

Atletica UISP



www.uisp.it

on line

Anno 2° - n. 4 - aprile 2011





1861 > 2011 >>

● CAMPIONATI NAZIONALI

● 3 APRILE CON VIVICITTA'
"LA MANIFESTAZIONE CHE UNISCE"

● APRILE TROFEO DELLA LIBERAZIONE

● 25 SETTEMBRE MEETING GIOVANILE
DELL' AMICIZIA DEI POPOLI DELLA PACE

made with love by digitalbaba.com



Supplemento al n. 4 di aprile 2011 di

Podismo & Atletica
La rivista dei runners

Reg. Trib. n. 5321 del 6.2.2004

Direttore Responsabile:

Ugo Bercigli

Redazione:

Fabio Fiaschi, Belinda Sorice,
Donatella Vassallo, Luciano Facchini

Grafica ed impaginazione:

Andrea Grassi

Sede

via F. Bocchi 32 - 50126 Firenze - podismo@runners.it

Per contatti

redazione.atletica@uisp.it

Foto in copertina: Ferrara, Camp. Nazionali UISP di
Cross (foto di Lega Atletica UISP Ferrara)

All'interno

- 05** Editoriale: A passo di marcia
di *Donatella Vassallo*
- 06** Dalla Rassegna stampa UISP
a cura di *Uispnet*
- 12** La pace va per...corsa arriva a destinazione
Intervista a Pino Papaluca - a cura di *Donatella Vassallo*
- 14** Raduno UISP Abbadia San Salvatore
Parla Silvio Carli, Presidente del Comitato organizzatore - a cura di *Donatella Vassallo*
- 20** Il Fitwalking - Cos'è e come praticarlo
Rispondono i fratelli Giorgio e Maurizio Damilano - a cura di *Donatella Vassallo*
- 22** Staffetta Lecco - Chernobyl
di *Daniela Gilardi e Giosuè Bolis*
- 27** Pillole di benessere - I nostri videosuggerimenti
per la cura e la nutrizione dello sportivo - *Intervento di Luca Gatteschi*
- 44** Italica 150: viaggio a piedi dalla Vetta d'Italia a Capo Passero
nel centocinquantesimo dell'Unità nazionale - a cura di *Donatella Vassallo*
- 48** La parola delle donne può curare i nostri tempi? Anticorpi. Dialoghi con Emma Dante
e Rosella Postorino di Luisa Cavaliere - a cura di *Donatella Vassallo*
- 38** Maratona di Roma: l'etiopia trionfa
ancora a piedi nudi nel nome di Bikila
- 52** Trofeo della Liberazione
UISP Italia giovani a Eboli
- 57** Regolamenti
per l'anno 2011
- 59** Campionati nazionali
per l'anno 2011

Viaggia e corri!

Ulteriori informazioni: www.idearun.it

6 novembre

New York City Marathon

6/7 giorni partenze da Pisa e Firenze

alberghi in pieno centro (3 e 4 stelle, colazione inclusa) opziona subito il tuo pettorale e pacchetto di viaggio

Richiedi il programma

Prezzi competitivi ed assistenza professionale

Possibilità di volo e soggiorno con prezzi a partire da 1200 €



22 maggio - Maratona di Copenhagen

4 giorni (3 notti) partenze da Pisa

quote a partire da 540,00 € - scadenza prenotazioni 28 febbraio

25 settembre - Maratona di Berlino

pacchetti organizzati e pacchetti 'liberi'

solo soggiorno a partire da 210,00 € in quadrupla 4 giorni (3 notti)

effetto
ITALY

UISP AND GO
AGENZIA DI VIAGGI

**Richiedi i programmi
per altre maratone
nel mondo**

Via Giovanni dalle Bande Nere 7/r (Zona Gavinana) Firenze

Per informazioni Andrea Maggini 348.7058830 e Fabio Fiaschi 333.7179966

E-mail: maratone@uispandgo.it e info@uispandgo.it

Per informazioni e prenotazioni: tel. 055.6800404



Comitato regionale UISP Lega Atletica Leggera

Vuoi diventare giudice



Tel. 055.9060156 - Fax 055.785305

E-mail: redazione.atletica@uisp.it

A passo di marcia

di Donatella Vassallo



L'umanità ha scritto la propria storia con i piedi. In senso letterale, intendo: le nostre estremità, così spesso bistrattate, sono state le vere protagoniste di svolte epocali nella vita delle popolazioni passate e recenti. Si pensi anzitutto alla Rivoluzione Francese, di certo non il primo, ma forse il più eclatante episodio della storia moderna in cui motivazioni ideali (diritti di uguaglianza e giustizia) si intrecciarono a bisogni primari del corpo (Il pane! Il pane!). *Marchons, marchons*, ripete infatti il ritornello della Marsigliese.

E a passo di marcia scesero in piazza anche i rivoltosi degli anni del post-comunismo. Ungheria, Germania Orientale, Cecoslovacchia sono solo alcuni dei Paesi scossi e trasformati dalle rivoluzioni del 1989, l'anno delle piazze. In piazza San Venceslao, a Praga, Dubcek, uno dei principali dissidenti, ebbe a dire: "Il governo sostiene che non è la strada il luogo in cui si risolvono

i problemi, ma io dico che la strada lo è stata e lo è. Bisogna ascoltare la voce della strada". Aveva centrato il problema, Dubcek: lo spazio pubblico è la chiave della democrazia. A dimostrarcelo ancora, da una latitudine all'altra, Tienanmen, Plaza de Mayo, le recenti rivolte africane e la storia stessa del pensiero. I filosofi camminavano. Si direbbe anzi che non ci sarebbe stata evoluzione nel pensiero senza il movimento deambulatorio delle gambe: peripatetici, stoici e sofisti nell'antica Grecia, Jean Jacques Rousseau, Immanuel Kant nel Settecento, Friedrich Nietzsche, Walter Benjamin, Ludwig Wittgenstein nel Novecento sono soltanto alcuni dei maggiori pensatori che della marcia quotidiana avevano fatto quasi un metodo di lavoro. Di Thomas Hobbes si racconta addirittura che avesse un bastone da passeggio con incassato un calamaio di corno per appuntare le idee mentre camminava.

Deambulando solvitur ripetevano

infatti i latini. E al camminare ci rivolgiamo quando i pensieri si annodano nelle nostre teste, quasi che i nostri passi possano magicamente dipanare i fili della matassa. Aiutarci a perderci e a ritrovarci. E riattribuire un senso alle nostre vite. Non ci è sembrato quindi inutile dedicare spazio su questo numero alla gente che cammina, vuoi, come i protagonisti di *Italica150*, per conoscere meglio l'Italia e chi la abita, vuoi per stare in forma, come gli appassionati di fitwalking. Senza dimenticare tutti quelli che in questi giorni stanno scendendo in piazza per lottare in nome dell'acqua pubblica, contro la guerra e il nucleare. Ma qualcuno, si sa, durante le marce allunga sempre il passo: sono gli staffettisti della 2000 km di corsa da Lecco a Chernobyl o uomini come Pino Paluca che hanno fatto della corsa uno strumento per avere un mondo migliore. Devono aver capito che su certi sentieri la velocità di marcia potrebbe non bastare.

Dalla rassegna **Uispnet** settimanale

Porte chiuse agli atleti UISP per le gare FIDAL in Lombardia: la convenzione viene interpretata in maniera discriminatoria per gli under 35

Intervista a G. Tempesta

In Lombardia, il regolamento regionale per la partecipazione alle manifestazioni della Fidal, la Federazione di atletica leggera, sta creando non poche difficoltà ai podisti Uisp e degli altri Enti di promozione sportiva. Ci spiega meglio di cosa si tratta **Gianni Tempesta, coordinatore regionale della Lega atletica Uisp**. "Nelle manifestazioni Fidal non possono partecipare gli atleti Uisp sotto i 35 anni. Contrariamente a quanto previsto dalla Convenzione stipulata tra Uisp e Fidal a livello nazionale, la Fidal regionale non consente gli atleti Uisp della categoria "Amatori", sotto i 35 anni, di partecipare alle proprie manifestazioni. Si tratta di un provvedimento discriminatorio, tra l'altro difforme rispetto all'applicazione della Convenzione nelle altre regioni". Così, ad esempio, mentre a Roma, gli atleti Uisp under 35 potranno partecipare alla maratona cittadina, i loro "coetanei" milanesi non potranno prendere parte alla Stramilano. "Questo regolamento Fidal è entrato in vigore dal 2011. Fino all'anno scorso non c'era alcun problema. – prosegue – Ritengo abbastanza urgente un incontro chiarificatore con i dirigenti regionali Fidal. Questa scelta denota un **atteggiamento di chiusura**, un voler limitare la partecipazione degli atleti affiliati agli Enti di promozione sportiva. Non è la prima volta che il comitato regionale della Federazione si dimostra restio ad applicare fino in fondo la convenzione nazionale. È pur vero che questo documento si presta a interpretazioni più restrittive ed esistono altri esempi di applicazioni differenti tra diverse regioni, ma va ricordato che le convenzioni integrative a carattere locale possono essere soltanto migliorative. Spero - conclude Tempesta - che ci sarà un atteggiamento di maggiore apertura verso il mondo della promozione sportiva".

(F.Se.)

Dalla rassegna **Uispnet** settimanale

La FIDAL in Sardegna impone tariffe gara penalizzanti per i podisti degli Enti di promozione sportiva. Così si ostacola la partecipazione

Intervista a L. Durzu

Dalla Lombardia alla Sardegna, le norme della Fidal, la Federazione di atletica leggera, rischiano di ostacolare la partecipazione degli atleti di società affiliate all'Uisp o agli altri Enti di promozione sportiva. Nell'isola, il comitato regionale sardo ha deciso di applicare delle **tariffe gara penalizzanti** per i runner degli Enti.

Ce ne parla il **presidente dell'Uisp Cagliari, Lorenzo Durzu**: "A livello nazionale, la Federazione stabilisce le tasse di iscrizione degli atleti alle gare. Tutti i comitati regionali hanno deciso di lasciare invariati questi importi, applicando la stessa cifra per tutti gli atleti. Non così in Sardegna, dove un atleta tesserato con una società di un Ente di promozione sportiva è costretto a pagare somme decisamente più elevate". Qualche esempio? "Per una gara individuale, un atleta della categoria "Amatori" tesserato Fidal deve pagare 1,50 €. Se viene da fuori regione ne paga 5. Ma se è sardo e ha la tessera di un Ente di promozione sportiva ne paga 10".

"È una forte discriminazione. – aggiunge Durzu – E inoltre viene totalmente **negata l'azione di promozione dello sport** che dovrebbe essere sostenuta anche dalle Federazioni. In questo modo si preclude la partecipazione a coloro che decidono di non sottostare alle condizioni imposte dalla Federazione regionale. Si tratta di una norma in contrasto con quanto previsto dalla convenzione nazionale Uisp-Fidal e tra l'altro le eventuali integrazioni su base locale di quell'accordo andrebbero preventivamente discusse tra tutti e due i soggetti interessati".

(F.Se.)





Con il patrocinio di
PRESIDENZA DELLA REPUBBLICA - PRESIDENZA DEL CONSIGLIO DEI MINISTRI - REGIONE TOSCANA
PROVINCIA DI PISTOIA - TUTTI I COMUNI PISTOIESI - COMUNITA' MONTANA APPENNINO PISTOIESE



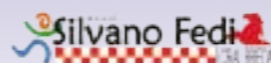
PISTOIA-ABETONE

GARA PODISTICA INTERNAZIONALE SU STRADA DI 50 KM

36ª EDIZIONE - 26 GIUGNO 2011



Gara valida per: Campionato Italiano FIDAL Assoluti e Master 50 km su Strada, Campionato Italiano IUTA di Corsa in Salita «Ultra»



Pistoia-Abetone: una gara di solidarietà!



Atletica UISP on line - 9

Dalla rassegna Uispnet settimanale

Atletica UISP: in Consiglio nazionale grande spazio al lavoro delle commissioni e alle manifestazioni per unire l'Italia

Il 13 marzo presso la Casa del Popolo di Calenzano (FI), si è tenuto il Consiglio nazionale della Lega atletica leggera Uisp. Ne abbiamo parlato con il suo presidente, Antonio Gasparro. "In Consiglio nazionale, oltre ad approvare il bilancio consuntivo del 2010, abbiamo fatto il punto sui lavori svolti dalle Commissioni attività. Per quanto riguarda il podismo siamo molto soddisfatti: la Commissione sta promuovendo questo settore su tutto il territorio nazionale con iniziative e manifestazioni a carattere nazionale, regionale e territoriale. Siamo presenti da nord a sud lungo tutto lo stivale, ne siamo orgogliosi. Non credo sia un caso se a gennaio 2011 la Lega atletica leggera dell'Uisp contava già 22.000 tesserati. Anche il trail - prosegue Gasparro - registra un grande seguito con un ricco calendario di attività: sono circa 80 le manifestazioni in programma lungo la penisola. Iniziative queste legate al tema della sostenibilità ambientale, che svolgendosi in montagna e in collina, non solo puntano all'impatto zero ma anche alla scoperta di paesaggi e luoghi di grande bellezza. Anche la Commissione giudici garantisce ottimi risultati: è intenso lo sforzo e l'impegno per promuovere, tra le altre cose, nuovi corsi di formazione. Infine con la commissione comunicazione si è parlato molto della nostra rivista "Atletica Uisp on line" e del ruolo che questa deve avere all'interno della nostra Lega". "È stata approvata anche una normativa a carattere nazionale relativa all'autorizzazione per le manifestazioni di atletica leggera che ruota su tre punti: il numero dei campionati nazionali, 9, il calendario delle gare/manifestazioni nazionali, la normativa per le manifestazioni regionali e territoriali. Tra gli argomenti di dibattito anche il 30° Raduno tecnico ad Abbadia San Salvatore: un classico della Lega atletica Uisp che quest'anno si arricchisce della presenza di numerosi atleti e testimoni del passato. Tra questi ha già confermato la sua presenza Fabrizio Mori, primatista italiano della specialità 400 metri ostacoli, e campione mondiale a Siviglia nel 1999".



Infine - afferma - in sede di Consiglio abbiamo discusso anche del Trofeo della Liberazione che si svolgerà tra il 17 e il 25 aprile nelle seguenti città: Trapani, Catanzaro, Eboli, Roma, Siena, Modena, e Bologna. Il trofeo, che quest'anno si svolge in occasione del 150° Anniversario dell'Unità dell'Italia, rientra nell'ambito del "Progetto Uisp Italia Giovane", manifestazione di atletica leggera su pista riservata agli atleti/e delle categorie cadetti/e allievi/e che sarà l'occasione per ribadire il nostro impegno sportivo per unire l'Italia. La manifestazione avrà un momento successivo con il Meeting giovanile dell'amicizia dei popoli e della pace, che si effettuerà a Catanzaro il 25 settembre 2011. A questa manifestazione oltre a tutti gli atleti/e liberi di iscriversi, parteciperanno tre rappresentative del sud, centro e nord Italia".

Publicati su Uispnet del 18 marzo 2011.

36ª PISTOIA-ABETONE 26 GIUGNO 2011 SCHEDA ISCRIZIONE

web: www.pistoia-abetone.net - email: info@pistoia-abetone.net - fax: 0573/34761 - 27650

DATI ATLETA

Cognome

Nome

Indirizzo

Loc. CAP Prov.

Data di nascita Sesso Nazionalità

Gruppo Sportivo: Codice società:

E-mail Telefono

Allegare copia della tessera o del certificato medico e la ricevuta del pagamento

TESSERAMENTO

FIDAL ASSOLUTI (Campionato Italiano Individuale Assoluti su Strada)

FIDAL MASTER (Campionato Italiano Individuale Master su Strada)

UISP

IUTA (Campionato Italiano IUTA corsa in salita Ultra)

ALTRO ENTE:

Tessera n°:

QUOTA D'ISCRIZIONE

TRAGUARDO	Entro il 31.05.11	Dal 1 al 19.06.11	Dal 20 al 24.06.11
<input type="checkbox"/> ABETONE - 50 KM	€ 30,00	€ 35,00	€ 40,00
<input type="checkbox"/> SAN MARCELLO - 30 KM	€ 18,00	€ 23,00	€ 28,00
<input type="checkbox"/> LE PIASTRE - 14 KM	€ 7,00	€ 7,00	€ 10,00

PROMOZIONI

ISCRITTO ANCHE ALLA «50 KM DI ROMAGNA 2011» (Rimborso di €5,00 al ritiro del pettorale)

METODI DI PAGAMENTO

Intestare a «ASCD SILVANO FEDI, CP 384, 51100 PISTOIA»

C/C POSTALE N. 12508511

BONIFICO BANCARIO SU: BNL Filiale di Pistoia
IBAN: IT47 B 01005 13800 00000000806

CERTIFICATO MEDICO

AGONISTICO NON AGONISTICO (Partecipazione non competitiva)

Dichiaro di conoscere ed accettare il regolamento della 36ª Pistoia-Abetone Ultramarathon del 26.06.2011 (pubblicato sul sito internet www.pistoia-abetone.net). Dichiaro di essere in possesso di idoneo certificato medico ai sensi del D.M. 18/2/82 e 28/2/83. Dichiaro inoltre, sotto la mia personale responsabilità, di aver dichiarato la verità (art.2 legge 4/1/68 come modificato dall'art. 3 comma 10 legge 15/5/97 n.127) e di sollevare gli organizzatori da qualsiasi responsabilità civile e penale per danni a persone e/o cose da me causati o a me derivati. Ai sensi dell'art. 10 della legge 675/96 (disposizioni relative al trattamento dei dati personali), esprimo il consenso all'utilizzazione dei miei dati personali per le finalità connesse o strumentali all'organizzazione della gara e per formare l'archivio storico della manifestazione.

Data Firma

Dalla rassegna Uispnet settimanale

Vivicittà: l'impegno UISP per l'acqua bene comune e per uno sport ad impatto zero Intervengono F. Fossati e S. Cannavò

Primo: l'ambiente! L'Uisp rilancia il suo impegno ambientalista alla vigilia di Vivicittà e della **manifestazione di sabato 26 marzo a Roma sui temi dell'acqua pubblica**. Ci saranno anche le bandiere della più grande associazione di sport per tutti del nostro paese. Perché? "Perché sin dall'inizio ci siamo impegnati insieme ai Forum dell'acqua per la raccolta delle firme ed oggi ribadiamo il nostro sì all'acqua pubblica - dice **Filippo Fossati, presidente nazionale uisp** - in più la manifestazione di sabato si tinge dei colori arcobaleno della pace e della convivenza democratica. Siamo al fianco dell'Onu. Chiediamo l'immediato cessate il fuoco in Libia. Auspichiamo che prevalgano le soluzioni diplomatiche, il sostegno della comunità internazionale al popolo libico che lotta per la democrazia, le politiche per l'accoglienza dei migranti". Vivicittà, in programma domenica 3 aprile, rinnova il suo impegno per l'ambiente. Quest'anno con un occhio di riguardo al tema dell'acqua: "L'accento è posto, in Vivicittà e in tutte le iniziative nazionali Uisp per il 2011, sull'utilizzo dell'acqua di rete, sul tema dell'acqua pubblica, e su di un utilizzo critico della risorsa acqua nello sport così come nella vita quotidiana" spiega **Santino Cannavò, responsabile Ambiente Uisp**. Associata a Vivicittà 2011, la campagna di comunicazione e sensibilizzazione Uisp: "[Per un uso consapevole dell'acqua](#)".



"L'idea sulla quale storicamente si basa Vivicittà è quella di mettere al centro dell'attenzione **il rapporto con il territorio e con le comunità urbane**. - aggiunge Cannavò - Noi vogliamo sintetizzare con il fare il nostro ormai lungo percorso di educazione e sensibilizzazione alle tematiche ambientali".

Molto è stato fatto da quando nel 2007 è stata avviata la prima sperimentazione, l'analisi del Vivicittà in alcune città campione: "Abbiamo progressivamente aggiunto elementi nella valutazione di quella che è un'attività podistica classica. Cosa caratterizza un'attività del genere fatta in maniera sostenibile? Innanzi tutto la mobilità: Vivicittà incentiva l'uso dei trasporti pubblici e collettivi anche in collaborazione con gli enti locali. L'utilizzo di materiali biodegradabili: da questo punto di vista dobbiamo registrare la novità delle t-shirt in cotone certificate Gots, Global organic textile standard. E poi il lavoro sui rifiuti, con la raccolta differenziata".

"La richiesta che facciamo ora - prosegue - è che questa logica organizzativa diventi un metodo di lavoro, sul quale basare anche un dialogo con le amministrazioni locali affinché diventi un prerequisito in tutto il mondo sportivo, non solo all'interno dell'Uisp".

Prospettive future? "I tempi sono maturi per affiancare al bilancio economico anche un bilancio ambientale" - risponde Cannavò.

"Vivicittà è un momento centrale di un percorso del settore Ambiente Uisp che ha portato al costituirsi di un gruppo di dirigenti sensibile e preparato - conclude - Il 22 maggio a Roma, ci sarà il primo seminario di tutti i responsabili territoriali del settore ambiente, il primo incontro del genere. Un momento di sintesi di quattro anni di lavoro, nonché il primo passo verso la costituzione di una vera e propria rete".

Segnaliamo infine che il comitato Uisp di Ferrara ha organizzato per il 2 aprile il convegno "**Sport, consumo energetico ed energie rinnovabili**", a partire dalle 10 nella sala Alfonso I del Castello Estense (per informazioni: ferrara@uisp.it).

(F.Se.)

