavolmente" è diventato – dopo un qualificato corso Uisp - arbitro del settore d'attività Uisp Piemonte Pallavolo.

Info → uisppallavolopiemonte/home-page

SdA Atletica Leggera



Credit foto: ufficio stampa Uisp Piemonte APS

Camminate ed Escursioni



Credit foto: Sportivamente a Piedi asd

asd Sportivamente a Piedi

- **Sabato 18 febbraio**
Allenamento lungo di fitwalking alla Mandria
- **Domenica 26 febbraio**
Anello sulla serra di Ivrea nella sua magica livrea invernale

Uscite periodiche:

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

Info → 377.1250852

asd Nordic walking Volpiano

- **Sabato 25 e domenica 26 febbraio**
balconi sul mare due splendide e suggestive escursioni affacciate sulla Riviera Ligure di Ponente

Allenamenti di nordic walking a Volpiano il martedì alle 15 e alla Pellerina il mercoledì alle 17,30

Info → www.nordicwalkingvolpiano.com



Credit foto: Nordic Walking Volpiano asd

asd Nordic walking Andrate

- **Domenica 19 febbraio**
Escursione al Colle delle Finestre

Info → 334.6604498



Credit foto: Nordic Walking Andrate asd



Credit foto: Quota 300 asd



Credit foto: Le Ciaspole asd

asd Quota 300

- **Sabato 26 febbraio** - escursione con le ciaspole

Info → 335.6452216

asd Le Ciaspole

- **Sabato 26 febbraio** - Colle Esischie da Castelmagno Valle Grana

Info → 335.7472363

- **Domenica 5 marzo**
Camminata tra laghi e colline e terre ballerine d'Ivrea

Info → 366.4943518

SdA Cicilismo

dal 1° Marzo al 30 Settembre 2023

7° PRESTIGIOSO VALSUSINO



2023



Manifestazione
cicloamatoriale di
30 salite delle nostre valli

- AVIGLIANA - COLLE BRAIDA
- CESANA - SESTRIERE
- CESANA - MORGINEIRO
- COLLE DELL'YS
- OUX - VAZON
- GIAVENO - BORGATA BRANDO
- GIAVENO - BORGATA VALSINERA
- GROSSO - PIANO AUDI
- GROSSO - CASE PICAT
- LANZO - SACCONA
- BORGONE SUSA - 4 STRADE
- CONDOVE - PRAROTTO
- OUX - CIAO PAIS
- SUSA - PIAN GELASSA
- VERNETTO - PAVAGLIONE
- TRANA - BORGATA VENEIRA
- LANZO - COLLE DELLA DIETRA
- LANZO - PIAN BENOT
- LANZO PIAN DELLA MUSSA
- COURGNE - PIAZZALE BALMASSA
- AOSTA - GRAN SAN BERNARDO
- BARDONECCHIA - ROCHEMOLLES
- COLLE DELLE FINESTRE
- COLLE DELL'AGNELLO
- COURGNE - NIVOLET
- COURGNE - PIAN DEL LOPO
- COURGNE - PIAN DELLE NERE
- BRANCON - CHAMBRAN
- LANSLIEBURG - COL DEL ISERAN
- TERRIGNON - PLAN DU LAC



Da effettuarsi quando vuoi e con chi vuoi in completa autonomia documentate da fotografia con la tua bici in vetta ad ogni salita.
La manifestazione non è a scopo di lucro, i costi di iscrizione e di singola salita verranno usati per la premiazione.
Attestato e maglia da ciclismo in ricordo dell'evento a tutti coloro che effettueranno almeno 20 salite.
Premio EXTRA per chi effettuerà 30 salite - Saranno anche premiati coloro che effettueranno 5/10/15 salite.
Regolamento su www.coopdruento.com - Per info 347-8977070 - Riccardo

7° Prestigioso Valsusino dal 1° marzo al 30 settembre

Manifestazione cicloamatoriale di 30 salite delle valli.

Ogni ciclista può percorrere le salite quando e con chi vuole e dovrà documentare con una fotografia, scattata in sella alla propria bici sulla vetta di ogni salita!

Info → 347.8977070

SdA Danza




TEATRO SUPERGA
NICHELINO



UISP
sportpertutti
Regionale Piemonte
Danza

COREOGRAFIE
DI AUTRICI



12 marzo 2023
ore 17.30

Coreografie di Autrici 2023 - 12 marzo alle ore 17.30, Teatro Superga di Nichelino

Coreografie d'autrici è la rassegna coreografica UISP, per stimolare un nuovo sguardo al lavoro coreografico al femminile, oltre le convenzioni sociali e simboliche.

Una vetrina di creatività al femminile, di ricerca espressiva delle emozioni delle donne, attraverso il ritmo, i suoni e il movimento corporeo.

Tamara Rojo, direttrice artistica dell'English National Ballet, scrive: «La danza è in mano a coreografi uomini. Le donne sulle punte sono tante, è vero, ma sono poi loro a plasmare il modo in cui guardi le cose. La sensibilità femminile è diversa, le donne partono dalle emozioni e cercano un linguaggio del corpo e i passi giusti per esprimerle, gli uomini hanno un approccio più fisico, loro partono dai passi».