Publicato su Uispnet del 25 marzo 2011

CON L'ADESIONE DEL PRESIDENTE DELLA REPUBBLICA
PRESIDENZA DEL CONSIGLIO DEI MINISTRI
MINISTERO DELLA GIUSTIZIA
MINISTERO DEGLI AFFARI ESTERI
MINISTERO DEL LAVORO E DELLE POLITICHE SOCIALI
MINISTERO DELLA GIOVENTÙ
MINISTRO PER LE PARI OPPORTUNITÀ

MINISTERO DELL'AMBIENTE
E DELLA TUTELA DEL TERRITORIO E DEL MARE

VIVICITTÀ

LA CORSA CHE UNISCE

DOMENICA 3 APRILE

in collaborazione con
Radio RAI-GR1 / FIDAL



A Impact Zero®
La CO2 prodotta per questo materiale è stata compensata con la tutela di un'area boschiva in Costa Rica.
www.impactzero.it



Rai Segretariato Sociale
www.segretariatosociale.rai.it

www.uisp.it

PARTNER

SPORT & SICUREZZA

BANCA PROSSIMA
PER IMPRESE SOCIALI E COMUNITÀ

FORNITORE TECNICO

GIVOVA

START ORE 10:30 da GR1-Rai

MANIFESTAZIONE PODISTICA INTERNAZIONALE
IN CONTEMPORANEA SU PERCORSI
DI 12 KM COMPENSATI

PREVISTI ANCHE
PERICOLI NON COMPETITIVI

INITALIA
COMPETITIVA E NON COMPETITIVA

ALESSANDRIA, AOSTA, BARI, BOLZANO, CAGLIARI, CALTANISSETTA,
CAMPOBASSO, CASTRIGNANO DEI GRECI (LE), CIVITAVECCHIA, CREMONA,
FERRARA, FIRENZE, FROSINONE, GENOVA, GROTTAGLIE (TA), LA SPEZIA,
LATINA, LIVORNO, MATERA, NAPOLI, ORISTANO, PALERMO, PARMA,
PERUGIA, PESCARA, REGGIO EMILIA, RICCIONE (RN), ROMA, ROVERETO
(TN), SIENA, TORINO, TRAPANI, URBINO, VENEZIA, VAREGGIO.

SOLO NON COMPETITIVA

AREZZO, BOLOGNA, BRESCIA, BRINDISI, COMO, ENNA, TRIESTE, VARESE.

NEL MONDO

BRON, BUCAREST, CAMPI PROFUGHI PALESTINESI
DEL LIBANO - SIDONE, DAKAR, FOUCHÈRES,
GERUSALEMME EST - SHU'FAT, GINEVRA, GOMEL,
KINSHASA, MAKENI, POLA, PRJEDOR, SAINT OVEN,
SARAJEVO, TUZLA, VIEUX CONDÉ, YANNOUK,
YOKOHAMA, ZAVI'DOVICI.

SICILIA ANCI E INI TSTITUTI PENITENZIAI
E MINORI

BARI, BIELLA, BRESCIA, CALTANISSETTA, CREMONA, EBOLI
(SA), FERRARA, LIVORNO, MILANO, PARMA, PAVIA, PERUGIA,
REGGIO EMILIA, ROMA, SIENA, TORINO, VARESE.

La Pace va per...corsa arriva a destinazione

Pino Papaluca: "Essere delle isole non porta a niente, solo uniti si trova l'identità del Paese"

A cura di Donatella Vassallo

Partita lo scorso 18 febbraio dal Piemonte e conclusasi il 19 marzo a Potenza, in occasione della Giornata Nazionale della Memoria e dell'Impegno organizzata da Libera, la carovana podistica guidata da Pino Papaluca in nome delle vittime della mafia è giunta così al termine, dopo aver attraversato 18 regioni d'Italia, incontrato scolaresche, volontari e società sportive.

Ci siamo fatti raccontare dal suo promotore cosa resta di questa esperienza e quale messaggio può trasmetterci nella vita di tutti i giorni.

Presentati a chi non ti conosce: cosa fai nella vita di tutti i giorni e da dove nasce la tua passione per la corsa?

Ho un negozio di barbiere a Roma, ho iniziato a correre verso i 30 anni dopo aver subito per un incidente a pallone otto operazioni, e così per guarire mi sono avvicinato alla corsa.

Quando hai capito che la corsa poteva essere anche uno strumento di impegno civile?

Dopo qualche anno, vedendo che avevo una buona resistenza, e capacità di correre per molto tempo in solitaria, ho pensato di usare questo per realizzare i sogni che avevo, tra cui quello di cambiare il mondo!

Tra le tue imprese sportive di beneficenza ricordiamo la "Moscica-Roma in 84 giorni" nel 1999 e la "Amman-Baghdad" nel

2000. Come sono nati questi due progetti e quale sarà il tuo prossimo impegno?

Come dicevo, fare delle corse eclatanti era un modo per far parlare e, in particolare, farne di così lunghe ed estreme era un modo per attirare l'attenzione su temi come quello della pace o per protestare contro l'embargo che in quel periodo subiva l'Iraq. Il prossimo impegno? Purtroppo ho solo l'imbarazzo della scelta.

Arriviamo infine alla "Pace va per...corsa", maratona podistica in memoria delle vittime della mafia, che quest'anno si lega alla ricorrenza del 150° dell'Unità d'Italia. Quale messaggio hai voluto portare in giro per il nostro Paese e che accoglienza hai ricevuto?

La Pace va per...corsa è nata per non scordare chi è morto per darci la libertà, sia lottando per



l'Unità d'Italia sia combattendo la mafia. Era anche questo un modo con Libera per parlare di temi delicati come le vittime della mafia, il doping e anche del 150° anno dell'Unità d'Italia. L'accoglienza è stata straordinaria, incontran-

do tanta gente così disponibile e sensibile a questi temi, ti rendi conto di quanto bisogno c'è di giustizia e di legalità.

La "Pace va per...corsa" è anche un monito all'impegno, all'idea

che certi valori non siano gratuiti ma vadano costruiti e difesi giorno per giorno. Ma come si fa in concreto in un Paese che litiga anche sulla propria storia?

Nella vita di tutti i giorni è sempre un impegno perseguire certi valori, e difenderli ogni giorno con coerenza non è così facile. È per questo che Luigi Ciotti ci ricorda gridando che bisogna sempre essere svegli, all'erta. Il nostro Paese da sempre litiga sulla sua storia, il Nord-Est in particolare è come se non si sentisse parte della nazione, ma è proprio per questo che bisogna insistere per l'unità. Io credo che solo uniti si possa trovare la propria identità, essere delle "isole" non porta a niente.

Nel tuo libro scrivi che, "se il mondo somigliasse alle persone incontrate durante i tuoi chilometri a piedi, sarebbe più

umano e attento alle ingiustizie". Perché, invece, il mondo non somiglia a queste persone?

Le persone che ho incontrato nelle mie corse sono sempre state persone che capivano il mio messaggio: ho incontrato popolazioni che avevano i nostri stessi desideri, i nostri stessi sogni, volevano gli stessi diritti, giustizia, sanità, istruzione, lavoro. Il mondo che conosciamo invece non è proprio così, sappiamo che poche persone hanno dei privilegi e la moltitudine no. Ed è proprio questa moltitudine che grida!

Le tue corse sono anche dei viaggi all'insegna dello spirito del pellegrino, di colui che sa di poter contare solo sulle proprie forze e sulla forza del proprio messaggio. Cosa hai imparato da queste esperienze?

Correre da solo ti fa sicuramente conoscere meglio te stesso, ti dà la capacità di adattarti alla fatica, e di resistere in quei momenti in cui vorresti mollare tutto. Poi il messaggio, la motivazione ti fa superare non solo le trappole della mente, ma anche i dolori fisici che ovviamente insorgono e che quando finisce tutto ti impediscono persino di camminare bene (proprio a te che fino al giorno prima eri in grado di correre 40 km al giorno). Ecco, questa è la vera forza di ognuno di noi: la motivazione e credo sia così in ogni aspetto della nostra vita. Insomma, le parole chiave sono: pace, impegno, memoria e per ultimo (ma non per importanza), svegliarsi!



Servizio fotografico di Anna Maria Gallorini

Raduno Uisp di Abbadia San Salvatore

Il segreto di un successo lungo trent'anni nelle parole di Silvio Carli, presidente del comitato organizzatore

A cura di Donatella Vassallo



Come vi state organizzando per questa edizione e su quali collaborazioni potete contare?

Intanto abbiamo costituito il comitato che si occuperà di tutta la parte tecnica di realizzazione e ideazione e stilerà il programma.

Le istituzioni locali e la UISP nazionale ci hanno già dato il pieno sostegno. In più potremo contare sui compaesani che sono estremamente orgogliosi di partecipare e farci pervenire quanto più materiale storico possibile, ma anche su atleti di livello nazionale e internazionale che sono stati presenti ad Abbadia e che vogliamo siano presenti all'evento.

Sì, perché il programma è molto articolato e si svilupperà su tre giornate.

Nella prima una festa di benvenuto e l'apertura della mostra relativa ai 30 anni di raduno e ai 40 di UISP Abbadia; nella seconda, in mattinata un convegno dedicato e il pomeriggio il tradizionale staffettone che per l'occasione sarà un 250x400 per un totale di 100 km nel quale vogliamo coinvolgere atleti, ragazzi, bambini, rappresentanti delle istituzioni, testimonial e dove ognuno si cimenterà in un giro di campo; nella terza il meeting tecnico aperto anche a società UISP non partecipanti al raduno.

Perché una società sportiva dovrebbe venire al vostro raduno?

Già partecipare ad un evento con il programma suddetto è una motivazione, ma in generale le motiva-



zioni sono molto forti: ad Abbadia siamo ad 830 m sul mare, questa è l'altezza ideale per allenarsi anche ad agosto, la posizione geografica vicina alla A1 ed equidistante da Firenze e Roma la rendono facilmente raggiungibile, il campo di atletica è

al centro esatto dal paese ed è raggiungibile facilmente a piedi da tutti gli alberghi del paese, l'aria è buona, il clima piacevole, il paese è ricco di storia antica e moderna, dall'antica abbazia con i suoi tesori, al centro medievale, alla vecchia miniera di



mercurio con il suo museo e non dimentichiamo la montagna con i suoi sentieri tra faggi e castagni. Pertanto l'aria che si respira al raduno è sì di impegno al campo, ma anche molto conviviale e piacevole. E queste sono le motivazioni per cui sono trent'anni che il raduno si fa ad Abbadia e la UISP e le società sportive continuano a ritornare. Per la verità quando fu risistemata la pista di atletica, una ventina di anni fa, fu trovata un sede diversa, ma guarda caso l'anno successivo all'unanimità il raduno è ritornato ad Abbadia.

A riprova di quanto detto ogni estate Abbadia ospita in ritiro squadre dei più diversi sport e la UISP Abbadia ne cura l'accoglienza tecnica. Grazie agli impianti e alla capacità ricettiva nel 2010 abbiamo avuto squadre di atletica, di calcio, di pallavolo, di basket, di karate per un totale di ben 36 squadre nel periodo giugno-settembre.

In particolare poi c'è la UISP Abbadia che è ben contenta di accompagnare nei percorsi montani o assistere in pista le società di atletica che verranno a trovarci.

Sempre a proposito di ricorrenze, quest'anno festeggiate anche i 40 anni di attività della Uisp locale di atletica leggera e i 28 anni della Salitredici, campionato nazionale Uisp di corsa in salita. Non è che poi vi montate la testa? Qual è il segreto di un successo così duraturo nel tempo?

Sicuramente sono traguardi impor-

tanti soprattutto perché manifestazioni come la Salitredici, nonostante gli anni, stanno ancora crescendo in partecipazione e qualità.

Per spiegare il segreto vorrei avervi fatto partecipare alle prime riunioni del comitato: erano presenti i primi presidenti, i primi istruttori e anche qualche atleta. Quello che univa tutti era la passione, l'entusiasmo e la voglia di tutti di ritrovarsi e contribuire ognuno per la sua parte alla realizzazione. La cosa bella è che i dirigenti e tecnici d'oggi sono i ragazzini al campo di ieri.

La UISP ad Abbadia è sempre stata qualcosa di più di una società sportiva, è veramente un riferimento sociale e di aggregazione.

Se c'è un segreto penso proprio sia questo.



Il raduno tecnico Uisp di atletica leggera festeggia quest'anno ad Abbadia il suo 30° compleanno. Da dove parte la vostra storia e perché proprio la scelta di Abbadia S. Salvatore?

Ad Abbadia esisteva da anni la UISP e le caratteristiche geografiche del paese sono tali per cui squadre di atletica o di altri sport hanno sempre frequentato il nostro paese per il ritiro estivo, pertanto è stato quasi naturale la costituzione di questo appuntamento fisso con la UISP nazionale.

Quali sono state le tappe fondamentali del vostro percorso fino ad oggi?

Tappe precise non saprei individuarne, direi piuttosto una continuità di ideali e progetti tra chi ha seguito e fatto crescere la società, dai tecnici ai dirigenti agli atleti.

30° Anniversario del Raduno Tecnico Nazionale di Atletica Leggera ad Abbadia San Salvatore (SI)



PROGRAMMA CELEBRAZIONI TRENTENNALE

Venerdì 26 agosto 2011

Ore 17.00 - Comune di Abbadia San Salvatore - Via Roma n. 2
Apertura mostra "La UISP Abbadia: 40 anni di storia badenga"

Ore 21.00 - Club 71 - Abbadia San Salvatore - Via Adua n. 30
Festa di benvenuto ai partecipanti raduno e testimonial



Sabato 27 agosto 2011

Ore 10.00 - Cinema Teatro Amiata - Abbadia San Salvatore - Via Matteotti n. 4
Convegno "I nostri 30 anni di raduno: ieri oggi e domani"
Con partecipazione di tecnici, atleti e testimonial

Ore 14.00 - Stadio di Abbadia San Salvatore "Giornata dello sport"
Partenza staffetta 250x400

Esibizioni dimostrative di tutti i gruppi sportivi di Abbadia aperte ai bambini

Domenica 28 agosto 2011

Ore 9.00 - Stadio comunale Abbadia San Salvatore
Meeting di Atletica Leggera - "Memorial Francesco Calderini"
(aperto anche ad Associazioni Sportive non presenti al raduno)

Informazioni:

- Lega Nazionale UISP di Atletica Leggera - lunedì ore 16-19; dal martedì al venerdì ore 9-12
tel. 0643984328 - fax 0643984320 - e-mail: atletica@uisp.it
- Consorzio Terre di Toscana - P.le Rossaro n. 2 - 53021 Abbadia San Salvatore (SI) tel. 0577.778324
fax. 0577 775221 www.terre-di-toscana.com - e-mail: info@terreditoscana.net

30° RADUNO TECNICO NAZIONALE DI ATLETICA LEGGERA UISP ABBADIA S. SALVATORE 23-30 AGOSTO 2011

PREZZI AL PUBBLICO HOTEL 3 STELLE ***

TIPOLOGIA DI SERVIZIO	PREZZO
Supplemento singola	20% sul prezzo pensione
1 giorno di pensione completa	€ 59,00
2 giorni di pensione completa	€ 107,00
3 giorni di pensione completa	€ 160,00
4 giorni di pensione completa	€ 200,00
5 giorni di pensione completa	€ 246,00
6 giorni di pensione completa	€ 290,00
1 giorno di ½ pensione	€ 48,00
1 pernottamento e 1 colazione	€ 38,00
1 pasto Menu' turistico	€ 17,00
1 acqua minerale lt. 1,5	€ 2,00
Vino della casa 1 bottiglia	€ 5,00

RIDUZIONI:

Bambini da 3 a 6 anni - sconto 50%
Bambini da 7 a 11 anni - sconto 25%
Bambini da 0 a 2 anni GRATIS



QUOTE DI PARTECIPAZIONE HOTEL 3 STELLE ***

Quota di partecipazione individuale Sistemazione camera tripla e quadrupla	Quota di partecipazione individuale Sistemazione in camera doppia	Quota di partecipazione individuale sistemazione in camera singola
€ 300,00	€ 332,00	€ 364,00

BAMBINI DA 3 A 6 ANNI:

Quota di partecipazione 1 Bambino con 1 Adulto	Quota di partecipazione 1 Bambino con 2 Adulti	Quota di partecipazione 2 Bambini con 2 Adulti	Quota di partecipazione 2 Bambini con 1 Adulto
1 Bambino € 165,00 1 Adulto € 332,00	1 Bambino € 150,00 2 Adulti € 600,00	2 Bambini € 300,00 2 Adulti € 600,00	2 Bambini € 300,00 1 Adulto € 300,00

BAMBINI DA 7 A 11 ANNI:

Quota di partecipazione 1 Bambino con 1 Adulto	Quota di partecipazione 1 Bambino con 2 Adulti	Quota di partecipazione 2 Bambini con 2 Adulti	Quota di partecipazione 2 Bambini con 1 Adulto
1 Bambino € 246,00 1 Adulto € 332,00	1 Bambino € 225,00 2 Adulti € 600,00	2 Bambini € 450,00 2 Adulti € 600,00	2 Bambini € 450,00 1 Adulto € 300,00

LA QUOTA COMPRENDE:

- trattamento di pensione completa in Hotel (7 giorni) • acqua minerale • utilizzo impianti sportivi • gara • Festa di fine soggiorno • 1 gratuità ogni 10 paganti a tariffa intera • Bambini da 0 a 2 anni gratis • 1 ingresso gratuito in piscina • visita guidata in Miniera

Note: i tecnici (1 ogni 10 atleti paganti) anche se in camera doppia o singola pagano la quota di € 300,00
Prenotazioni: da effettuarsi entro il 30 Giugno 2011 via e-mail al seguente indirizzo: info@terreditoscana.net oppure via fax al numero 0577.775221

MODALITÀ DI PAGAMENTO:

Caparra: 50% della quota, da inviare tramite vaglia postale al seguente indirizzo: Consorzio Terre di Toscana - P.le R. Rossaro n. 2 - 53021 Abbadia San Salvatore (SI).

Saldo: all'arrivo (il Voucher dovrà essere ritirato presso gli Uffici del Consorzio Terre di Toscana prima dell'arrivo in Hotel).

50 km di Romagna



25 Aprile 2011 - Castelbolognese (Ra) - 30^a Edizione

**CAMPIONATO ITALIANO UISP GRAN FONDO
PROVA DEL GRAND PRIX IUTA 2011**

3^o TRITTICO DI ROMAGNA

**MARATONA DEL LAMONE
50 KM DI ROMAGNA
100 KM DEL PASSATORE**

**9^o CHALLENGER
ROMAGNA/TOSCANA**

**50 KM DI ROMAGNA
PISTOIA-ABETONE**

Partenza: ore 8.30

Tempo Massimo: 7 ore

Traguardi volanti: n. 4

A tutti gli iscritti: maglietta tecnica 50km + calzini tecnici + kit Ethicsport

A tutti gli arrivati: medaglia, diploma (comp.)

Per informazioni: www.50kmdiromagna.com/corsa.html

Il Fitwalking: che cos'è e come praticarlo

Rispondono i fratelli Giorgio e Maurizio Damilano, ideatori della camminata sportiva in Italia

A cura di Donatella Vassallo

Con l'arrivo della primavera cresce la voglia di stare all'aria aperta. I podisti ne approfittano per concedere qualche spazio in più ai propri allenamenti, i comuni mortali per sgranchirsi le gambe con lunghe passeggiate. Ma può esserci un modo per unire l'utile al dilettevole, facendo delle nostre passeggiate un modo per stare in forma senza strafare? Lo abbiamo chiesto a Giorgio Damilano, ideatore nel 2001 con il fratello Maurizio della camminata sportiva in Italia.

Fit-walking è letteralmente il camminare per la forma fisica. Ma non bastava camminare? Cosa trasforma la semplice deambulazione in una vera e propria disciplina sportiva?

La parola ed il marchio Fitwalking® sono stati ideati da noi, fratelli Damilano, 10 anni orsono unendo il prefisso della parola Fitness alla parola Walking (camminare) proprio per identificare una forma di cammino che non era più il banale passeggiare. Difatti gli studi indicano che i benefici che il fisico e la mente possono acquisire attraverso la pratica del "cammino veloce" si ottengono solamente con l'ingresso in una velocità di tipo sportivo di almeno 6 km/h. Ecco perché è stata studiata la tecnica del Fitwalking®: per aiutare a camminare bene e ad una velocità in cui si ottengono significativi benefici sportivi e salutistici. La tecnica ovviamente trasforma anche la semplice camminata in attività sportiva permettendo di modulare, anche in modo importante, il lavoro aerobico del praticante.



A chi si rivolge il fitwalking e quali sono i suoi principali benefici?

Il Fitwalking® in linea generale si rivolge a tutte le persone che intendono o necessitano fare attività sportiva aerobica. È ormai diventata anche una disciplina sportiva, assolutamente non agonistica, dove gli appassionati si cimentano in attività anche impegnative quali la partecipazione alle maratone con risultati di tutto rispetto. Tralasciando la parte sportiva, che in quanto tale è l'evoluzione dell'allenamento di quegli appassionati di Fitwalking®, la pratica del Fitwalking® presenta una serie importante di benefici salutistici acquisibili attraverso una disciplina semplice e alla portata di tutti. Possiamo dare un breve va-

demecum di come praticarlo e dei benefici che ne derivano: camminare a passo svelto (a un'andatura di almeno 6 km/h) e facendolo mezz'ora al giorno o almeno 2/3 volte la settimana. Svolgendo in questo modo l'attività di Fitwalking® si ottengono alcuni importanti benefici per la salute quali: dopo un mese di attività costante si noterà che il peso corporeo inizierà a calare, migliorerà l'umore, si percepirà maggior benessere, si riposerà meglio, inizieranno a regolarsi i centri della fame e della sazietà, si ridurrà la pressione arteriosa (se sei iperteso). Con qualche tempo in più anche le LDL (colesterolo cattivo) diminuiranno e aumenteranno le HDL (colesterolo buono), diminuiranno i

trigliceridi e sarà più facile controllare la glicemia (se sei diabetico). Quasi immediatamente migliora la postura, si riducono i carichi sbagliati a livello scheletrico, muscolare, tendineo, calano tensione e stress. Il basso carico strutturale, ossia il peso che la schiena, le anche, le ginocchia e le caviglie devono sostenere durante una seduta di Fitwalking® (circa 1/3 dei carichi che comporta il jogging o la corsa) è una delle caratteristiche che fanno apprezzare maggiormente il Fitwalking® in campo sanitario.

Il fitwalking sta registrando una sempre maggiore simpatia nel popolo degli sportivi e non a tal punto da ottenere un posto di primo piano persino all'edizione 2011 della maratona di New York. Quali sono i motivi del suo successo?

È difficile individuare i veri motivi che scatenano un fenomeno di massa. La nostra esperienza fatta in Italia in questi anni indica come la facilità di esecuzione, la gratificazione che ne deriva quasi immediatamente, il sentirsi sportivi veri attraverso una disciplina facile ed alla portata di tutti ed il benessere che ne deriva siano i motivi principali del successo del Fitwalking. Ormai non solo New York ma molte maratone anche in Italia (Roma, Venezia, Torino, Carpi) hanno inserito sezioni dedicate al Fitwalking® proprio a dimostrazione di come la disciplina sia in crescita anche a livello strettamente sportivo.

Qual è il modo migliore per cominciare a praticarlo e quali sono in Italia i percorsi più adatti per l'allenamento?

Praticare il Fitwalking® è semplice ma

resta pur sempre un'attività sportiva legata ad una precisa tecnica. Pertanto il modo migliore per iniziare sarebbe quello di partecipare ad un corso tenuto da un istruttore qualificato del metodo Fitwalking®. In Italia vi sono circa 200 istruttori di Fitwalking® e sul sito ufficiale è possibile trovare quelli più vicini alla propria città. Per ottenere il massimo risultato in termini di velocità e tecnica il Fitwalking® deve essere praticato su strada asfaltata. Quindi parchi o percorsi su strade non troppo trafficate vanno benissimo. Anche lo sterrato va bene ma si perde leggermente in velocità e sono consigliate strade bianche con un terreno abbastanza liscio e uniforme. La pianura è il territorio migliore ma inserire anche delle salitine va benissimo per stimolare la funzione allenante. Su percorsi di montagna o collina e su strade in terra abbastanza sconnesse è invece consigliato il Fitwalking Cross® che è la versione tecnica del Fitwalking® con l'aggiunta di specifici bastoni.

Quali sono le principali manifestazioni in Italia dedicate a questa disciplina? Come si diceva sopra ormai molte manifestazioni di podismo presentano al loro interno sezioni dedicate al Fitwalking®. Non solo le maratone ma anche mezze maratone e prove di chilometraggio inferiore. La manifestazione più numerosa dedicata esclusivamente al Fitwalking® in Italia si tiene a gennaio a Saluzzo, sede del Fitwalking® nazionale. Si chiama "Fitwalking del Cuore" e quest'anno ha raggiunto oltre 4000 partecipanti. La prova più lunga dedicata esclusivamente al Fitwalking® è invece il "Fitwalking sulle strade dei Campioni" di 30 km. Sul sito ufficiale del Fi-



twalking® (www.fitwalking.it) è possibile trovare un calendario nazionale del Fitwalking® costantemente aggiornato con tutte le manifestazioni che richiedono di essere inserite, gratuitamente, nel calendario ufficiale del Fitwalking®.

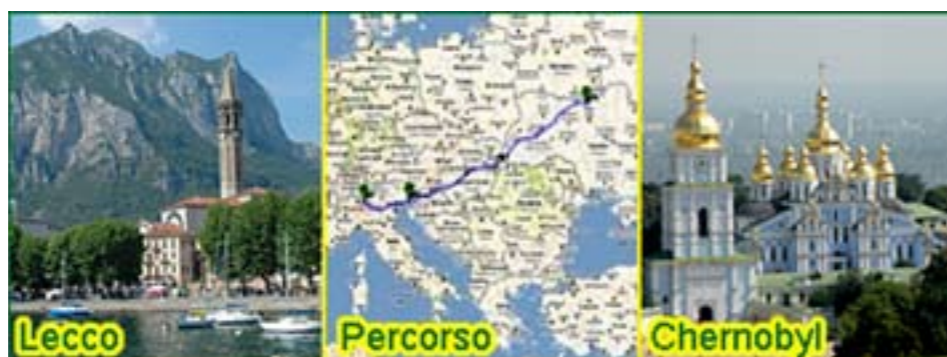
Infine, meglio soli o in compagnia?

Il Fitwalking® si può praticare sia da soli che in compagnia, naturalmente dipende anche dagli obiettivi e dal grado di preparazione che si intende effettuare. Nel suo aspetto principale il Fitwalking® è particolarmente adatto per praticarlo in compagnia in quanto è facilmente modulabile ed adattabile il ritmo. La non elevatissima intensità cardiocircolatoria permette di poter facilmente socializzare durante l'esercizio, almeno per chi pratica il Fitwalking® a livello base, dando la possibilità anche di chiacchierare durante l'allenamento con più facilità che in altri sport. La possibilità di poter effettuare un lavoro di gruppo è un altro degli aspetti che riteniamo abbiano favorito la grande crescita della disciplina.



Per alcuni di noi, la corsa fa parte dello stile di vita; l'impegno e la passione che mettiamo in ogni gara o allenamento, sono gli stessi che segnano anche la nostra esistenza quotidiana.

Da anni la nostra società, SEV Valmadrera, è impegnata a supportare il progetto "adotta una corsa in Africa"; ora, senza dimenticarci dei nostri amici africani, alcuni di noi si sono impegnati personalmente in un progetto di accoglienza terapeutica di bambini ucraini provenienti dalla regione di Chernigov, una delle zone più contaminate dell'Ucraina colpita dal disastro nucleare di Chernobyl. Questo impegno ci ha fatto conoscere una realtà a noi sconosciuta e il nostro cuore "li si è fermato" i volti dei "nostri" bambini ci hanno spinto a pensare come poter dar loro un aiuto. "Perché non andiamo di corsa da Lecco fino a Chernobyl, così potremmo far parlare di noi e lanciare un messaggio". Da una battuta fatta quasi scherzando è nata in noi, con il tempo la convinzione che si poteva fare. L'entusiasmo alle stelle, l'adrenalina che si sprigiona in noi prima di una gara, l'abbiamo dirottata su questa scommessa.



Abbiamo voluto fare nostro questo motto di Nelson Mandela, perché crediamo riassuma al meglio lo spirito dell'iniziativa: **"Lo sport ha il potere di cambiare il mondo. Ha il potere di ricongiungere le persone come poche altre cose. Ha il potere di risvegliare la speranza là dove prima c'era solo disperazione"**.

Quindi cari amici podisti, vi segnaliamo l'evento che il nostro gruppo Atletica SEV Valmadrera, in collaborazione con l'Associazione Les Cultures di Lecco e il Detsckij Fond di Chernigov (Ucraina), sta organizzando per il prossimo mese di agosto.

Sabato 30 luglio alle ore 10 con una staffetta podistica partiremo da Lecco per raggiungere Chernobyl percorrendo oltre 2000 km attraverso Italia, Slovenia, Ungheria, Ucraina. Lo scopo

dell'iniziativa è raccogliere fondi per la ristrutturazione di una palestra in una scuola nella città di Chernigov dove studiano 600 ragazzi molti dei quali orfani o provenienti da famiglie bisognose colpite dal disastro nucleare di Chernobyl.

Per conoscere tutti i dettagli della staffetta, del progetto e le diverse modalità per aiutarci a sostenerlo potete visionare il nostro sito:

staffettaleccochernobyl.wordpress.com

Le tappe

Saranno 17 di circa 120 km ciascuna, già da ora potete visionare sul sito l'itinerario completo del nostro viaggio.

Abbiamo organizzato per il giorno della partenza da Lecco e successivamente nei paesi dove faremo tappa, delle camminate non competitive dove, con un

contributo, chi vorrà potrà accompagnarci per qualche chilometro.

Il nostro sito verrà continuamente aggiornato, tenetelo d'occhio così potrete unirvi a noi quando lo vorrete e con il contributo di 1 € a km ci aiuterete a realizzare il nostro progetto.

C'è anche la possibilità di correre con noi "virtualmente" adottando la distanza desiderata.

I nominativi di tutti i sostenitori, i loghi delle società e degli sponsor verranno inseriti in un'apposita pagina del nostro sito.

Cerchiamo Società o Associazioni che lungo il percorso siano disposte a collaborare per l'organizzazione di qualsiasi tipo di evento che ci aiuti a promuovere quest'iniziativa.

Per la nostra trasferta, che durerà circa 25 giorni, stiamo anche cercando un camper in prestito o qualche camperista disposto ad accompagnarci o meglio ancora, camperisti/podisti che, se vorranno, potranno correre con noi.

Per approfondimenti

<http://staffettaleccochernobyl.wordpress.com>

Daniela Gilardi e Giosuè Bolis
Atletica SEV Valmadrera



Il reattore di Chernobyl dopo l'esplosione del 26 aprile 1986



Il reattore di Chernobyl oggi nel suo sarcofago di cemento

SABATO 6 AGOSTO 2011

IL CENTRO FONDO BOSCOREALE
in collaborazione con WWW.MODENACORRE.IT
e UISP MODENA organizza la

6ª Maratonina dei due passi

da Boscoreale (Piandelagotti - MO)
a Casone di Profecchia (LU) km.18 c.a
nonchè la

6ª MARCIA ESTIVA DI SAN GEMINIANO

non competitiva a Boscoreale
Prati di S.Geminiano - Piandelagotti (MO)



	CAMMINATA NON COMP.	MARATONINA
Ritrovo	Per tutti dalle 9,00 in località Prati di San Geminiano - Piandelagotti (MO)	
Iscrizioni	Libere, anche la mattina della gara	
1 €	8 € fino 30/6 - 10 € oltre	
NB: iscrizioni limitate a 300 persone		
L'Organizzazione si riserva di accettare ulteriori iscrizioni oltre il numero sopra indicato		
Tipo Corsa / fondo	Completamente "off road", ma di buona qualità ed interamente segnalato. La maratonina dopo aver sfiorato il passo delle Radici supererà i passi Giovarello e Forbici, con splendida vista su Alpi Apuane, Appennino modenese, reggiano e toscano, arrivando in provincia di Lucca	
Chilometraggio	4,5 e 8,5 km. c.a	18 km.c.a SOLO CON PETTORALE
Ora partenza	Ore 10,00 per tutti - NO alle partenze anticipate per favore !	
Premiazioni singoli	1 confezione tigelle Le Bistrot	Premio e attestato di partecipazione
Premiazioni società	Le prime 15 società, con un minimo di 8 iscritti ad una delle due gare in programma (vale la somma degli iscritti)	
Ristori	All'arrivo e lungo il percorso - 5 in totale	
Servizio medico	Ambulanza	Ambulanza e medico
Certificato medico	Idoneità alla pratica sportiva (tipo A)	Idoneità alla pratica sportiva (tipo B)
L'organizzazione, pur avendo cura di segnalare il cammino e disporre personale lungo il percorso declina ogni responsabilità in merito ad eventuali incidenti che possano occorrere a persone, animali o cose prima, durante e dopo la manifestazione. E' corsa fuori strada.		
L'atto di iscrizione è di per sé dichiarazione di presenza del prescritto certificato medico; per i gruppi ne è responsabile il presidente. L'acquisto del pettorale è implicita accettazione di quanto sopra		
INFO	info@modenacorre.it / tel 333/7573985	

E' previsto servizio di autobus gratuito PER I SOLI PARTECIPANTI ALLA MARATONINA da Casone di Profecchia a Piandelagotti - possibilità di Bed & Breakfast negli alberghi di Piandelagotti - Manifestazione patrocinata dalla Provincia di Modena.

INFO SULLA MARATONINA DEI DUE PASSI

La corsa si sviluppa su di un percorso di 18 km. circa. Partenza da Prati di San Geminiano (sopra Piandelagotti, 1.420 mt. slm); dopo un anello sul percorso della pista di fondo del Passo delle Radici, abbastanza vario, inizia una parte in salita - non continua - che porta alle Torbiere delle Maccherie (1.580 mt.slm) e quindi al punto più alto della corsa, il panoramico passo del Giovarello (1663 mt. slm); da qui è possibile ammirare la "skyline" delle Alpi Apuane. Dal Giovarello si scende verso il Passo Forbici (1.573 mt. slm) e da qui sempre in un bosco fino a Casone di Profecchia (1.314 mt. slm), antica casa cantoniera dei tempi del duca.

Il fondo, tutto off road, non presenta tratti di particolare difficoltà o difficile percorribilità. Non vi è perciò bisogno di zaini, camel bag, razzi segnaletori, prodotti per l'autosufficienza alimentare o simili; è consentito anche fare tratti di passo o fermarsi ad ammirare i panorami, ma nel TEMPO MASSIMO di 3 h. (anche noi vogliamo andare a casa...)

All'arrivo sarà possibile ristorarsi, recuperare le borse e, se si vuole, pranzare in compagnia con ottima cucina a prezzi concordati. Per ogni altra informazione potete scrivere a info@modenacorre.it o telefonare al **333.7573985**.

Sarà disponibile il trasporto gratuito delle borse dei partecipanti alla maratonina all'arrivo della gara ed il ritorno dei partecipanti, pure gratuito, alla partenza, prima o dopo il pranzo a Casone. Ai primi 10 uomini e 5 donne verrà consegnato un riconoscimento offerto dagli sponsors.

Classifica e Servizi fotografici gratuiti saranno disponibili su www.modenacorre.it.

La manifestazione è omologata dal Coordinamento per l'attività podistica amatoriale della Provincia di Modena; la marcia estiva è manifestazione a carattere ricreativo ludico-motoria del.reg.ER n.1395 17/1/2005.



Siete tutti invitati. Quando? Il 6 agosto 2011, sabato mattina. Dove? Ma alla sesta maratonina dei Due Passi. È una gara unica. È un trail. Sì, una corsa nella natura, tutta fuori strada ...ma è per tutti. Sono 18 km, abbastanza da giustificare la trasferta ...ma non troppi da doversi fare delle flebo all'arrivo. In Appennino ...ma con un panorama stupendo sulle Alpi Apuane. Tutta nel bosco, in montagna ...ma si può correre tutta senza bisogno di piccozze. E con cinque ristori non ci si deve portar dietro cibo liofilizzato o altre porcherie tecnologiche.

Ma dove si corre, questa maratonina dei Due Passi, e quando? Il ritrovo è a Piandelagotti, una frazione del comune di Frassinoro, antiche terre di Matilde di Canossa, nell'alto appennino modenese, dove d'inverno si snodano ben 30 km di piste per lo sci di fondo. L'idea della maratonina è nata proprio sulla neve, con la voglia di far conoscere meglio questi posti bellissimi. A volte non c'è bisogno di attraversa-

re il mondo per trovare dei percorsi nella natura, passando magari di fianco a leprotti e daini; e con un costo d'iscrizione (8 €) ben abbordabile, perchè l'organizzazione non lucra alle spalle dei runner ...forse perchè gli organizzatori prendono il via e partecipano anche loro a questa bellissima gara nella natura. Un altro motivo di orgoglio è che alla gara partecipano diciottenni ed ultrasettantenni, atleti di alto livello e semplici appassionati, uniti dalla passione per la corsa e dal piacer di stare insieme per una gara indubbiamente fuori dall'ordinario.

Veniamo al percorso; la Maratonina dei Due Passi si sviluppa su 18 km circa. La partenza è precisamente in località Prati di San Geminiano (sopra Piandelagotti, 1.420 m slm); dopo un anello sul percorso della pista di fondo del Passo delle Radici, abbastanza vario, inizia una parte in salita - non continua - che porta alle Torbiere delle Maccherie (1.580 m slm) e quindi al punto più alto della corsa, il panoramico pas-

so del Giovarello (1663 m slm); da qui è possibile ammirare la "skyline" delle Alpi Apuane. E qui si passa in provincia di Reggio Emilia.

Dal Giovarello poi si scende verso il Passo Forbici (1.573 m slm) e da qui sempre nel bosco fino a Casone di Profecchia (1.314 m slm), antica casa cantoniera dei tempi del duca, in provincia di Lucca. Da Casone poi un servizio speciale di autobus e pulmini riporta alla partenza i partecipanti, che possono mangiare insieme nel grande prato dove è posto il traguardo. La non facile logistica della gara, unita all'assenza di ricchi sponsor, ci costringe a porre un tetto alle iscrizioni, che è sempre stato raggiunto oltre un mese prima della partenza. Il primo anno gli arrivati sono stati 100, il secondo 150, poi 200, quindi 250, fino ai 320 del quinto anno: è stato il tam tam fra chi ha partecipato a fare la migliore pubblicità alla Maratonina, ed il sorriso dei concorrenti all'arrivo è la più bella ricompensa per il lavoro svolto.

Giuliano Macchitelli



FRANCO BONADIES
1932
www.francobonadies.com



Eco Maratona



Corfù

3/4/5 giugno 2011

Utilizzo della scheda d'iscrizione

Compila e spedisce la scheda d'iscrizione

via mail: ecomaratonacorfù@libero.it
via fax: allo 0883 538801

Ricordati di allegare ricevuta di versamento

Modalità di pagamento

- Bonifico bancario italiano, con spese bancarie a carico dell'ordinante, intestato: ASD Barletta Sportiva conto corrente n°: 88694583
IBAN IT38S076010400000088694583

Info Cell: 335.7120611

Organizzazione evento Comune di Kerkyra - Corfù	Organizzazione tecnica soggiorno: Helga Holiday Service 49083 DASIA - CORFU - GREECE	Organizzazione tecnica viaggio: G. Gianniotis - G. Katsouris Agency 46, EL. Venizelou Street - 49100 CORFU - GREECE	Responsabile iscrizioni Sig.ra Mariella Di Leo	Collaborazione Tecnico-Sportiva ASD Barletta Sportiva Pres. Vincenzo Cascella
--	--	---	---	---

Eco Maratona Corfù

3/4/5 Giugno 2011

COGNOME _____ NOME _____

SESSO _____ DATA DI NASCITA (gg/mm/aaaa) _____ NAZIONALITA' _____

INDIRIZZO _____ CAP _____

CITTA' _____ PROV. _____

TELEFONO CELLULARE _____ TELEFONO ABITAZIONE _____

E-MAIL _____

NOME SOCIETA' _____

N TESSERA _____ ALTRO ENTE _____

GARA PODISTICA UISP LEGA ATLETICA

QUOTA D'ISCRIZIONE valida per italiani e stranieri

€ 25,00

MODALITA' DI PAGAMENTO

Bonifico bancario

Contanti

Dichiaro di essere in una buona condizione di salute e quindi di poter prendere parte alla manifestazione sportiva denominata "EcoMaratonaCorfù", che non alcuna valenza agonistica, ma esclusivamente dimostrativa e promozionale, tesa alla valorizzazione del territorio da un punto di vista strettamente ambientale e culturale.

FIRMA

Dichiaro di conoscere e rispettare il regolamento della Eco Maratona, tutti gli sponsor dell'evento, i rispettivi rappresentanti, successori, funzionari, direttori, membri, agenti ed impiegati delle società sopra citate, di tutti i presenti e futuri reclami o responsabilità di ogni tipo di derivanti dalla mia partecipazione all'evento. Concedo la mia autorizzazione a tutti gli enti sopra elencati a utilizzare fotografie, nastri, video, immagini all'interno di sito web e qualsiasi cosa relativa alla mia partecipazione all'evento per qualsiasi legittimo utilizzo senza remunerazione. Le informazioni personali saranno trattate ai sensi del Codice in materia di protezione dei dati personali.

Scarica subito il programma e il modulo d'iscrizione su: www.barlettasportiva.blogspot.com

Pillole di benessere

I nostri video-suggerimenti per la cura e la nutrizione dello sportivo

Continua la nostra serie di video-interviste per il benessere dello sportivo. Questo mese Luca Gatteschi, medico sportivo e maratone-ta, ci consiglia cosa mangiare prima dell'allenamento.

Per visualizzare il video cliccare sul link

www.youtube.com/user/RunnerTV#p/u/16/kiJVLkVFAsw





Aletica UISP on line - 28

Fiocco celeste in rete: nasce il sito del Corriprimavera



Un nuovo spazio web per la classica toscana

La tradizionale corsa su strada che si svolge a Livorno da ben **32 anni** apre le porte alla rete, inaugurando un **sito web** completamente dedicato alla gara: all'indirizzo <http://www.corriprimavera.altervista.org> sono disponibili tutte le informazioni per gli interessati.