SdA Discipline Orientali



Primo appuntamento "L'inclusione è adattamento reciproco"

Il 18 Febbraio 2023 presso la Palestra Dynamic Dojo (Via Vacchetta, 13, La Loggia - TO) inizierà il ciclo di appuntamenti dedicati all'inclusione nelle Discipline Orientali, condotta da *Nino Malpede* (Istruttore III Dan di Judo e prima tesi SUISM di Laurea in Italia sul tema Judo per disabili con il titolo "Judo per tutti") referente regionale sulle attività adattate nel settore Discipline Orientali Uisp Piemonte e coordinata dal *Maestro Enrico d'Abbene*, responsabile commissione tecnica settore Judo Discipline Orientali Uisp Piemonte.

La prima lezione si baserà sulla ricerca di comunicazione fatta con il corpo, attraverso i gesti della disciplina (judo) che lasceranno in eredità, ai presenti sul tatami, una maggiore consapevolezza; momento significativo dello stage, sarà lo scambio dei ruoli nei vari esercizi proposti del tecnico, affinché gli atleti, possano provare - anche emotivamente - le stesse posizioni e gli stessi movimenti adattati.

- Programma:
 - 15.30 - *Introduzione Teorica "Inclusione o Integrazione?"*
 - 15.40 - *Riscaldamento generale*
 - 15.50 - *Teoria e pratica "I 7 elementi chiave del gruppo di lavoro"*
 - 16.20 - *Judo ed Empatia*
 - 16.50 - *Interventi e discussione finale*

LO STAGE E' APERTO ANCHE A TUTT* I TECNICI/ATLETI DEL SETTORE DO
(diverse discipline)

form iscrizione

<https://forms.gle/Jv6wCvPsZ71gfxQq9>



Corso Agonisti Kata e Kumite + simulazione di gara

L'appuntamento è per domenica 19 Febbraio nella Palestra Centro Polisportivo Massari di via Massari, 114. Ci sarà l'attività tecnico/didattica regionale svolta secondo programma tecnico nazionale UISP.

Info → disciplineorientali.piemonte@uisp.it

SdA Neve



Credit foto: ufficio stampa Uisp Nazionale APS

38° Neve Uisp, dall'11 al 18 marzo, In Valle d'Aosta a La Thuile

NeveUisp è la manifestazione nazionale dell'Uisp di giochi, attività e sport sulla neve organizzata dal Settore di attività Uisp Nazionale Neve in collaborazione con altri Settori dell'Uisp, un importante appuntamento per tutti gli amanti della neve e della montagna, dagli sciatori più esperti ai semplici appassionati.

Info → uisp.it/areaneve/pagina/torna-neveuisp-ed-sempre-pi-inclusiva

i Comitati Territoriali

BIELLA



Corso BLSD

Sabato 25 marzo a Biella nuovo corso BLSD.

- nuovi iscritti si svolgerà dalle 9 alle 14
- retraining dalle 11 alle 14

Le adesioni dovranno pervenire entro e non oltre venerdì 24 febbraio. Il corso verrà avviato con un minimo di 12 + 12 iscritti (nuovi allievi + retraining). Il corso è riservato ai soci Uisp Aps in regola con il tesseramento 2022/2023 e la quota è di 35 euro per i nuovi iscritti e 20 euro per i retraining (rinnovo biennale).

info → biella@uisp.it

TORINO

Palaghiaccio Massari

PATTINATA MASCHERATA!

**SABATO 18 FEBBRAIO
21:30-23:30**

**PALAGHIACCIO MASSARI
VIA MASSARI 116, TORINO**

**Vi aspettiamo in maschera
con bugie gratis per tutti!**

**INGRESSO 5,00€
NOLEGGIO PATTINI 4,00€
GUARDAROBA 1,00€**

I prezzi di ingresso e noleggio sono riferiti ad ogni singolo turno

NOLEGGIO PATTINI PER FAMIGLIE 3€ A PERSONA
Sconti per gruppi (min 10 persone):
ingresso con noleggio pattini 7€

Noleggio pattini disponibile fino ad esaurimento disponibilità

www.centropolisportivomassari.it
Tel. 011.22.06.211

RIDUZIONI:

Sotto i 5 anni: ingresso gratuito
Dai 6 ai 15 anni e oltre i 60 anni:
ingresso 4€, noleggio 4,00€
Soci UISP:
ingresso 4€, noleggio pattini 4€
Universitari e militari:
ingresso 4€, noleggio pattini 4€

Per le riduzioni è necessario presentare un documento di identità in corso di validità che certifichi l'appartenenza alle categorie avvantaggiate durante la riduzione.

Facebook: [FB: Centro Polisportivo Massari](#)
Instagram: [IG: @palaghiaccio.massari](#)

Credit foto: asd Sport di Borgata

asd Sport di Borgata – Festa in maschera sul ghiaccio “Pattinata mascherata” Palaghiaccio Massari, di via Massari 116 - Torino

Appuntamento sabato 18 febbraio dalle 21,30
info → www.centropolisportivomassari.it



Credit foto: Uisp Torino APS

"SCIVOLAMENTI" ovvero corsi di pattinaggio, skateboard, monopattini e rollerblade

Un'iniziativa dedicata ai bambini dagli 8 ai 13 anni nello Spazio Wow della Casa del parco nel quartiere Mirafiori Sud, di via Panetti 1, con istruttori di Uisp Torino per 2 ore a settimana, per un totale di 54 ore di allenamento.

Corso gratuito finanziato dal progetto Sport e Salute.

Info → 011.677115 - torino@uisp.it

Clicca per accedere alle pagine web dei Comitati Territoriali UISP



UISP Piemonte APS
via Nizza 102 - 10126 Torino

Seguici su



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