La manifestazione, in calendario per il prossimo 22 maggio, sarà valida come **Campionato nazionale UISP di corsa su strada** sulla distanza dei 10km. Nell'ambito del programma è prevista anche una gara collaterale (sempre di 10km) per coloro che non partecipano al Campionato; inoltre, è previsto anche un percorso ridotto, non competitivo di 3km. Pertanto il dettaglio della giornata è questo:

ore 09.00 - partenza gara di 10 km degli atleti che non partecipano al Campionato e della corsa non competitiva di 3 km.

ore 10.00 - partenza gara di 10 km valevole come Campionato nazionale UISP.

ore 11.00 - partenze categorie giovanili valide come Campionato nazionale UISP
Rimandiamo alla consultazione del sito per tutti i dettagli per tempi e modalità di iscrizione, regolamento, percorso, accoglienza e tutto quanto può essere utile.

Buona navigazione!



Con il patrocinio:
Comune di Livorno



Maratona
Città di Livorno



A.S.D. CORRIPRIMAVERA LAVIOSA

organizza

Domenica 22 maggio 2011

Gara podistica competitiva
Campo Scuola - Livorno ore 9



**Campionato Nazionale UISP
di corsa su strada adulti e giovanili**

Al campionato sarà abbinata una gara Assoluti,
Amatori e Master FIDAL e Atleti tesserati
con altri Enti di Promozione Sportiva

32^a Edizione

CORRIPRIMAVERA

LAVIOSA



AceaElectrabel

AVIS
DONATORI SANGUE
LAVIOSA

Coni

Comitato Provinciale
Livorno

Fidal

UISP

sportpertutti
Lega Atletica Leggera

TDS
timing data service



REGOLAMENTO

- Possono partecipare atleti italiani e stranieri delle Società toscane affiliate alla FIDAL;
- Atleti italiani tesserati per gli Enti di Promozione Sportiva nel rispetto delle convenzioni stipulate con la FIDAL;
- Atleti italiani e stranieri tesserati per Società di altre regioni esclusi quelli compresi in un elenco di atleti Top.

PROGRAMMA

Gara valida come **Campionato Nazionale UISP 2011** di Società e individuale (adulti - giovanili) di corsa su strada. Alla manifestazione sarà abbinata anche una gara podistica di km 10; di tutti gli atleti che non partecipano al Campionato Nazionale, previsto anche un percorso ridotto, non competitivo, di km 3. Il ritrovo è fissato per le ore 7.00 e sono previste tre partenze differenziate:

- Ore 9.00: partenza gara podistica (di tutti gli atleti che non partecipano al Campionato Nazionale) di km 10; previsto un percorso ridotto, non competitivo, di km 3
- Ore 10.00: partenza degli atleti di tutte le categorie M/F che partecipano al Campionato Nazionale UISP di km 10
- Ore 11.00: inizio partenze delle categorie giovanili (varie distanze) con la collaborazione della Società Atletica Livorno.

ISCRIZIONI: Per il Campionato Nazionale UISP dovranno pervenire tassativamente sul modulo iscrizione entro e non oltre le ore 24 di **GIOVEDÌ 19 MAGGIO** indirizzandole a: A.S.D. Corriprimavera-Laviosa - c/o Franco Meini Via Bassa, 6 - 57123 LIVORNO - Fax: 0586 440707 oppure per e-mail: a.s.corriprimavera@virgilio.it info@livornomaratonait

La tassa gara è fissata in Euro 5 per tutti gli atleti (più Euro 5 per cauzione chip) mentre per le categorie giovanili (da Primi Passi ad Allievi) Euro 3.

Il pagamento potrà essere effettuato a partire da Sabato 21 presso la segreteria, pertanto preghiamo i dirigenti di società di provvedere al ritiro pettorali e pagamento in blocco degli iscritti della propria società.

Per tutti gli atleti che invece non concorrono al Campionato UISP, le iscrizioni potranno essere accettate sino a mezz'ora prima della partenza, stabilita alle ore 9,00, e non sarà loro richiesta la quota per la cauzione chip (si correrà con il pettorale ed il cartellino gara che dovrà essere riconsegnato all'arrivo).

PREMIAZIONI CAMPIONATO NAZIONALE UISP

Saranno premiati i primi 3 adulti classificati di ogni categoria (12 maschili e 10 femminili). Il primo classificato/a di ogni categoria (a partire dai Cadetti) indosserà la maglia di Campione Nazionale UISP 2011.

Verranno effettuate inoltre altre premiazioni di categoria che saranno rese note in seguito con comunicati sul sito internet www.livornomaratonait.

Per le classifiche di Società fare riferimento al regolamento nazionale consultabile sul sito internet www.uisp.it.

Per il settore Promozionale non verranno effettuate premiazioni di categoria ma tutti riceveranno identico premio di partecipazione. Per il settore Giovanile premi ai primi sei classificati di ognuna delle categorie (4 maschili e 4 femminili) con medaglie ai primi tre. Al primo Cadetto/a e Allievo/a verrà assegnata anche la maglia di Campione Nazionale.

Premio di partecipazione a tutti i concorrenti.

PREMIAZIONI GARA ASSOLUTI

Saranno premiati i primi 30 classificati maschili e le prime 10 classificate femminili.

La segreteria per la consegna del pettorale sarà aperta dalle ore 10.00 di sabato 21 maggio presso il Campo Scuola. La lista degli Alberghi convenzionati, il regolamento completo e il modulo di iscrizione sono visionabili e scaricabili dal sito: www.livornomaratonait

NB: Il percorso sarà interamente segnalato e controllato dai Giudici di gara FIDAL e UISP. Si ricorda che ogni podista è responsabile di se stesso per quanto concerne la condotta di gara, nel pieno rispetto del codice della strada. La ASD Corriprimavera - Laviosa non risponde di eventuali danni a persone, cose ed animali, che dovessero avvenire prima, durante e dopo la gara non riconducibili all'organizzazione.

Per informazioni: **FRANCO MEINI** cell 338-9563043



Table of results for various running events, including names, clubs, and times.

Table of results for various running events, including names, clubs, and times.



8000 m seniores C-30 M

Results for 8000 m seniores C-30 M.

Results for various running events, including names, clubs, and times.

6000 m veterani L-65 M

Results for 6000 m veterani L-65 M.

2000 m cadetti M

Results for 2000 m cadetti M.



Results for various running events, including names, clubs, and times.

4000 m veterani G-50 F

Results for 4000 m veterani G-50 F.

4000 m seniores E-40 F

Results for 4000 m seniores E-40 F.

4000 m seniores A-20 F

Results for 4000 m seniores A-20 F.

1000 m ragazzi A M

Results for 1000 m ragazzi A M.



Results for various running events, including names, clubs, and times.

4000 m juniores M

Results for 4000 m juniores M.

6000 m veterani H-55 M

Results for 6000 m veterani H-55 M.





DOMENICA - 8 MAGGIO 2011

partenza ore 9,30 dal Palazzo di Città
gara podistica nazionale UISP

aperta a tutti i cittadini



yes you can
a correre
10 km.

per info: enzocascella@gmail.com - 333.4714852



15	MANFREDINI CLETO	POL. OTELLO PUTINATI	0.23.58
16	MERLO PICH EUGENIO	ATL. GNARRO JET MATTEI	0.24.16
17	RIZZA GIOVANNI	POL. QUADRILATERO	0.24.17
18	ANDILORO GIOVANNI	ATL. SETTIMESE	0.24.35
19	CAVALLINI IORIO	GPA LUGHESINA	0.24.58
20	ABATE GIUSEPPE	ATL. BLIZZARD	0.25.25
21	BERI DOMENICO	GIORDANA LOMBARDI	0.25.30
22	CAMPIDELLI MAURO	ATL. RIMINI NORD	0.25.41
23	TONDI ALESSANDRO	UISP ABBADIA S.SALVATORE	0.26.06
24	LICATA PIETRO	POLISPORTIVA ZOLA	0.26.13
25	MEGALÉ LUCIANO	ATL. SETTIMESE	0.26.19
26	MONUTTI LUIGI	POL. PONTE NUOVO	0.26.31
27	CAPOLONGO CELESTINO	ATL. VENTUROLI	0.26.36
28	VENTUROLI SANDRO	ATL. VENTUROLI	0.26.51
29	ZUCCHERI MARCO	POD. LIPPO-CALDERARA	0.26.53
30	MORGESE GIUSEPPE	POD. LIPPO-CALDERARA	0.27.21
31	MARASCIO FRANCESCO	ATHLETIC TEAM	0.27.26
32	MIGLIACCIO SALVATORE	GIORDANA LOMBARDI	0.27.38
33	MONACO UBALDO SILVIO	OLIMPIA VIGNOLA POL.TE	0.27.43
34	D'ANGELO SALVATORE	ATHLETIC TEAM	0.28.13
35	BONAFE' CORRADO	POL. AVIS BOLOGNESE	0.28.33
36	PAGNONI GIANNI	POL. QUADRILATERO	0.28.44
37	BENINI CLAUDIO	POL. QUADRILATERO	0.28.46
38	DI MARCO ATTILIO	POD. LIPPO-CALDERARA	0.28.49
39	ZAMBELLI VINCENZO	VICTORIA ATL.	0.29.03
40	CAVALIERI IVAN	ATL. BLIZZARD	0.29.18
41	BOLOGNESI FRANCESCO	POL. OTELLO PUTINATI	0.29.27
42	CASTALDI SANDRO	POL. QUADRILATERO	0.29.31
43	GIANNASI FABIO	S.P. TORRE DEL MANGIA	0.29.36
44	GIACCHETTA RAFFAELE	POD. LIPPO-CALDERARA	0.29.38
45	SANTORSOLA FRANCESCO	GIORDANA LOMBARDI	0.30.26
46	ZACCHINI GIANNI	POL. AVIS BOLOGNESE	0.30.33
47	ZANETTI ROBERTO	POL. QUADRILATERO	0.30.42
48	AVANZI DARIO	ATL. DELTA FERRARESE	0.30.49
49	CAGGIANO GIUSEPPE	POD. LIPPO-CALDERARA	0.30.54
50	SCARAMELLI RICCARDO	VICTORIA ATL.	0.30.56
51	VECCHIO GIOVANNI	ATHLETIC TEAM	0.31.17
52	MANISCALCO IGNAZIO	ATL. VENTUROLI	0.31.44
53	BIASIOLI ALBERTO	GP BOMPANI GROUP	0.33.15
54	PIERGIOVANNI LUIGI	CRAL REGIONE PIEMONTE	0.34.15
55	BOCCASILE NATALE	ATHLETIC TEAM	0.36.08
56	BERSANI PAOLO	ATHLETIC TEAM	0.36.26

4000 m seniores C-30 F

1	BARTOLI RITA	SINTOFARM ATL.	0.16.18
2	EULALIO EMANUELA	DORATL.	0.19.07
3	ACCORSI ANNACHIARA	POD. PONTELLUNGO BO	0.19.31
4	IACOVONE EMILIA	IL GREGGE RIBELLE	0.21.27
5	MUZZI SUSANNA	S.P. TORRE DEL MANGIA	0.21.47
6	VOLTOLIN SONIA	GPD SALCUS	0.21.47
7	SCANAVINI SARA	GPD SALCUS	0.22.09
8	MASSIMI CRISTINA	POD. LIPPO-CALDERARA	0.22.50

9	VOLTOLIN SILVIA	GPD SALCUS	0.22.50
10	AIMO BOOT ELISA LUCIA	GIORDANA LOMBARDI	0.24.36
11	SENA BARBARA	ATHLETIC TEAM	0.25.56
12	MASIERO CRISTINA	DORATL.	0.35.31
13	CAVALLO MARILISA	GIORDANA LOMBARDI	0.35.49

1000 m ragazzi A F

1	CATALANO SARA	ATL. CALENZANO	0.03.46
2	CAVALIERI ANNA	ATL. BLIZZARD	0.03.57
3	LORENZINI ELISA	OLIMPIA VIGNOLA POL.TE	0.04.00
4	FOSSALI GIULIA	OLIMPIA VIGNOLA POL.TE	0.04.01
5	MARANGONI LINDA	GPD SALCUS	0.04.03
6	VELLA ELEONORA	ATL. BLIZZARD	0.04.04
7	ZANCHINI AURORA	GPA LUGHESINA	0.04.05
8	GRAMAGLIA MARTA	ATL. VENARIA REALE	0.04.05
9	AGHARDA SOUFIANE	MURATORI AURORA	0.04.06
10	VALLESE LUDOVICA	GPD SALCUS	0.04.14
11	AVIETTI CARLOTTA	ATL. CALENZANO	0.04.15
12	NAPIONE ELISA	ATL. SETTIMESE	0.04.19
13	FACCHINI SILVIA	VICTORIA ATL.	0.04.38
14	ILJAZI FATMA	GPD SALCUS	0.04.52

2000 m cadetti F

1	MANFREDINI CHIARA	POD. LIPPO-CALDERARA	0.07.23
2	ZOUHIR IMANE	GP NUOVA ATL. MOLINELLA	0.07.34
3	DALLA LIBERA GRETA	GPD SALCUS	0.07.42
4	BRIGHENTI ALICE	POD. LIPPO-CALDERARA	0.07.51
5	DAROUICH ZAHRA	LOLLI AUTO SPORT CLUB	0.08.15
6	UCCHEDDU SARA	ATL. VENARIA REALE	0.08.22
7	SERACIOLI VIOLA	UISP ABBADIA S.SALVATORE	0.08.30
8	SANTORO ALESSANDRA	UISP ABBADIA S.SALVATORE	0.08.36
9	REBEGGIANI CARLOTTA	ATL. VALLESAMOGGIA	0.08.40
10	DI LODOVICO FEDERICA	ATL. VALLESAMOGGIA	0.08.42
11	COCCHI GIORGIA	POD. LIPPO-CALDERARA	0.08.42
12	GUARGUAGLI BENEDETTA	ATL. CALENZANO	0.08.50
13	CIONI GLORIA	OLIMPIA VIGNOLA POL.TE	0.08.59
14	NAPOLITANO VALENTINA	OLIMPIA VIGNOLA POL.TE	0.09.01
15	MURATORI AURORA	UISP ABBADIA S.SALVATORE	0.09.03
16	FERRARI ANNA	OLIMPIA VIGNOLA POL.TE	0.09.04
17	BINI LETIZIA	ATL. CALENZANO	0.09.30
18	PALAZZO CLAUDIA	ATL. VALLESAMOGGIA	0.09.31
19	MONTANARI GIULIA	ATL. VALLESAMOGGIA	0.09.34
20	ZANASI FEDERICA	OLIMPIA VIGNOLA POL.TE	0.09.35
21	CALAMUSA JENNIFER	VICTORIA ATL.	0.09.37
22	DI FRAIA EVA	ATL. CALENZANO	0.09.50
23	MONTANARI VALENTINA	OLIMPIA VIGNOLA POL.TE	0.10.00
24	SOVIERI ELEONORA	OLIMPIA VIGNOLA POL.TE	0.10.03
25	GIUGNI CHIARA	ATL. CALENZANO	0.10.24
26	SANI SARA	UISP ABBADIA S.SALVATORE	0.10.43
27	KASSIOTAKIS IRENE	ATL. VALLESAMOGGIA	0.10.56
28	BARUFFA FRANCESCA	POL. COMUNALE ARGINE	0.11.08
29	BURZACCHI ARIANNA	OLIMPIA VIGNOLA POL.TE	0.11.21
30	BRUNO NICOLE	OLIMPIA VIGNOLA POL.TE	0.11.49
31	BARBUTO FRANCESCA	VICTORIA ATL.	0.12.12
32	POZZETTI ISABELLA	OLIMPIA VIGNOLA POL.TE	0.13.05
33	SCUSSEL VERONICA	UISP ABBADIA S.SALVATORE	0.13.06

4000 m seniores B-25 F

1	AVANZI ALESSANDRA	ATL. DELTA FERRARESE	0.16.46
2	ROCCATI SUELLEN	GPD SALCUS	0.18.59
3	BORSARI SERENA	VICTORIA ATL.	0.19.09
4	RUBINI ALESSIA	VICTORIA ATL.	0.21.39

8000 m seniores B-25 M

1	ROSSI Luca	OLIMPIA VIGNOLA POL.TE	0.25.34
2	LIND CLARKE EDWARD	POLISPORTIVA ZOLA	0.26.13
3	CARELIO GIULIANO FRANCO	GP RIVAROLO 77	0.27.32
4	DEL ROSSO STEFANO	TOSCO-ROMAGNOLA C.CAROLI	0.27.39
5	GENERALI ELIA	ATL. CASTENASO	0.27.56
6	ANTONIOLLI FEDERICO	ATL. BONDENO	0.28.04
7	CORTELLI ROBERTO	ATL. CASTENASO	0.30.24
8	CARDONE DANIELE	ATL. SETTIMESE	0.30.45





A.R.C. BUSTO ARSIZIO

WWW.ARCBUSTO.IT - E-MAIL: ATLETICA@ARCBUSTO.IT

ORGANIZZA

DOMENICA 15 MAGGIO 2011 ORE 9:00

2ª MEZZA DEL TICINO

MEZZA MARATONA ECO-SOSTENIBILE NEL PARCO DEL TICINO



**CORRI PER LA SALVAGUARDIA DEL PARCO RIDUCENDO LE EMISSIONI DI CO2
UTILIZZO MINIMO BOTTIGLIE PLASTICA - BICCHIERI BIODEGRADABILI
RISTORI A "KILOMETRI 0" - USA IL TRENO O IL "CAR SHARING"**

21ª STRAVIZZOLA
corsa non competitiva di 10,5 Km

**5° TROFEO IMMOBILIARE
GALLAZZI & VOLONTE'**

**21° TROFEO A.R.C a punti
MEMORIAL ORESTE GEMELLI**

RITROVO

CAMPO SPORTIVO, VIA LOCATELLI, VIZZOLA TICINO (VA)

AUTO: USCITA SUPERSTRADA MALPENSA TERMINAL 11 - TRENO: MALPENSA EXPRESS

MEZZA MARATONA: ORE 09:00 - NON COMPETITIVA KM 10,5: ORE 09:00

AUTORIZZAZIONE UISP N. 8/2011

9	DELLA'ERA GIUSEPPE	GPD SALCUS	0.31.00
10	MOLINARI MATTEO	VICTORIA ATL.	0.32.12
11	MARTELLI MATTEO	POD. MASSA LOMBARDA	0.32.47
12	MARCHESELLI ENRICO	VICTORIA ATL.	0.33.59
13	VERNA DANIELE	PODISTI COTIGNOLA	0.34.19
14	CAUDERA CARLO	ATHLETICS PIOSSASCO	0.35.04
15	FERRIOLI FEDERICO	POLISPORTIVA DORO S.D.	0.37.17
16	CASADIO EDUARDO	ATL. CALENZANO	0.42.34
17	DEL CARLO FRANCESCO	ATL. VALLESAMOGGIA	0.45.20

4000 m juniores F

1	LANDUZZI ALINE	POLISPORTIVA ZOLA	0.17.03
2	CHERCUI ALICE MIRELA	SAMPOLSE BASKET & VOLLEY	0.18.24
3	BOCCALINI ELISA	ATL. CALENZANO	0.19.04
4	DI BELLA GIULIA	POL. COMUNALE ARGINE	0.21.45
5	BOCCASILE GIULIA	ATHLETIC TEAM	0.26.05
6	SETTIMELLI VERONICA	ATL. CALENZANO	0.27.04

1000 m ragazzi B M

1	ZARCONI GIORGIO	CITTA' DI SESTO	0.03.17
2	MASID ISMAIL	ATL. BONDENO	0.03.18
3	GUERRI STEFANO	DORATL.	0.03.31
4	VITANGELI GIACOMO	CITTA' DI SESTO	0.03.35
5	TOMASINI MATTEO	LOLLI AUTO SPORT CLUB	0.03.41
6	TOMESANI LORENZO	ATL. VALLESAMOGGIA	0.03.43
7	PRET ENRICO	GIORDANA LOMBARDI	0.03.45
8	BETTINI Alessandro	ATL. VENARIA REALE	0.03.49
9	MANFREDINI SIMONE	ATL. RIMINI NORD	0.03.52
10	BONITO Lorenzo	ATL. VENARIA REALE	0.03.54
11	COSCARELLI MATTIA	GIORDANA LOMBARDI	0.03.55
12	LEONE RICCARDO	DORATL.	0.03.57
13	PASQUALE FEDERICO	DORATL.	0.04.01
14	BOSI DAVIDE	OLIMPIA VIGNOLA POL.TE	0.04.16
15	BERETTA GIORGIO	GIORDANA LOMBARDI	0.04.17
16	COTTI ALVISE	VICTORIA ATL.	0.04.22
17	TURCI ENRICO	OLIMPIA VIGNOLA POL.TE	0.04.28
18	SERRA ALESSIO	ATL. SETTIMESE	0.04.29
19	TOMEI NICOLA	DORATL.	0.04.36
20	MARIANI ALESSANDRO	ATL. CALENZANO	0.04.37
21	FAID HAJAR	POL. COMUNALE ARGINE	0.04.38
22	MILITO LORENZO	DORATL.	0.05.27
23	GIORGIONE LUCA	DORATL.	0.06.41

6000 m veterani M-70 M

1	VIOLETTI LUCIANO	DORATL.	0.26.43
2	FARINELLI ANGELINO	GIORDANA LOMBARDI	0.28.10
3	TORRENTE FRANCESCO	ATL. SETTIMESE	0.29.01
4	FOLETTI EMILIO	GPD SALCUS	0.30.38
5	ROSSO MARINO	ATL. SETTIMESE	0.30.44
6	VERNACCIONI GIUSEPPE	GIORDANA LOMBARDI	0.30.57
7	NERI GIULIANO	S.P. TORRE DEL MANGIA	0.32.24
8	BARTOLETTI NELLO	POL. AVIS BOLOGNESE	0.32.46
9	SPIRITO ENZO	DORATL.	0.35.28
10	PAVANELLO CELESTINO	ATL. SETTIMESE	0.35.37
11	SGHERRI MARIO	ATL. VENTUROLO	0.36.05
12	MUZZI MARIO	S.P. TORRE DEL MANGIA	0.37.52
13	PICCINI DANILIO	ATL. CALENZANO	0.38.12
14	LIVERANI SERGIO	IL GREGGE RIBELLE	0.38.40

1000 m ragazzi B F

1	GROSSI POLINA	GPD SALCUS	0.03.32
2	FORMICA ROBERTA	ATL. SETTIMESE	0.03.48
3	CERETTO GIANNONE FRAN.	DORATL.	0.03.49
4	CORSI MARTA	ATL. CALENZANO	0.03.50
5	GIORDANO SABRINA	VICTORIA ATL.	0.03.53
6	DI PETRILLO MATILDE	UISP ABBADIA S.SALVATORE	0.03.54
7	LORENZINI LAURA	OLIMPIA VIGNOLA POL.TE	0.03.54
8	ROSSELLI VALENTINA	GIORDANA LOMBARDI	0.03.56
9	FRATINI LINDA	ATL. CALENZANO	0.04.03
10	SUPPO ELENA	DORATL.	0.04.13
11	TURONE VITTORIA	GIORDANA LOMBARDI	0.04.15
12	BERTARELLI GIORGIA	OLIMPIA VIGNOLA POL.TE	0.04.20
13	UCCHINO VIRGINIA	ATL. CALENZANO	0.04.23
14	NOCENZI ALESSIA	ATL. CALENZANO	0.04.24
15	FATIGA MARTA	DORATL.	0.04.28
16	CASSA MONT SERENA	GIORDANA LOMBARDI	0.04.56
17	TONUC DAMLA NUR	VICTORIA ATL.	0.05.20

3000 m allievi F

1	SOLLENA GIULIA	GIORDANA LOMBARDI	0.13.19
2	MISSAOUI SOFIA	OLIMPIA VIGNOLA POL.TE	0.13.50
3	BARUFFA JESSICA	POL. COMUNALE ARGINE	0.15.22
4	SCARAMELLI LAURA	VICTORIA ATL.	0.16.25
5	PIFFERI SARA	OLIMPIA VIGNOLA POL.TE	0.19.42

8000 m seniores E-40 M

1	DI PETRILLO ALBERTO	UISP ABBADIA S.SALVATORE	0.26.36
2	GALASSINI FABRIZIO	POL. SCANDIANESE	0.26.49
3	CALAMAI PAOLO	POD. MDS	0.27.08



4	LACHI ALESSIO	IL GREGGE RIBELLE	0.27.18
5	TUMINO LORENZO	IL GREGGE RIBELLE	0.27.45
6	BRUZZI ALESSANDRO	OLIMPIA VIGNOLA POL.TE	0.27.49
7	FACCIOLIO VALERIO	ATL. PAVESE	0.28.41
8	TROVO' PAOLO	GPD SALCUS	0.28.46
9	TRIDELLO ANDREA	GPD SALCUS	0.28.53
10	BECCA GIACOMO	POL.COOP.CERAMICA	0.29.17
11	VALLINO DANIELE	GIORDANA LOMBARDI	0.29.49
12	PERRONE Carmelo	ATL. VENARIA REALE	0.29.54
13	NEGRINI ALBERTO	POLISPORTIVA ZOLA	0.29.58
14	TUFFANELLI MICHELE	POL. QUADRILATERO	0.30.13
15	MASSINI RAFFAELLO	RINASCITA INTERNATIONAL	0.30.22
16	PAMPINI ANDREA	POL. DIL. SAN RAFAEL	0.30.49
17	SPEARANDINI MARCO	S.P. TORRE DEL MANGIA	0.30.57
18	GASPARON ENRICO	UISP FERRARA	0.31.04
19	SOPRANI PAOLO	ATL. CASTENASO	0.31.40
20	PERITORE DANIELE	ATL. CALENZANO	0.31.43
21	CONTORNI IVO	UISP ABBADIA S.SALVATORE	0.32.10
22	SCARLINI DANIELE	ATL. CALENZANO	0.32.46
23	CERATO GIANNI	ATHLETIC TEAM	0.33.26
24	CECCHERINI SIMONE	ATL. CALENZANO	0.33.38
25	RIZZI GIANLUCA	POLISPORTIVA ZOLA	0.33.44
26	FRANCHINI LUCA	POL. QUADRILATERO	0.34.03
27	BELTRAME FABIO	ATL. BONDENO	0.34.35
28	VOLPATO SIMONE	ATL. SETTIMESE	0.34.38
29	SOAVE RICCARDO	DORATL.	0.34.47
30	DE GENNARO GIOVANNI	POD. PONTELUNGO BO	0.34.49
31	BRANZI MASSIMO	ATL. SETTIMESE	0.35.10
32	DE LUCA SERGIO	ATL. BLIZZARD	0.35.15
33	PREVELATO DOMENICO	GPD SALCUS	0.35.32
34	ARDOINO ROBERTO	ATL. SETTIMESE	0.35.40
35	GROSSI GINO	UISP FERRARA	0.35.48
36	BARBIERI MAURO	ATL. BONDENO	0.36.19
37	FRANCHI SIMONE	GPD SALCUS	0.37.23
38	BERARDO MARCO	GP RIVAROLO 77	0.37.51
39	MINUTELLA CARLO	IL GREGGE RIBELLE	0.38.14
40	GARUTI UMBERTO	POL. QUADRILATERO	0.39.24
41	MAINA ELVIO	GIORDANA LOMBARDI	0.39.50
42	FERLITO DINO	GIORDANA LOMBARDI	0.40.26
43	BEVILACQUA ANDREA	POD. LIPPO-CALDERARA	0.41.01
44	FERRARESI DAVIDE	POL. QUADRILATERO	0.41.06
45	VIARO LUCA	DORATL.	0.41.30
46	VASSALLI DANIELE	POL. QUADRILATERO	0.43.13
47	CECCHI MASSIMO	POL. QUADRILATERO	0.44.52

6000 m veterani G-50 M

1	GELOSINI CLAUDIO	JOGGING TEAM PATERLINI	0.20.26
2	PEDRINI GIOVANNI	U.S. SAN MICHELE	0.20.47
3	BARLETTA FRANCESCO	ATL. PAVESE	0.21.08
4	LANDINO FERDINANDO	ATL. DI MARCO SPORT	0.21.23
5	LIBANORI AGOSTINO	GPD SALCUS	0.21.50
6	FERGNANI MAURIZIO	POLISPORTIVA ZOLA	0.21.53
7	ANDREOSE LORENZO	GPD SALCUS	0.22.08
8	MUNGO RAFFAELE	POL. SPILAMBERTESE	0.22.21
9	NERVO GIULIANO	POD. PONTELUNGO BO	0.22.28
10	SPADAZZI LUCIANO	ATL. CASTELNOVO MONTI	0.22.30
11	BENATTI BRUNO	SINTOFARM ATL.	0.22.42
12	NESSI ITALO	GPD SALCUS	0.22.55
13	TALARICO FRANCESCO	ATL. SETTIMESE	0.22.57
14	GRAZIAN MORENO	ATL. SETTIMESE	0.23.06
15	SANDRI SANDRO	AMICI PODISTI MARGHERA	0.23.29
16	TONELLI PAOLO	POD. PONTELUNGO BO	0.23.38
17	CANARELLI MARIO	ATL. SETTIMESE	0.24.06
18	BANDINI GIUSEPPE	POL. PONTE NUOVO	0.24.12
19	MEDICI MARCO	GP ALTO RENO	0.24.22
20	VERNA MAURIZIO	PODISTI COTIGNOLA	0.24.29
21	BARBERINI PIETRO	CAPPUCCINI 1972	0.24.37
22	ZAVALLONI MASSIMO	POL. PONTE NUOVO	0.24.41
23	MINGARDO CLAUDIO	POL. QUADRILATERO	0.24.43
24	BALLANDI ANDREA	POD. PONTELUNGO BO	0.24.45



Centomila alla partenza in via dei Fori Imperiali

La Dado regina di Roma per la terza volta Il keniano Chumba vince tra gli uomini



Lo scorso anno aveva vinto in volata e dunque non aveva avuto il tempo per farlo. Quest'anno ha trionfato per la terza volta consecutiva, togliendosi le scarpe a duecento metri dall'arrivo e tagliando il traguardo di Via dei Fori Imperiali a piedi scalzi, come il mitico Abebe Bikila nelle Olimpiadi di Roma nel 1960. La 27enne etiopie Firehiwot Dado Tufa ha trionfato questa mattina nella 17ª Maratona di Roma Acea, tagliando il traguardo con il tempo di 2.24'13". L'italiana Rosaria Console ha chiuso con un bel 5° posto in 2.29'15", nonostante un leggero infortunio alla vigilia. Il 24enne ke-

niano Dickson Chumba Kiptolo ha invece trionfato nella gara maschile, tagliando il traguardo in 2.08'45". La gara per handbike è stata vinta dall'italiano Giovanni Achenza in 1h19'01", mentre Alex Zanardi, vincitore dello scorso anno e detentore del record del percorso, ha avuto problemi con la catena del suo mezzo e si è dovuto accontentare del 4° posto con 1h22'23". Tra le donne si è imposta la polacca Monika Pudlis in 1.49'14".

La partenza è stata data dal sindaco di Roma Capitale Gianni Alemanno e da Hiroyasu Ando, ambasciatore del Giappone in Italia. In segno di solidarietà con la popolazione giapponese,

il via è stato dato sventolando le due bandiere nazionali italiana e giapponese. Insieme a loro c'era anche il presidente della Maratona di Roma Acea Enrico Castrucci.

Circa 14.000 atleti hanno preso il via nella gara della maratona, ma 100 mila podisti hanno invaso le strade di Roma, compresi quelli in gara nella FunRun di 4 km. La gara non competitiva è stata vinta da Massimiliano Strappato ed Elisa Cesari, studenti 19enne della provincia di Ancona. Entrambi alla seconda partecipazione, indossano la maglia dell'Esercito Sport&Giovani. Ma il momento più emozionante è stato quello in cui,

dopo 50' di gara, ha tagliato il traguardo Monique Van Der Vorst, la 26enne olandese già prima due volte a Roma in handbike: dopo 13 anni su una sedia a rotelle e un vero e proprio miracolo lo scorso novembre è tornata a Roma per correre sulle proprie gambe e ce l'ha fatta. All'arrivo anche la presidente della Regione Lazio, Renata Polverini, che ha indossato il pettorale 378 (il numero dei Comuni del Lazio) ha terminato il percorso insieme agli assessori della sua giunta, Giuseppe Cangiemi e Fabiana Santini.

Gara femminile

Riconfermarsi lo scorso anno non era stato facile. La tripletta di oggi la incorona vera e propria regina di Roma. Ma ancora una volta l'Etiopia è stata protagonista, con cinque atlete nelle prime sei. A metà gara erano addirittura 8 le etiopi al comando, transitate con un passaggio di 1.13'24". Al 33° km, quando la lepre Hiko Bube Beriso si è fatta da parte, la Dado ha piazzato un km straordinario in 3'10".

segue



Foto di Andrea Fusi

Da lì in poi è stata una cavalcata trionfale, chiusa con una seconda metà gara da 1h10'49", decisamente più veloce della prima, migliorando il suo primato di 1'15". A duecento metri dal traguardo si è anche levata le scarpe. Nel corso della conferenza stampa finale ha detto che Roma la ispira e che sta studiando la nostra lingua all'Istituto italiano di cultura di Addis Abeba "Edmondo De Amicis". L'ultima a cedere è stata l'altra etiope Goitetom Haftu Tesema, che con 2.26'21" ha migliorato il proprio primato di oltre 2'. Kebebush Haile Lemma (2.27'39") non è invece riuscita a vincere alla sua quinta Maratona di Roma Acea consecutiva, dopo che ogni anno si è sempre migliorato fino al 2° posto del 2010. Al 4° posto si è piazzata l'esordiente Netsanet Achamo Abeyo in 2.28'28". La Console, che martedì aveva avuto un problema fisico, è partita più indietro rispetto alle prime, cercando di controllare il dolore. A metà gara la 31enne tarantina di Martina Franca è transitata in 9° posizione in 1h14'07", poi nonostante la sofferenza degli ultimi chilometri è riuscita a guadagnare ben quattro posizioni.

GARA MASCHILE

Alla vigilia non era tra i principali favoriti, ma in gara è stato autore di un'azione straordinaria. Dopo un avvio veloce (30'20" al 10° km, 1h04'10" alla mezza maratona), al momento dell'abbandono delle lepri, al 30° km (1h31'58"), il ritmo è rallentato molto. Al 32° km però Chumba ha lanciato un attacco secco, correndo gli ultimi 10,195 km in uno straordinario 30'11", ad una media di 2'57". Il keniano, allenato dall'italiano Claudio Berardelli a Kapsabet, paesino sui monti, ha iniziato a correre solo nel 2008: all'inizio alternava gli allenamenti al lavoro nei giardini e nei terreni dei vicini di casa, tanto che i suoi compagni lo avevano soprannominato "il giardiniere". Non è invece riuscito a fare il bis il 27enne etiope Siraj Gena Amda, divenuto famoso in tutto il mondo per il successo dello scorso anno a piedi scalzi, nel cinquantenario della vittoria olimpica di Bikila. L'etiope ha cercato di seguire il battistrada keniano, poi è andato in crisi, perdendo terreno anche da Abdullah Shami Dawit, quindi a tre chilome-

tri dalla fine è riuscito a riprenderlo e staccarlo, assicurandosi il 2° posto in 2.09'21". Dawit ha chiuso 3° in 2.09'42", limando di 8" il suo primato. Primato personale anche per Tekeste e Woldegiyorgis, a conferma di una gara anche quest'anno di ottimo livello tecnico. A causa di un problema agli adduttori si è invece fermato poco dopo metà gara l'italiano Migidio Bourifa, era passato in 1h08'. Così il primo azzurro al traguardo è stato Ettore Scardecchia (Colleferro Atletica), 17° in 2.26'15".



Foto di Andrea Fusi

LE DICHIARAZIONI



Foto a cura dell'Organizzazione

Dickson Chumba Kiptolo (vincitore): "Stamattina mi sentivo bene e sapevo di poter vincere. Mi ero allenato bene. Facevo il giardiniere, ma dal 2010 ho deciso di fare il maratoneta professionista. Sono contentissimo"

Siraj Gena Amda (2°): "Quando Chumba ha attaccato, in un tratto in discesa, ho sofferto ai piedi perché avevo le scarpe allacciate troppo strette. Poi ho cercato di recuperare sul primo, ma ormai era troppo lontano"

Firehiwot Dado (vincitrice): "Sono contentissima di aver vinto per la terza volta qui a Roma, l'aria di questa città mi ispira molto. Ho deciso di togliermi le scarpe perché lo sognavo ancora dallo scorso anno, quando non era stato possibile"



Foto a cura dell'Organizzazione

Goitetom Haftu Tesema (2°): "Per me è stato un onore riuscire ad arrivare seconda qui a Roma dietro un'atleta forte come la mia amica Dado"

Rosaria Console (5°): "Sono contenta per la mia gara. Martedì, quando ho sentito il problema al tibiale posteriore, mi è crollato il mondo addosso. Sono riuscita a curarmi bene in questi giorni, ma dopo il 36° km il dolore è esploso ed è stata una vera sofferenza. Stavo molto bene, senza questo problema avrei potuto avvicinare il mio primato"

MARATONA HANDBIKE

Giovanni Achenza (vincitore): "E' la mia quarta volta a Roma, ma la prima vittoria. Sono soddisfatto, il percorso è meraviglioso"

Alex Zanardi (4°): "Ho perso molto tempo per fare il meccanico e risistemare quattro volte la doppia catena, che credevo una sicurezza e si è invece rivelata una 'fregatura'. Sono comunque felice perché è meglio non aver vinto per un problema tecnico che per essere andato meno bene"

Monica Pudlis (vincitrice): "Sono molto contenta. Il percorso è bellissimo"

PERSONAGGI

Monique Van Der Vorst: "E' bellissimo essere qui, da qui riparte la mia nuova carriera. Ora il mio sogno è competere in una maratona agonistica, e poi, chissà, anche alle Olimpiadi. Voglio ringraziare Roma per la sua ospitalità".



Foto a cura dell'Organizzazione

Stefano Baldini (campione olimpico Atene 2004): "Il gran numero di partecipanti è consono alla città di Roma. Dare continuità a questo successo sarà un biglietto da visita per le Olimpiadi"



Foto a cura dell'Organizzazione

PRIMI 10 UOMINI

- | | | | |
|-----|------------------------|-----|----------|
| 1. | Dickson Chumba Kiptolo | KEN | 2.08'45" |
| 2. | Siraj Gena Amda | ETH | 2.09'21" |
| 3. | Abdullah Shami Dawit | ETH | 2.09'42" |
| 4. | Netakibeb Tekeste | ETH | 2.10'17" |
| 5. | Simon Kamama Mukun | KEN | 2.10'34" |
| 6. | Yared Dagnaw Sharew | ETH | 2.10'41" |
| 7. | Dereje Woldegiyorgis | ETH | 2.10'46" |
| 8. | Solomon Tsige Asfaw | ETH | 2.11'23" |
| 9. | David Mandago Kipkorir | KEN | 2.12'53" |
| 10. | Shume Haile Legese | ETH | 2.13'43" |

PRIME 10 DONNE

- | | | | |
|-----|-------------------------|-----|----------|
| 1. | Firehiwot Dado Tufa | ETH | 2.24'13" |
| 2. | Goitetom Haftu Tesema | ETH | 2.26'21" |
| 3. | Kebebusch Haile Lema | ETH | 2.27'39" |
| 4. | Netsanet Achamo Abeyo | ETH | 2.28'28" |
| 5. | Rosaria Console | ITA | 2.29'15" |
| 6. | Workitu Ayanu Gurm | ETH | 2.29'37" |
| 7. | Anna Podnebesnova | RUS | 2.32'12" |
| 8. | Meseret Mengistu Biru | ETH | 2.33'40" |
| 9. | Dinkinesh Mekash Tefera | ETH | 2.34'44" |
| 10. | Maya Neuenschwander | SWI | 2.35'09" |



AUTORITÀ

Gianni Alemanno (sindaco di Roma Capitale): "Una grande festa, un rito collettivo che deve indurci a coniugare la gioia per la manifestazione e il sentimento di solidarietà per il popolo giapponese e per quello de L'Aquila che non dobbiamo mai dimenticare"

Renata Polverini (presidente della Regione Lazio): "Questa maratona è più importante delle altre. Dobbiamo fare bella figura perché vogliamo le Olimpiadi e il mondo oggi ci guarda"

Nicola Zingaretti (presidente della Provincia di Roma): "In pochi anni la Maratona ha conquistato una rilevanza internazionale, e sappiamo che non è facile far parlare di Roma per cose nuove. La manifestazione è un biglietto da visita per la candidatura olimpica, poiché la città

sarà giudicata anche per l'amore per lo sport che sa dimostrare"

Alessandro Cochi (delegato allo Sport di Roma Capitale): "Roma ospita tutto l'anno molti grandi eventi sportivi, ma 42 km nel cuore della città ci mettono alla prova come nessun altro"

Mario Pescante (presidente del comitato promotore Roma 2020): "Una grande manifestazione agonistica e una bella giornata di sport. Un successo di queste dimensioni è certamente uno spot per il 2020"

Enrico Castrucci (presidente della Maratona di Roma Acea): "Una gara di grande qualità internazionale e una festa della città che corre i 4 km. Non potevamo chiedere di più"

Uff. Stampa Tel. 06.393731
Cell. 334.1967867 - 392.1003296
stampa@maratonadiroma.it
www.maratonadiroma.it



Foto a cura dell'Organizzazione



Alla scoperta dell'Italia passo dopo passo

Italica 150: viaggio a piedi dalla Vetta d'Italia a Capo Passero nel centocinquantesimo dell'Unità nazionale

A cura di Donatella Vassallo

Il nome sembra quello di una guerra di conquista e forse in qualche misura lo è. Italica 150 è, in effetti, la storia di un'impresa: quella di un gruppo di moderni crociati con l'ambizione di raccontare il nostro Paese nell'anno del 150° anniversario della sua riunificazione percorrendolo a piedi da una punta all'altra. A guidare la squadra lo scrittore Enrico Brizzi, non nuovo a questo tipo di pellegrinaggi, accompagnato dall'amico fotografo Francesco Monti e dai collaudati camminatori dell'associazione Francigena XXI. Dopo tre mesi di cammino, qualche paio di scarpe consumate e qualche idea più chiara sul carattere dei nostri connazionali, abbiamo voluto farci raccontare proprio dall'ideatore del progetto le impressioni raccolte cammin facendo. (segue)





Da dove nasce l'idea di un viaggio a piedi di oltre 2100 km da una punta all'altra della nostra penisola?

Siamo convinti che il modo migliore per conoscere un posto sia traversarlo a piedi, e abbiamo voluto celebrare l'anniversario dell'Unità d'Italia percorrendo le strade secondarie e i sentieri del nostro Paese. Non ci interessava vedere le grandi città o le destinazioni turistiche, ma attraversare l'Italia da Nord a Sud raccogliendo delle storie.

Il vostro progetto reca come sottotitolo: "Voglio vedere dove comincia l'Italia, dove finisce, e tutto quello che c'è in mezzo". E allora, diteci: cosa avete scoperto?

Sebbene il piano di marcia fosse stato deciso e studiato in anticipo, niente come l'andare a piedi rende un viaggio ricco di imprevisti e incontri. Abbiamo camminato verso sud per tre mesi, mentre in Italia accadevano fatti che già facevano presagire la situazione in cui il nostro Paese si sarebbe trovato nel 2011; mentre il paesaggio, i volti, i modi di fare e gli accenti delle persone mutavano in continuazione, tranne che nel loro essere italiani.

Abbiamo avuto conferma del fatto che l'Italia è una nazione piena di potenzialità, ma ancora giovane e troppo incline a seguire facili ideologie e a delegare le decisioni importanti agli abituali gruppi di potere.

Perché la scelta di spostarvi a piedi e non con altri mezzi di locomozione?

Ci piaceva l'idea, oggi scandalosa, di prenderci tutto il tempo necessario per attraversare il nostro Paese alla stessa maniera degli uomini del medioevo, per capire sulla nostra pelle cos'è l'Italia oggi. Noi ci definiamo gentiluomini erranti e psicoatleti. La psicoatletica è una disciplina, una filosofia e uno stile di vita; il suo fondamento è il camminare, inteso come mezzo di liberazione personale in una società frenetica e alienata, e si può dire psicoatleta chiunque abbia percorso almeno 100 km in tre giorni, portando su di sé il proprio bagaglio e in compagnia di almeno un amico.

Da chi era composta la vostra compagnia e quali sentimenti vi hanno accompagnato durante il viaggio?

Camminare assieme è sempre



piuttosto difficile, ma quella di Francigena XXI è sicuramente la brigata più rock 'n' roll che solca i sentieri della Penisola. Siamo ormai una squadra ben roduta: dopo il viaggio tra Canterbury e Roma nel 2006, due anni più tardi abbia-

mo raggiunto Gerusalemme ripartendo proprio dalla Capitale. Oltre a noi, nel viaggio di Italica 150 si sono aggiunti altri diciotto gruppi affluenti, per un totale di circa un centinaio di persone coinvolte, che hanno percorso un tratto in



autonomia prima di raggiungerci e proseguire assieme per un paio di tappe. Il sentimento prevalente è stato quello di una continua meraviglia per la varietà di genti e luoghi sempre differenti incontrati lungo il cammino.

Quali reazioni avete suscitato nelle persone che avete incontrato?

La domanda che ci sentivamo fare più di frequente era: ma siete inglesi? Un'altra piuttosto comune è stata: ma chi vi paga per farlo? In generale, però, abbiamo suscitato sempre più curiosità che timore. Abbiamo ricevuto quasi ovunque un'ottima accoglienza, appena superata la diffidenza iniziale. Anche questo ci ha permesso di raccogliere le numerose storie che ha saputo regalarci la provincia italiana.

Un luogo comune sugli italiani che il vostro viaggio ha smentito e uno che ha confermato...

Luogo comune confermato: al Nord si è accolti con più discrezione (o indifferenza), al Sud con aperta curiosità. Luogo comune smentito: gli Italiani non sarebbero orgogliosi del proprio Paese. Dopo 2191 chilometri mi sembra di po-

ter dire invece che - con numerose eccezioni - lo siano: non è l'amor di patria che manca, ma le ragioni per essere orgogliosi di chi ci guida e amministra.

Cosa manca all'Italia per essere un Paese unito? Non è che gli italiani questo Paese lo conoscono e amano poco perché in fondo lo attraversano poco?

Forse è davvero così. Forse l'unico modo per ricomporre questo Paese lacerato, inacidito, scoraggiato è "ricucirlo" a piccoli passi: un piede davanti all'altro.

Cosa significa essere uno scrittore "itinerante"? In che modo la tua scrittura è legata ai tuoi viaggi?

Non molte generazioni fa, la mia famiglia viveva dei prodotti della terra. Per loro era naturale seguire il ritmo delle stagioni, ed essere uno scrittore itinerante è il mio modo di recuperare il loro esempio di quieta armonia col cosmo: in autunno butto giù le nuove storie, d'inverno le scrivo e in primavera, quando il libro è pronto, mi carico uno zaino in spalla e parto in giro per il paese, come un venditore di frutta, un bandito o un cantastorie.

La parola delle donne può curare i nostri tempi?

Anticorpi. Dialoghi con Emma Dante e Rosella Postorino di Luisa Cavaliere

A cura di Donatella Vassallo



Prendete tre donne meridionali di tre diverse generazioni e mettetele attorno ad un tavolo. Ne possono scaturire pettegolezzi, segreti, sfoghi. Ma se quelle donne si chiamano Emma Dante, Rosella Postorino e Luisa Cavaliere, può venire fuori qualcosa di più. Degli anticorpi, per esempio, intesi nel doppio senso di parole che si oppongono alle malattie ma anche di corpi usati come scintille del pensiero.

C'è, in effetti, qualcosa di viscerale in *Anticorpi* (Liguori editore) ultimo libro di Luisa Cavaliere, giornalista originaria del Cilento, che si è impegnata a trascrivere e dare ordine compiuto ai dialoghi intercorsi con la drammaturga siciliana Emma Dante e la scrittrice calabrese Rosella Postorino. Parlano delle loro terre d'origine queste donne, di teatro, di scrittura, di paesaggi degradati, del mondo che vorrebbero. Nel tentati-

vo di mettere in circolo letteratura, passioni positive, ragionamenti. Di opporre al morbo della criminalità l'energia della cultura e dare così voce alla parte più integra del Mezzogiorno d'Italia.

Prorompe quasi come un urlo la voce di apertura di Emma Dante: nelle sue parole si coglie passione per il proprio lavoro, rabbia verso l'indifferenza di Palermo, sua città d'origine, ma anche orgoglio e gratitudine. Verso sua madre, anzitutto, la donna che a diciott'anni l'ha messa letteralmente su un treno invitandola a coltivare i propri sogni. Quale forza in un gesto che rompeva vecchie abitudini di casalinga passata senza soluzione di continuità dalla casa paterna a quella del marito. *"Meglio insegnargli a volare che a razzolare nel cortile di casa"*, amava ripetere per accettare il distacco dai propri figli. Non è allora un caso se la morte della madre se-

gni uno spartiacque nella sua carriera: è quello il momento in cui Emma si rende conto che non era facendo l'attrice che avrebbe trovato le risposte ai suoi dubbi, ma scrivendo teatro, ascoltando altre voci. Il dolore provocato dalla sua scomparsa la spinge a percorrere altre strade. Afferma adesso che per lei la morte ha molto a che fare con la poesia: *"Nelle mie rappresentazioni c'è sempre un momento in cui le cose si staccano, tornano libere. Il momento in cui mia madre ha lasciato che una parte della sua vita si posasse su di me. Ed è, non a caso, l'attimo in cui il pubblico si sente profondamente turbato e scosso"*.

Torna così a casa Emma Dante, a inseguire i suoi fantasmi a Ballarò, alla Vucciria, al Capo, alla Cala, malgrado l'indifferenza di Palermo verso il suo lavoro. Vorrebbe andare via, dice, ma sconterebbe un "impoverimento



mortale del suo sguardo" che ormai è da lì che guarda il mondo. Aggiunge, citando Etty Hillesum, che "l'unica cosa che conta è offrirsi umilmente come campo di battaglia". Ed è allora per questo se i suoi personaggi, pur essendo profondamente umani, esibiscono facce mostruose: sente che nel ventre molle di Palermo, in quei

volti grotteschi e inguardabili, c'è un senso dell'onore ormai smarrito. Parlano una lingua antica, sconosciuta e incomprensibile, un dialetto bastardo, impuro e sgraziato. *"E non me ne posso andare. Rimango qui, dentro Palermo. In questa città di figli bastardi senza padre. Barricata coi miei ragazzi nel nostro teatrino delle prigioni. Tutti i giorni ci chiudiamo dentro, col catenaccio, perché se arriva la polizia e trova aperto sgombera, ci manda a casa"*.

Anche Rosella Postorino parla del suo essere meridionale come di una condanna, ripercorre il suo precoce trasferimento in Liguria, la scoperta di essere "terrona" nelle parole dei suoi compagni di scuola, l'esperienza dello sradicamento trasformata in scrittura. Caterina, uno dei suoi personaggi definisce la tara che grava sui meridionali: *"è un peccato delle origini, una colpa che ti spinge a giu-*

stificare te stesso perché vieni da un posto ingiustificabile, è come se fossi sempre in debito, se dovessi sempre spiare". Ma, accanto a questo, c'è dell'altro: esiste la contraddizione tra l'esterno e l'interno. Rosella usa la metafora delle case che sono perfettamente arredate dentro mentre fuori manca addirittura l'intonaco. Come dire che interessa solo ciò che riguarda se stessi e la propria famiglia e non la collettività. Solo quando i suoi personaggi diventano "stranieri", vedono le cose da un'altra prospettiva. Ed ecco allora che torna nelle sue parole la riaffermazione del potere della scrittura nel suo essere scandaglio della realtà, strumento di scardinamento del fatalismo meridionale, antidoto, in ultima istanza, alla dilagante grettezza morale dei nostri tempi. Che venga da queste matriarche della bellezza l'inizio di un nuovo cammino?

1^a RUN & TRAVEL
ETHIOPIAN LAKES TRAIL
 Dall'1 al 9 Maggio 2011

Lake Tana Tour
 Your guide throughout Ethiopia

Dereje Rabattoni
 ti invita in Etiopia:
 "correre in Africa realizza il sogno
 di liberta' di ognuno di noi!"

**Un Trail indimenticabile
 per scoprire la magia
 dell'Etiopia, le sue
 tradizioni secolari e per la
 salvaguardia dei laghi della
 Rift Valley.**



**Il Trail si snoda in 4 tappe per 65 Km
 sui sentieri di due magnifici laghi
 Ziway ed Hawassa, con paesaggi da
 mozzare il fiato. L'ultima tappa
 collinare nella foresta di Yirgalem.**



Via Venezia, 3 - 21013 Gallarate (Va)
 info@runandtravel.it - www.runandtravel.it
 Ing. Patrizio Bogni 347.3233916
 Rosella 349.8315243

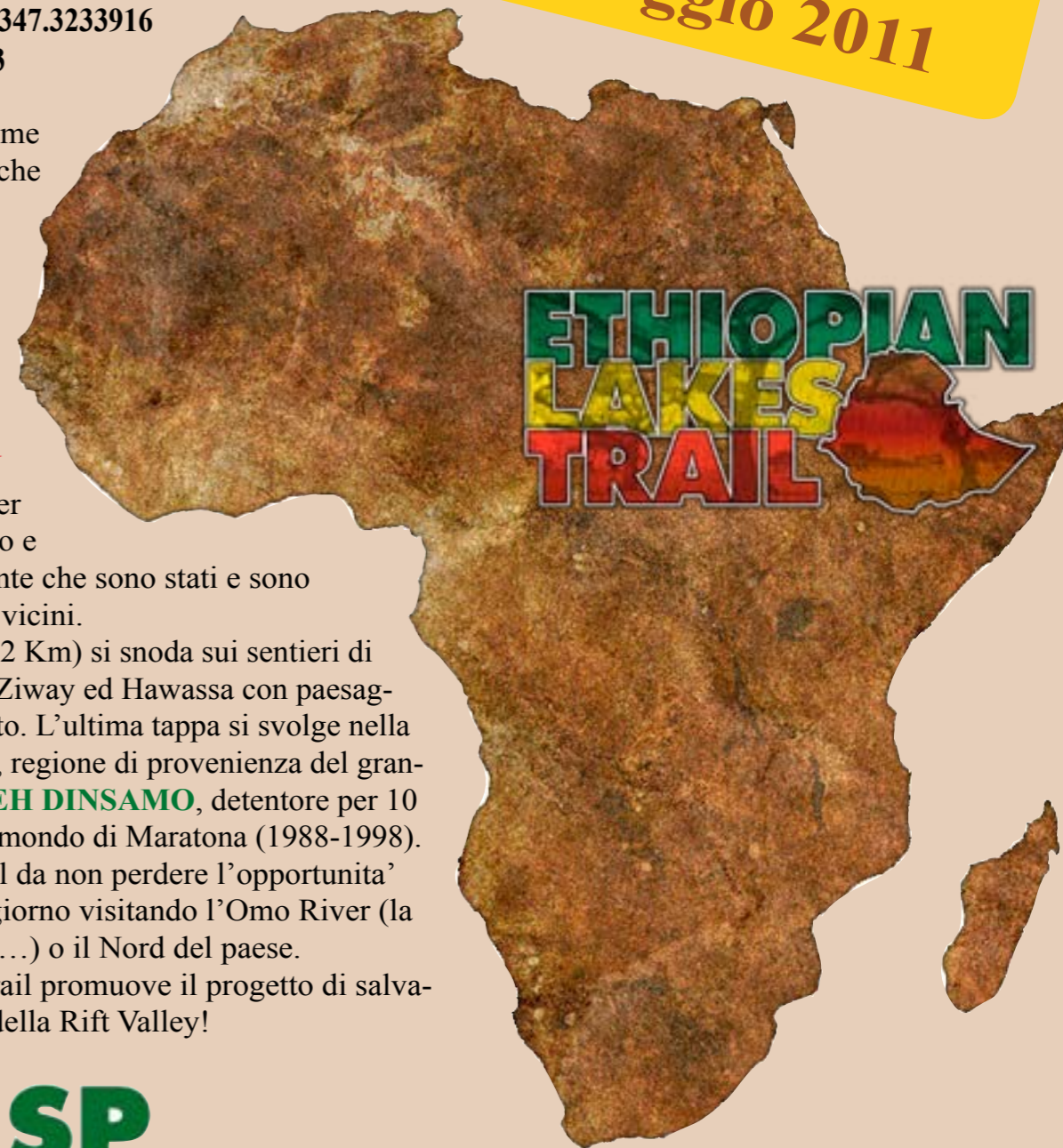
ETIOPIA e' un nome Magico. Una terra che ci e' sempre rimasta nel cuore. Ma ormai, per molti versi, del tutto sconosciuta. Una terra così bella da stringere il cuore... **ETHIOPIAN LAKES TRAIL** per riscoprire un popolo e una natura esuberante che sono stati e sono ancora a noi molto vicini.

Il Trail (14-26-13-12 Km) si snoda sui sentieri di 2 magnifici Laghi: Ziway ed Hawassa con paesaggi da mozzare il fiato. L'ultima tappa si svolge nella foresta di Yirgalem, regione di provenienza del grandissimo **BELAYNEH DINSAMO**, detentore per 10 anni del record del mondo di Maratona (1988-1998). Al termine del Trail da non perdere l'opportunità di estendere il soggiorno visitando l'Omo River (la culla dell'umanità...) o il Nord del paese. Ethiopian Lakes Trail promuove il progetto di salvaguardia dei Laghi della Rift Valley!



Lake Tana Tour
 Your guide throughout Ethiopia

**Dall'1 al 9
 maggio 2011**



Tecnical sponsor



Trofeo della Liberazione UISP Italia Giovani

Eboli (SA) stadio comunale "Dirceu" domenica 17 Aprile 2011



PRESENTAZIONE

Nell'ambito delle celebrazioni della Liberazione l'"A.S.D. UISP ATLETICA EBOLITANA VALLE DEL SELE", la lega Provinciale e Nazionale di Atletica Leggera UISP organizzano il "Trofeo della Liberazione". La gara è aperta ai tesserati UISP, FIDAL ed altri Enti di promozione sportiva, nel rispetto delle norme vigenti in materia di tutela sanitaria e regolamento tecnico UISP-FIDAL e UISP ed altri Enti di promozione sportiva. La manifestazione, per i tesserati UISP, delle categorie Cadetti, Cadette, Allievi e Allieve è inserita nel progetto Nazionale UISP 2011 di Atletica Leggera 25 APRILE – UISP ITALIA GIOVANI.

ISCRIZIONE ED INFORMAZIONI

Iscrizioni di Società - Gratuita per tutti i partecipanti.

Devono pervenire entro le ore 19:00 di venerdì 15 Aprile 2011 via fax al **Comitato Territoriale UISP Eboli Sele – Diano – Cilento Tel. e Fax 0828.332693 oppure per e-mail: atletica.eboli@uisp.it.**

Le iscrizioni devono essere fatte utilizzando il modulo allegato o su modulo della società indicando nome, cognome, sesso, data di nascita (gg/mm/aaaa), gara.

Info Sig. Rocco Vincenzo 328.9626186 (Presidente Lega Atletica Territoriale)

Chi vuole partecipare alla manifestazione come individuale può richiedere la tessera UISP compilando l'apposito modulo e consegnando il certificato medico originale in corso di validità e versando la quota dovuta.

L'organizzazione si riserva di accettare iscrizioni incomplete o dopo la data stabilita.

Le Società entro le ore 9:00 del 17 Aprile dovranno confermare le iscrizioni ed eventuali variazioni.

CATEGORIE UISP 2011

CATEGORIA	FEMMINILE	MASCHILE	ETA'
PRIMI PASSI	2005 – 04	2005 – 04	ANNI 6/7
PULCINI	2003 – 02	2003 – 02	ANNI 8/9
ESORDIENTI	2001 – 00	2001 – 00	ANNI 10/11
RAGAZZI	1999 – 98	1999 – 98	ANNI 12/13
CADETTI	1997 – 96	1997 – 96	ANNI 14/15
ALLIEVI	1995 – 94	1995 – 94	ANNI 16/17
ASSOLUTI	1977 – 93	1977 – 93	ANNI 18/34
MASTERS	1976 e prec.	1976 e prec.	ANNI 35 in poi



PROGRAMMA TECNICO

La manifestazione prevede la partecipazione di atleti/e delle seguenti categorie, con le seguenti gare:

CATEGORIA	FEMMINILE	MASCHILE
PRIMI PASSI	Percorso Motorio	
PULCINI ed ESORDIENTI	60 m – Salto in Lungo – Lancio del Vortex	
RAGAZZI	60 m – Salto in Alto – Lancio del Vortex	
CADETTI	80 m – 300 m – 2000 m – Salto in Lungo – Salto in Alto – Lancio del Giavellotto	
ALLIEVI	100 m – 400 m – 1500 m – Lancio del Giavellotto – Salto in Alto – Salto in Lungo	
ASSOLUTI e MASTER	Lancio del Giavellotto – 5000 m	



Gli atleti delle categorie pulcini ed esordienti possono partecipare ad 1 (una) sola gara. Gli atleti delle categorie Ragazzi, Cadetti ed Allievi possono partecipare massimo a 2 (due) gare. Coloro che concorrono a gare di fondo e mezzofondo possono partecipare ad 1 (una) sola gara.

Nella compilazione delle iscrizioni è necessario un attento controllo degli orari in modo che la possibilità di partecipazione a più gare non sia impedita, di fatto, dalla concomitanza della stessa.

Le corse saranno disputate in serie.

Nei concorsi delle categorie m/f Pulcini, Esordienti, Ragazzi sono previste 3 (tre) prove e battuta libera nel lungo. Nei concorsi della Categoria Cadetti/e, sono previste 4 (quattro) prove (senza finale). Alto: è possibile richiedere una misura d'ingresso personale. Si procede con la progressione prevista per le gare.

Le gare di velocità sono previste con partenza dai blocchi, escluse le categorie m/f Pulcini ed Esordienti.

Prescrizioni: I dirigenti e gli atleti che non effettuano la conferma verranno esclusi dalle gare.

Pettorale: A tutti gli iscritti verrà fornito dall'organizzazione 1 (uno) solo pettorale, che dovrà essere riconsegnato all'addetto ai concorrenti alla fine delle gare.

PREMIAZIONI

Saranno premiati con medaglia ricordo tutti i partecipanti delle categorie giovanili (primi passi, pulcini, esordienti). I primi tre classificati dalla categoria ragazzi ad allievi saranno premiati con medaglie dorate, argentate e bronzate.



Per la categoria assoluti e masters saranno premiati i primi tre della categoria maschile e femminile senza distinzione d'età.

Per quanto non previsto nel presente regolamento, si fa riferimento al regolamento tecnico della FIDAL e alla convenzione FIDAL – UISP.

La Lega Provinciale di Atletica Leggera UISP declina ogni responsabilità per incidenti che potrebbero accadere a persone o cose, prima, durante e dopo lo svolgimento della manifestazione.

Il Comitato Organizzatore



Se vuoi correre nella Montagna Bolognese

Trofeo Alto Reno 2011

**con ricchi premi INDIVIDUALI
e di SOCIETA'**

.....quando correre in Montagna è bello

3 luglio 2011 Corri nel Verde	7 agosto 2011 Camminata RM	18 settembre 2011 Porretta Terme Corno alle Scale
Lizzano in Belvedere (BO)	Porretta Terme (BO) Valida per la Coppa UISP Pistoia 2011	Porretta Terme (BO)

organizzazione

GP Alto Reno in collaborazione con GS Gabbi
e con il Patrocinio dei Comuni di Granaglione – Lizzano in Belvedere – Porretta Terme



approvazione



per informazioni

Marco Tamarri 335 7214996 claudiobernagozzi@alice.it
<http://www.comune.porrettaterme.bo.it/gpaltoreno.html>

(Programma provvisorio al 1 FEBBRAIO 2011)

ATTENZIONE

31 luglio 29a Marcia Verde – Castelluccio (a 6 km da Porretta Terme)
in attesa conferma validità come **CAMPIONATO REGIONALE FIDAL DI CORSA IN MONTAGNA**

Nei giorni 9 e 10 ottobre 2010 presso l'Hotel Alexander
Spiaggia di San Mauro Mare (FC) si è tenuto il convegno

A TUTTO TRAIL

Il convegno è stato un importante momento di riflessione sul tema del trail, coniugato
nella versione di un'associazione, come la nostra, di "sportpertutti". In questa occasione

sono state presentate alcune
proposte operative, che certamente consentiranno alla nostra Lega di poter ben lavorare
in questo importante settore di attività. I materiali presentati
nel corso del convegno sono disponibili al link

www.uisp.it/atletica2/index.php?idArea=48&contentId=52#A%20TUTTO%20TRAIL



Struttura organizzativa

Responsabile
Aurelio Michelangeli

E-mail
atletica@uisp.it

Calendario

[Calendario attività](#)

Verbali

■ [verbale incontro del 14-11-2009](#)

Convegno "A TUTTO TRAIL"

- [Ringraziamenti](#)
- [Manifesto](#)
- [Linee guida](#)
- [YOUNG TRAIL](#)
- [SLIDE YOUNG TRAIL UISP](#)
- [A TUTTO TRAIL](#)





Foto di Lega Atletica UISP Ferrara



Foto di Lega Atletica UISP Ferrara



Scarica dal sito UISP nazionale i regolamenti per l'attività 2011

<http://www.uisp.it/atletica2/index.php?idArea=25&contentId=6>



Gli organi direttivi



Presidente

Antonio Gasparro - a.gasparro@uisp.it

Direzione Nazionale

Antonio Gasparro, Franco Carati, Remo Marchioni, Fabio Fiaschi, Emiliano Nasini, Christian Mainini.

Consiglio direttivo

Antonio Gasparro, Guido Amerini, Franco Carati, Riccardo Elia, Fabio Fiaschi, Giovanni Lucarelli, Christian Mainini, Remo Marchioni, Loretto Masiero, Mario Muzzi, Emiliano Nasini, Bruno Orlandini, Maurizio Pivetti, Edmondo Pugliese, Marcello Tabarrini, Maurizio Ventre.

Commissione pista

Antonio Gasparro (Responsabile), Riccardo Elia, Rocco Pollina, Michele Sicolo, Marco Cacciamani, Giovanni Lucarelli, Marino Baldini, Giampiero Monti.

Commissione podismo

Emiliano Nasini (Responsabile), Loretto Masiero, Maurizio Ventre, Edmondo Pugliese, Mario Muzzi, Guido Amerini, Maurizio Pivetti (Responsabile Camminate e non competitive), Bruno Orlandini (Responsabile Ambiente).

Commissione Giudici

Christian Mainini (Responsabile), Remo Marchioni, Vincenzo Rocco, Marcello Tabarrini, Giuseppe Tomassoni, Giancarlo Rustici.

Commissione Comunicazioni

Fabio Fiaschi (Responsabile), Andrea Grassi, Belinda Sorice, Chiara Settecase, Andrea Giansanti.

Commissione Trail

Aurelio Michelangeli (responsabile), Bruno Orlandini, Maria Bellini, Francesco Capecci, Elio Piccoli, Luigi Viganò.

Vivicità

Antonio Gasparro - Internazionale, Rapporti Uisp e progetti di innovazione, Direzione Nazionale.

Sito Internet

Vincenzo Rocco

Segreteria

Largo Nino Franchellucci, 73 - 00155 Roma - Tel. 06.43984328 - Fax 06.43984320
Orario: lunedì ore 16.00 - 19.00 da martedì a venerdì ore 9.00 - 12.00



Foto di Anna Maria Gallorini

Regolamenti attività 2011

- [Corsa in salita](#)
- [Cross](#)
- [Trail - Granfondo - Ciaspole](#)
- [Maratona](#)
- [Maratonina](#)
- [Strada 10 Km](#)



Campionati Nazionali 2011

Granfondo		
25 aprile	Emilia Romagna	30ª 50 km di ROMAGNA – Castelbolognese (RA) ASD Uisp Cotignola – Avis Castelbolognese Giannoni Riccardo 335/4407676 0546/50336
Corsa su strada		
22 maggio	Toscana	32ª CORRIPRIMAVERA LAVIOSA - Livorno Asd Corripriavera Laviosa Meini Franco 338/9563043 info@livornomaraton.it
Pista		
11/12 giugno	Emilia Romagna	Comacchio (FE) ASD Atletica Bondeno Daniele Guandalini 338/7605739 daniele.guandalini@aliceposta.it
Corsa in salita		
17 luglio	Toscana	28ª SALITREDICI - Abbadia San Salvatore (Siena) ASD Uisp Abbadia San Salvatore Carli Silvio – 340/8712244
Trail running - Short Trail		
24 luglio	Lazio	5ª TRAIL MONTI DELLA META (FR) ASD Atina Trail Running info@atinatrailrunning.com Nardelli Loris 348/3349155 077/6610556 Picinisco (FR)
Maratonina		
27 novembre	Piemonte	Trino (VC)
Maratona		
18 dicembre	Toscana	13ª PISAMARATHON PISAMARATHON STRAPAZZATA CLUB A.P.D. De Rosa Vincenzo 347/8182216 Maggini Andrea 348/7058830 maggini@pisamarathon.it



Manifestazioni istituzionali

Vivicità in Italia	3 Aprile 2011	Sedi varie
Vivicità nel mondo	10 Aprile 2011	Sedi varie
Trofeo Liberazione su Pista	17 e 25 Aprile 2011	Bologna-Catanzaro-Eboli-Genova-Lecce-Modena-Roma-Siena-Trapani

Formazione

Raduno Tecnico	23-30 Agosto 2011	Abbadia San Salvatore (Siena)
----------------	-------------------	-------------------------------



Foto di Lega Atletica UISP Ferrara



insieme
per crescere

WWW
sportesicurezza.it

assicuriamo lo sport

**SPORT &
SICUREZZA**

**CARIGE ASSICURAZIONI
CARIGE VITA NUOVA
ASSICURAZIONI**
GRUPPO BANCA CARIGE

Scegli la sicurezza di un grande gruppo bancario e assicurativo

Attività sportive, persona, famiglia, professionisti, impresa, risparmio.

MODENA

Via IV Novembre, 40/H
41100 Modena
tel. 059/820205
fax 059/335638
mail uc.segreteria@ucass.it

FIRENZE

Via Uguccione della Faggiola, 7R
50126 Firenze
tel. 055/6580614
fax 055/680313
mail segreteria.generale@ucass.it

MILANO

Via Adige, 11
20135 Milano
tel. 02/55017990
fax 02/55181126
mail milano@ucass.it

NAPOLI

Corso Umberto I, 381
80138 Napoli
tel. 081.268137
fax 081.268137
mail campania@ucass.it

VENEZIA

via Cappuccina, 19F
30172 Mestre (VE)
tel. 041.980572
fax 041.980829
mail veneto@ucass.it

REGGIO EMILIA

via Tamburini, 5
42100 Reggio Emilia
tel. 0522.267211
fax 0522.332782
mail reggioemilia@ucass.it

Per ogni informazione rivolgiti al tuo comitato UISP

Comitati regionali e territoriali

Direzione Nazionale

L.go Nino Franchellucci, 73
00155 Roma
Tel.: 06.4398431
Fax: 06.43984320
e-mail: uisp@uisp.it
C.F. 97029170582

Lega Atletica leggera

Largo N. Franchellucci, 73
00155 - Roma
Tel. 06/43984328
Fax 06/43984320
E-mail atletica@uisp.it
www.uisp.it/atletica
Presidente: Antonio Gasparro

Comitato Asti

c/o Silvio Mario
Via Cecchin, 6
14100 - Asti (AT)
Tel. 347/2957794
Fax 0141/593440
Email asti@uisp.it

Comitato Biella

Via De Marchi, 3
13900 - Biella (BI)
Tel. 015/33349 + Fax
Email biella@uisp.it

Comitato Bra

Via Mercantini, 9
12042 - Bra (CN)
Tel. 0172/431507
Fax 0172/433154
Email bra@uisp.it
Sito web www.uisp.it/bra

Comitato Cirié Settimo Chivasso

Via Petrarca, 20
10036 - Settimo Torinese (TO)
Tel. 011/8006882 + Fax
Email settimocirie@uisp.it
Sede Decentrata
Via Matteotti, 16
10073 Cirié (TO)
Tel. 011/9203302 + Fax
Email cirie@uisp.it
Sito web www.uisp.it/settimocirie

Comitato Cuneo

Via XX Settembre, 4
12100 - Cuneo (CN)
Tel. 0171/694065
Fax 0171/618346
Email cuneo@uisp.it

Comitato Ivrea Canavese

Stradale Torino, 447
10015 - S.B.D'Ivrea (TO)
Tel. 0125/632151
Fax 0125/234389
Email ivrea@uisp.it
Sito web www.uisp.it/ivrea

Comitato Novara

Via Alcarotti, 2/B
28100 - Novara (NO)
Tel. 0321/391737 + Fax
Email novara@uisp.it

Comitato Piemonte

Piazza della Repubblica, 6
10122 - Torino (TO)
Tel. 011/4363484
Fax 011/4366624
Email piemonte@uisp.it
Sito web www.uisp.it/piemonte

Comitato Alessandria

Via S.Lorenzo, 107
15100 - Alessandria (AL)
Tel. 0131/253265
Fax 0131/255032
Email alessandria@uisp.it
Sito web www.uisp.it/alessandria

Comitato Pinerolo

Viale Grande Torino, 7
10064 - Pinerolo (TO)
Tel. 0121/322668-377516
Fax 0121/395039
Email pinerolo@uisp.it
Sito web www.uisp.it/pinerolo

Comitato Torino

Via Nizza, 102
10126 - Torino (TO)
Tel. 011/677115
Fax 011/673694
Email torino@uisp.it
Sito web www.uisp.it/torino

Comitato Vallesusa

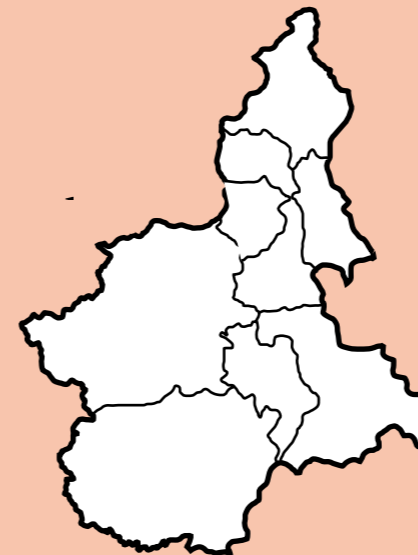
Via Capra, 27
10098 - Rivoli (TO)
Tel. 011/9781106
Fax 011/9503867
Email vallesusa@uisp.it
Sito web www.uisp.it/vallesusa

Comitato Verbano-Cusio-Ossola

Via Murata, 53
28844 - Villadossola (VB)
Tel. 0324/52011 + Fax
E-mail vco@uisp.it

Comitato Vercelli

Via Mameli, 19
13100 - Vercelli (VC)
Tel. 0161/600049 + Fax
Email vercelli@uisp.it



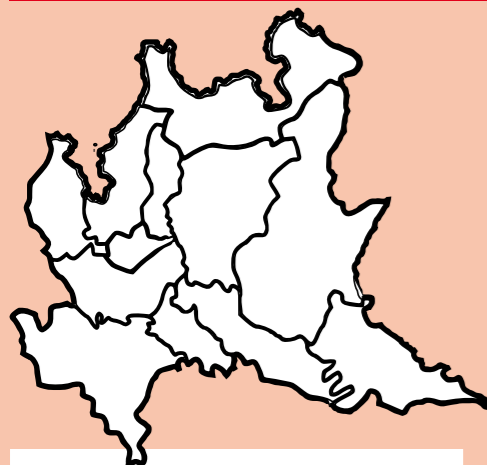
Comitato Valle d'Aosta

Via Binel, 11
11100 - Aosta (AO)
Tel. 0165/31342 + Fax
Email valledaosta@uisp.it
Sito web www.uisp.it/valledaosta

Comitato Aosta

Via Binel, 11
11100 - Aosta (AO)
Tel. 0165/31342 + Fax
Email aosta@uisp.it

Comitati regionali e territoriali



Comitato Lombardia

Sede legale:
Via Adige, 11 - 20135 Milano
Segreteria:
Via Brescia, 56 - 26100 - Cremona (CR)
Tel. 0372/431771
Fax 0372/436660
Email lombardia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/lombardia

Comitato Bergamo

Via G. Quarenghi, 34
24122 - Bergamo (BG)
Tel. 035/316893
Fax 035/4247207
Email bergamo@uisp.it
Sito web www.uisp.it/bergamo

Comitato Brescia

Via B.Maggi, 9
25124 - Brescia (BS)
Tel. 030/47191
Fax 030/2400416
Email brescia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/brescia

Comitato Como

Via F.Anzani, 9
22100 - Como CO
Tel. 031/241507 + Fax
Email como@uisp.it
Sito web www.uisp.it/como

Comitato Cremona

Via Brescia, 56
26100 - Cremona (CR)
Tel. 0372/431771
Fax 0372/436660
Email cremona@uisp.it
Sito web www.uisp.it/cremona

Comitato Lecco

Via Roma, 8
23864 - Malgrate (LC)
Tel. 0341/360800 + Fax
Email lecco@uisp.it

Comitato Lodi

Via Paolo Gorini, 19
26900 - Lodi (LO)
Tel. 0371/422179 + Fax
Email lodi@uisp.it
Sito web www.uisp.it/lo

Comitato Mantova

Via Ilaria Alpi, 6
46100 - Mantova (MN)
Tel. 0376/362435-365162
Fax 0376/320083
Email mantova@uisp.it

Comitato Milano

Via Adige, 11
20135 - Milano (MI)
Tel. 02/55017990
Fax 02/55181126
Email milano@uisp.it
Sito web www.uisp.it/milano

Comitato Monza-Brianza

Via Puglia, 14
20052 - Monza (MB)
Tel. 039/2308284
Fax 039/8900020
Email monzabrianza@uisp.it
Sito web www.uisp.it/monzabrianza

Comitato Pavia

Via Gramsci, 19
27100 - Pavia (PV)
Tel. 0382/461660 + Fax
Email pavia@uisp.it

Comitato Varese

P.Za De Salvo, Angolo V.Lombardi
21100 - Varese (VA)
Tel. 0332/813001
Fax 0332/482812
Email varese@uisp.it
Sito web www.uisp.it/varese



Comitato Friuli Venezia Giulia

Via Nazionale, 92/5
33040 - Pradamano (UD)
Tel. 0432/640154 - Fax 0432/641853
Email: friulivgiulia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/friuliveneziagiulia

Comitato Gorizia

Via Nizza, 20 - 34170 - Gorizia (GO)
Tel. 0481/535204 + Fax
Email gorizia@uisp.it

Comitato Pordenone

Via Roma, 11
33080 - Zoppola (PN)
Tel. 0434/574287 - Fax 0434/1994019
Email pordenone@uisp.it
Sito web www.uisp.it/pordenone

Comitato Trieste

Via Beccaria, 6 - 34133 - Trieste (TS)
Tel. 040/639382 - Fax 040/362776
Email trieste@uisp.it
Sito web www.uisp.it/trieste

Comitato Udine

Via Nazionale, 92/5
33040 - Pradamano (UD)
Tel. 0432/640025 - Fax 0432/640023
Email udine@uisp.it

Comitati regionali e territoriali



Comitato Bolzano

Via Dolomiti, 14
39100 - Bolzano (BZ)
Tel. 0471/300057 - Fax 0471/325007
Email bolzano@uisp.it
Sito web www.uisp.it/bolzano

Comitato Trento

Largo Nazario Sauro, 11
38121 - Trento (TN)
Tel. 0461/231128 + Fax
Email trento@uisp.it
Sito web www.uisp.it/trento



Comitato Veneto

Via Cappuccina, 19/F
30172 - Mestre (VE)
Tel. 041/980572 - Fax 041/980829
Email veneto@uisp.it
Sito web www.uisp.it/veneto

Comitato Belluno

Via Barozzi, 19 - 32100 - Belluno (BL)
Tel. 0437/981409 + Fax
Email belluno@uisp.it
Sito web www.uisp.it/belluno

Comitato Legnago

C/O Cascina Del Parco Viale Dei Tigli, 1/D
37045 - Legnago (VR)
Tel. 0442/25044 - Fax 0442/628763
Email legnago@uisp.it

Comitato Padova

Stadio Euganeo Viale N. Rocco, 60
35135 - Padova (PD)
Tel. 049/618058 - Fax 049/8641756
Email padova@uisp.it
Sito web www.uisp.it/padova

Comitato Rovigo

Via C.Goldoni, 2/A
45100 - Rovigo (RO)
Tel. 0425/411754 - Fax 0425/412485
Email rovigo@uisp.it
Sito web www.uisp.it/rovigo

Comitato Treviso

Via F.Benaglio, 28
31100 - Treviso (TV)
Tel. 0422/262678 - Fax 0422/269003
Email treviso@uisp.it
Sito web www.uisp.it/treviso

Comitato Venezia

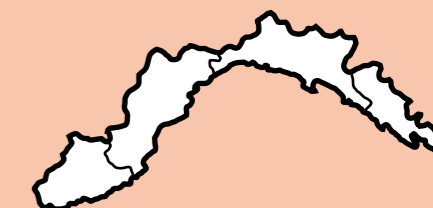
Via Rizzardi, 48
30175 - Marghera (VE)
Tel. 041/5380945 - Fax 041/9342154
Email venezia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/venezia

Comitato Verona

Via Villa, 25
37124 - Verona (VR)
Tel. 045/8348700 - Fax 045/8306077
Email verona@uisp.it
Sito web www.uisp.it/verona

Comitato Vicenza

Corso Fogazzaro, 50
36100 - Vicenza (VI)
Tel. 0444/322325 + Fax
Email vicenza@uisp.it
Sito web www.uisp.it/vicenza



Comitato Liguria

Via al Ponte Reale, 2/14
16124 - Genova (GE)
Tel. 010/2513112 - 2472901
Fax 010/2477404
Email liguria@uisp.it
Sito web www.uisp.it/liguria

Comitato Genova

Piazza Campetto, 7/13-14
16123 - Genova (GE)
Tel. 010/2471463 - Fax 010/2470482
Email genova@uisp.it
Sito web www.uisp.it/genova

Comitato Imperia

Via S.Lucia, 16
18100 - Imperia (IM)
Tel. 0183/299188 + Fax
Email imperia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/imperia

Comitato La Spezia

Via XXIV Maggio, 351
19125 - La Spezia (SP)
Tel. 0187/501056 - Fax 0187/501770
Email laspezia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/laspezia

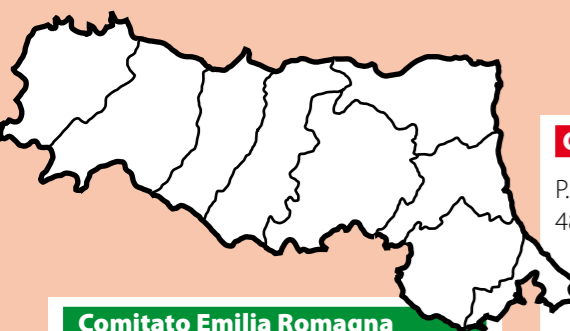
Comitato Savona

Via San Giovanni Bosco, 1/4
17100 - Savona (SV)
Tel. 019/820951 - Fax 019/820959
Email savona@uisp.it
Sito web www.uisp.it/savona

Comitato Valdimagra

Via Landinelli, 88
19038 - Sarzana (SP)
Tel. 0187/626658 - Fax 0187/627823
Email valdimagra@uisp.it
Sito web www.uisp.it/valdimagra

Comitati regionali e territoriali



Comitato Emilia Romagna

Via Riva Reno, 75/III
40121 Bologna (Bo)
051/225881 - Fax 051/225203
Email emiliaromagna@uisp.it
Sito web www.uisp.it/emiliaromagna

Comitato Bologna

Via Dell'Industria, 20
40138 - Bologna (BO)
Tel. 051/6013511
Fax 051/6013530
Email bologna@uisp.it
Sito web www.uisp.it/bologna

Comitato Ferrara

Via Verga, 4
44124 - Ferrara (FE)
Tel. 0532/907611
Fax 0532/907601
Email ferrara@uisp.it
Sito web www.uisp.it/ferrara

Comitato Forlì-Cesena

Via Aquileia, 1
47100 - Forlì (FO)
Tel. 0543/370705
Fax 0543/20943
Email forlicesena@uisp.it
Sede Decentrata
Via Cavalcavia, 709
47521 - Cesena (FO)
Tel. 0547/630728
Fax 0547/630739
Email cesena@uisp.it
Sito web www.uisp.it/forlicesena

Comitato Imola Faenza

Via Tiro A Segno, 2
40026 - Imola (BO)
Tel. 0542/31355
Fax 0542/32962
Email imola@uisp.it
Sede Decentrata
C/O Palabubani - Piazzale Pancrazi, 1
48018 - Faenza (RA)
Tel. 0546/623769 - 0546/623769
Fax 0546/625939
Email faenza@uisp.it
Sito web www.uisp.it/imola_faenza

Comitato Bassa Romagna

P.Le Veterani Dello Sport, 4
48022 - Lugo (RA)
Tel. 0545/26924
Fax 0545/35665
Email bassaromagna@uisp.it
Sito web www.uisp.it/bassaromagna

Comitato Modena

Via IV Novembre, 40/H
41123 - Modena (MO)
Tel. 059/348811
Fax 059/348810
Email modena@uisp.it
Sito web www.uisp.it/modena

Comitato Parma

Via Testi, 2
43122 - Parma (PR)
Tel. 0521/707411
Fax 0521/707420
Email parma@uisp.it
Sito web www.uisp.it/parma

Comitato Piacenza

Via IV Novembre, 168
29122 - Piacenza (PC)
Tel. 0523/716253
Fax 0523/716837
Email piacenza@uisp.it
Sito web www.uisp.it/piacenza

Comitato Ravenna

Via Gioacchino Rasponi, 5
48121 - Ravenna (RA)
Tel. 0544/219724
Fax 0544/219725
Email ravenna@uisp.it
Sito web www.uisp.it/ravenna

Comitato Reggio Emilia

Via Tamburini, 5
42122 - Reggio Emilia (RE)
Tel. 0522/267211
Fax 0522/332782
Email reggioemilia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/reggioemilia

Comitato Rimini

Largo I.Bertuzzi, 5a/5b
47923 - Rimini (RN)
Tel. 0541/772917
Fax 0541/791144
Email rimini@uisp.it
Sito web www.uisp.it/rimini



Comitato Umbria

Via Della Viola, 1
06122 - Perugia (PG)
Tel. 075/5733532 + Fax
Email umbria@uisp.it
Sito web www.uisp.it/umbria

Comitato Altotevere

Via O.Mancini, 4
06019 - Umbertide (PG)
Tel. 075/9417323 + Fax
Email altotevere@uisp.it

Comitato Foligno

Via E.Orfini, 14
06034 - Foligno (PG)
Tel. 0742/24126 + Fax
Email foligno@uisp.it

Comitato Media Valle Tevere

Corso V.Emanuele II, 6
06055 - Marsciano (PG)
Tel. 075/8749439 - Fax 075/8744126
Email mediavalleterve@uisp.it

Comitato Orvieto

Via Sette Martiri, 42
05019 - Orvieto Scalo (TR)
Tel. 0763/390007 + Fax
Email orvieto@uisp.it
Sito web www.uisp.it/orvieto

Comitato Perugia

Via Della Viola, 1
06122 - Perugia (PG)
Tel. 075/5730699 - Fax 075/5737091
Email perugia@uisp.it

Comitato Terni

Via Brodolini, 10/A
05100 - Terni (TR)
Tel. 0744/288187 - Fax 0744/227678
Email terni@uisp.it
Sito web www.uisp.it/terni

Comitato Trasimeno

Via A.Marchini, 3
06062 - Moiano Di C.Pieve (PG)
Tel. 0578/294337 + Fax
Email trasimeno@uisp.it

Comitati regionali e territoriali



Comitato Grosseto

Viale Europa, 161
58100 - Grosseto (GR)
Tel. 0564/417756
Fax 0564/417759
Email grosseto@uisp.it
Sito web www.uisp.it/grosseto

Comitato Livorno

Via Paretti, 8
57122 - Livorno (LI)
Tel. 0586/426702
Fax 0586/409872
Email livorno@uisp.it
Sito web www.uisp.it/livorno

Comitato Lucca Versilia

C/o Campo Sportivo I. Nicoli Via Ales-
sandro Petri - Loc.Migliarina
55049 - Viareggio (LU)
Tel. 0584/53590
Fax 0584/430137
Email luccaversilia@uisp.it

Sede Decentrata

Viale Puccini, 351 Loc.Sant'Anna
55100 - Lucca (LU)
Tel. 0583/418310 + Fax
Email lucca@uisp.it
Sito web www.uisp.it/luccaversilia

Comitato Massa

Via Alberica, 6
54100 - Massa (MS)
Tel. 0585/488086 + Fax
Email massa@uisp.it

Comitato Piombino

Via Lerario, 118
57025 - Piombino (LI)
Tel. 0565/225644
Fax 0565/225645
Email piombino@uisp.it
Sito web www.uisp.it/piombino

Comitato Pisa

Viale Bonaini, 4
56125 - Pisa (PI)
Tel. 050/503066
Fax 050/20001
Email pisa@uisp.it
Sito web www.uisp.it/pisa

Comitato Pistoia

Via Bastione Mediceo, 80
51100 - Pistoia (PT)
Tel. 0573/23082
Fax 0573/22208
Email pistoia@uisp.it
Sede Decentrata
Via Mazzini, 143
51015 - Monsummano Terme (PT)
Tel. 0572/950460
Fax 0572/950437
Sito web www.uisp.it/pistoia

Comitato Prato

Via Galeotti, 33
59100 - Prato (PO)
Tel. 0574/691133
Fax 0574/461612
Email prato@uisp.it
Sito web www.uisp.it/prato

Comitato Siena

Str. Massetana Romana, 18
53100 - Siena (SI)
Tel. 0577/271567
Fax 0577/271907
Email siena@uisp.it
Sito web www.uisp.it/siena

Comitato Valdera

Via Indipendenza, 12
56025 - Pontedera (PI)
Tel. 0587/55594
Fax 0587/55347
Email valdera@uisp.it

Comitato Val Di Cecina

Vicolo Degli Aranci, 8
57023 - Cecina (LI)
Tel. 0586/631273
Fax 0586/633376
Email valdicecina@uisp.it
Sito web www.uisp.it/valdicecina

Comitato Zona Del Cuoio

Via Prov. Francesca Nord, 224
56022 - Castelfranco Di Sotto (PI)
Tel. 0571/480104 - 0571/480104
Fax 0571/480250
Email cuoio@uisp.it

Comitato Toscana

Via F. Bocchi, 32
50126 - Firenze (FI)
Tel. 055/0125623
Fax 055/0125621
Email toscana@uisp.it
Sito web www.uisp.it/toscana

Comitato Arezzo

Via Catenai, 12
52100 - Arezzo (AR)
Tel. 0575/295475
Fax 0575/28157
Email arezzo@uisp.it
Sito web www.uisp.it/arezzo

Comitato Carrara Lunigiana

Viale A.Vespucci, 1
54033 - Marina Di Carrara (MS)
Tel. 0585/73171 + Fax
Email carrara@uisp.it
Sede decentrata
Via Italia, 46
54028 - Villafranca in Lunigiana (MS)
Tel. 0187/495310
Email lunigiana@uisp.it

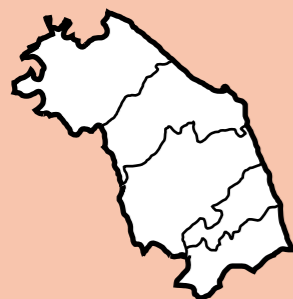
Comitato Empoli - Val D'Elsa

Via Bardini, 18
50053 - Empoli (FI)
Tel. 0571/72131
Fax 0571/700293
Email empoli@uisp.it
Sito web www.uisp.it/empoli

Comitato Firenze

Via F. Bocchi, 32
50126 - Firenze (FI)
Tel. 055/6583501
Fax 055/685064
Email firenze@uisp.it
Sito web www.uisp.it/firenze

Comitati regionali e territoriali



Comitato Marche

Piazza Salvo D'acquisto, 29
60129 - Ancona (AN)
Tel. 071/2900059 - Fax 071/9941656
Email marche@uisp.it
Sito web www.uisp.it/marche

Comitato Ancona

Via L.Ruggeri 2/A
60131 - Ancona (AN)
Tel. 071/2863844 - Fax 071/2908460
Email ancona@uisp.it
Sito web www.uisp.it/ancona

Comitato Ascoli Piceno

Via Timavo, 1
63039 - Porto D'Ascoli (AP)
Tel. 0735/657465 - Fax 0735/430769
Email ascolipiceno@uisp.it
Sito web www.uisp.it/ascoli

Comitato Fabriano

Via F.Cavallotti, 45
60044 - Fabriano (AN)
Tel. 0732/251810 - 3002 + Fax
Email fabriano@uisp.it
Sito web www.uisp.it/fabriano

Comitato Fermo

Via Graziani, 71
63023 - Fermo (AN)
Tel. 0734/603223 + Fax
Email fermo@uisp.it
Sito web www.uisp.it/fermo

Comitato Jesi

Viale Verdi, 39/A
60035 - Jesi (AN)
Tel. 0731/213090 - Fax 0731/207961
Email jesi@uisp.it
Sito web www.uisp.it/jesi

Comitato Macerata

Via Mameli, 39/H
62100 - Macerata (MC)
Tel. 0733/239444 - Fax 0733/520937
Email macerata@uisp.it
Sito web www.uisp.it/macerata

Comitato Pesaro-Urbino

Largo A.Moro, 12
61100 - Pesaro (PS)
Tel. 0721/65945 - Fax 0721/371494
Email pesaro@uisp.it
Sito web www.uisp.it/pesaro

Comitato Senigallia

Via Tevere, 50/4
60019 - Senigallia (AN)
Tel. 071/65621 - Fax 071/65602
Email senigallia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/senigallia



Comitato Lazio

Largo Nino Franchellucci, 73
00155 - Roma (RM)
Tel. 06/43984325-312
Fax 06/43984315
Email lazio@uisp.it
Sito web www.uisp.it/lazio

Comitato Castelli Romani

c/o Comitato regionale Uisp Lazio
Largo Nino Franchellucci, 73
00155 - Roma
Tel. 345/6876403
Email castelli@uisp.it
Sito web www.uisp.it/castelliromani

Comitato Civitavecchia

Via Puglie, 12
00053 - Civitavecchia (RM)
Tel. 0766/501940 - Fax 0766/27322
Email civitavecchia@uisp.it

Comitato Frosinone

Via Virgilio, 83/B
03043 - Cassino (FR)
Tel. 380/7996009 - Fax 0776/49073
Email frosinone@uisp.it

Comitato Latina

Viale Don Morosini, 143
04100 - Latina (LT)
Tel. 0773/691169 Fax - 0773/660099
Email latina@uisp.it
Sito web www.uisp.it/latina

Comitato Monterotondo

Piazza Togliatti, 3
00015 - Monterotondo (RM)
Tel. 06/90625117 - 90625666 + Fax
Email monterotondo@uisp.it
Sito web www.uisp.it/monterotondo

Comitato Rieti

Piazza G.Oberdan, 13
02100 - Rieti (RI)
Tel. 0746/203990 + Fax
Email rieti@uisp.it
Sito web www.uisp.it/rieti

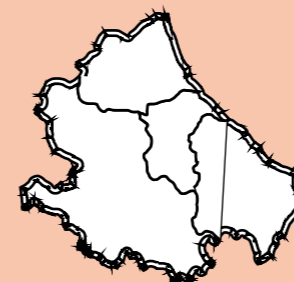
Comitato Roma

Viale Giotto, 16
00153 - Roma (RM)
Tel. 06/5758395 - Fax 06/5745009
Email roma@uisp.it
Sito web www.uisp.it/roma

Comitato Viterbo

Via Monte Asolone, 4
01100 - Viterbo (VT)
Tel. 0761/321861 + Fax
Email viterbo@uisp.it

Comitati regionali e territoriali



Comitato Abruzzo

Via dei Peligni, 24-26
65127 - Pescara (PE)
Tel. 085/4510342 + Fax
Email abruzzo@uisp.it
Sito web www.uisp.it/abruzzo

Comitato Chieti

Via Pola, 1
66023 - Francavilla Al Mare (CH)
Tel. 347/3762165
Email chieti@uisp.it

Comitato L'Aquila

Via S.Sisto, 73/F
67100 - L'Aquila (AQ)
Tel. 345/4143605 - Fax 0862/700716
Email laquila@uisp.it
Sito web www.uisp.it/laquila

Comitato Pescara

Via Dei Peligni, 24
65127 - Pescara (PE)
Tel. 085/4510342 + Fax
Email pescara@uisp.it
Sito web www.uisp.it/pescara

Comitato Pratola Peligna - Sulmona

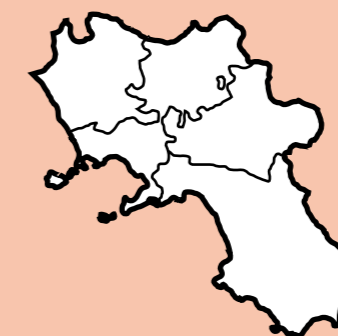
Via Discesa Della Schiavonia, 6
67035 - Pratola Peligna (AQ)
Tel. 0864/272101 - Fax 0864/278483
Email pratola@uisp.it

Comitato Teramo

Via Marcacci, 10
64026 - Roseto Degli Abruzzi (TE)
Tel. 085/8941297 + Fax
Email teramo@uisp.it

Comitato Vasto

C/O Centro Sportivo
San Paolo, Via G.Spataro
66054 - Vasto (CH)
Tel. 0873/59757 + Fax
Email vasto@uisp.it



Comitato Campania

Corso Umberto I, 381
80138 - Napoli (NA)
Tel. 081/268137 + Fax
Email campania@uisp.it
Sito web www.uisp.it/campania

Comitato Avellino

Via C.Colombo, 10 - ex distr.militare
83100 - Avellino (AV)
Tel. 0825/25373 + Fax
Email avellino@uisp.it

Comitato Benevento

Contrada Fontanelle, 122
82100 - Benevento (BN)
Tel. 0824/334326 + Fax
Email benevento@uisp.it

Comitato Caserta

Largo San Sebastiano, 7
81100 - Caserta (CE)
Tel. 0823/321670 + Fax
Email caserta@uisp.it
Sito web www.uisp.it/caserta

Comitato Eboli - Sele, Diano, Cilento

Via S.Giovanni, 50
84025 - Eboli (SA)
Tel. 0828/332693 + Fax
Email eboli@uisp.it
Sito web www.uisp.it/eboli

Comitato Napoli

Corso Umberto I, 381
80138 - Napoli (NA)
Tel. 081/207250 - Fax 081/268137
Email napoli@uisp.it

Comitato Salerno

Via Luigi Guercio, 154
84100 - Salerno (SA)
Tel. 347/7994465 - Fax 081/935011
Email salerno@uisp.it
Sito web www.uisp.it/salerno

Comitato Zona Flegrea

Via Pasquale Lubrano, 1
80078 - Pozzuoli (NA)
Tel. 081/5264596 + Fax
Email zonaflegrea@uisp.it
Sito web www.uisp.it/zonaflegrea



Comitato Molise

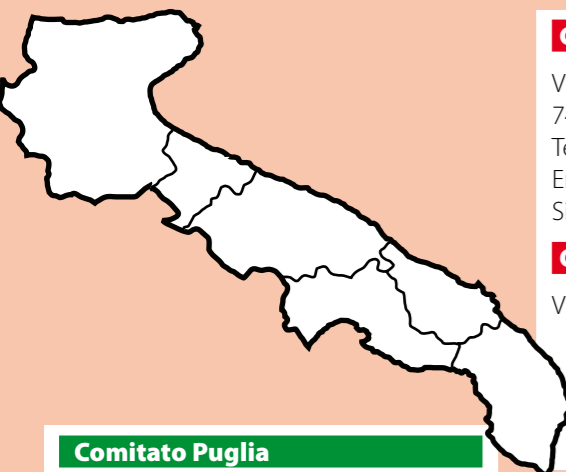
Via Duca D'Aosta, 32
86100 - Campobasso (CB)
Tel. 0874/90745 - Fax 0874/461276
Email molise@uisp.it

Comitato Campobasso

Via Monsignor Bologna, 15
86100 - Campobasso (CB)
Tel. 0874/90745 - Fax 0874/461276
Email campobasso@uisp.it

Comitati regionali e territoriali

Comitati regionali e territoriali



Comitato Puglia

Via Mauro Amoruso, 2
70124 - Bari (BA)
Tel. 080/9958100 - Fax 080/9958090
Email puglia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/puglia

Comitato Bari

Via Mauro Amoruso, 2
70124 - Bari (BA)
Tel. 080/5615657 - Fax 080/5042961
Email bari@uisp.it
Sito web www.uisp.it/bari

Comitato Barletta

Via Capua, 37
70051 - Barletta (BA)
Tel. 388/1190120
Email bat@uisp.it

Comitato Brindisi

Via XX Settembre, 75
72100 - Brindisi (BR)
Tel. 393/2282688
Email brindisi@uisp.it

Comitato Foggia

C/O Stadio Comunale
Sottogradinata Viale Ofanto
71100 - Foggia (FG)
Tel. 348/7719229 - Fax 0881/686780
Email foggia@uisp.it

Comitato Lecce

Via Venezia, 2
73100 - Lecce (LE)
Tel. 0832/318583 + Fax
Email lecce@uisp.it
Sito web www.uisp.it/lecce

Comitato Manfredonia

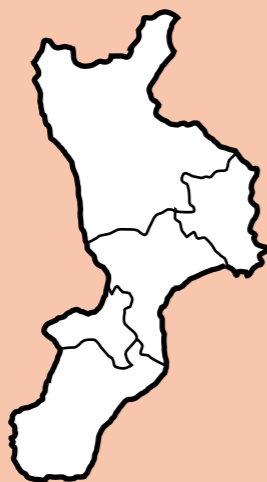
Via E.Toti, 14
71043 - Manfredonia (FG)
Tel. 338/4389640 - Fax 0884/512082
Email manfredonia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/gargano

Comitato Taranto

Via Puglie, 102
74100 - Taranto (TA)
Tel. 099/7350807 + Fax
Email taranto@uisp.it
Sito web www.uisp.it/taranto

Comitato Valle D'Itria

Via Irene Del Vecchio, 1
74015 - Martina Franca (TA)
Tel. 080/4805759 + Fax
Email valleditria@uisp.it
Sito web www.uisp.it/valleditria



Comitato Calabria

C/O Piscine, Loc. Marinella
88040 - Lamezia Terme (CZ)
Tel. 0968/53528 - Fax 0968/418656
Email calabria@uisp.it
Sito web www.uisp.it/calabria

Comitato Bianco

Via C.Colombo, 95
89032 - Bianco (RC)
Tel. 0964/911176 + Fax
Email bianco@uisp.it

Comitato Castrovillari

C.Da Magnapoco, 17
87012 - Castrovillari (CS)
Tel. 0981/38380 + Fax
Email castrovillari@uisp.it

Comitato Catanzaro

Via Grimaldi, 19
88100 - Catanzaro (CZ)
Tel. 0961/751944 - Fax 0961/752938
Email catanzaro@uisp.it

Comitato Cosenza

Piazza della Riforma, 3
87100 - Cosenza (CZ)
Tel. 0984/483009 - Fax 0984/822872
Email cosenza@uisp.it

Comitato Crotone

Via Ipazia, 2
88900 - Crotone (KR)
Tell. 0962/072129-30 - Fax 0962/072129
Email crotone@uisp.it

Comitato Lamezia Terme

C/o Piscine - Loc. Marinella
88040 - Lamezia Terme (CZ)
Tel. 0968/418508 - Fax 0968/418603
Email lameziaterme@uisp.it

Comitato Reggio Calabria

Via Gaspare del Fosso, 13
89127 - Reggio Calabria (RC)
Tel. 0965/923902 + fax
Email reggiocalabria@uisp.it



Comitato Basilicata

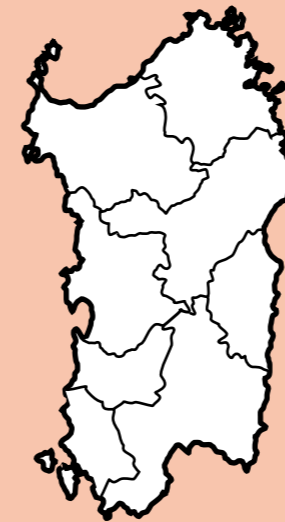
Via Gattini, 8
75100 - Matera (MT)
Tel. 0835/334076 + Fax
Email basilicata@uisp.it

Comitato Matera

Via Gattini, 8
75100 - Matera (MT)
Tel. 0835/334076 + Fax
Email matera@uisp.it
Sito web: www.uispmatera.it

Comitato Potenza

Vico San Nicola, 16
85025 - Melfi (PZ)
Tel. 0972/238498 + Fax
Email potenza@uisp.it



Comitato Regionale Sardegna

Viale Trieste, 69
09123 - Cagliari (CA)
Tel. 070/8575783 + Fax
Email sardegna@uisp.it
Sito web www.uisp.it/sardegna

Comitato Cagliari

Viale Trieste, 69
09123 - Cagliari (CA)
Tel. 070/659754 + Fax
Email cagliari@uisp.it
Sito web www.uisp.it/cagliari

Comitato Nuoro

Via Zanardelli, 27
08045 - Lanusei (NU)
Tel. 0782/40620 + Fax
Email nuoro@uisp.it

Comitato Oristano

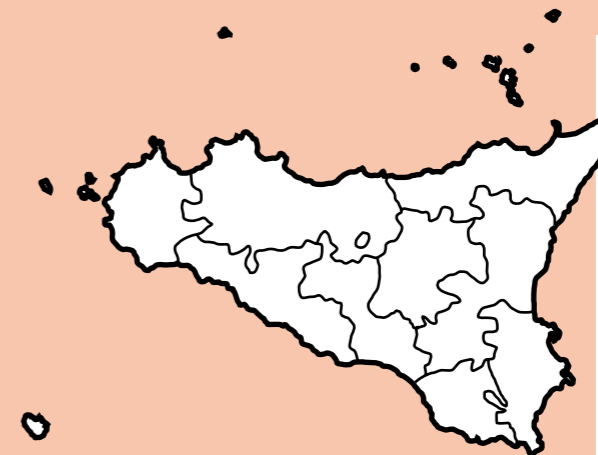
Via Campanelli, 2
09170 - Oristano
Tel. 0783/212002
Email oristano@uisp.it

Comitato Sassari

Via M. Zanfarino, 8
07100 - Sassari (SS)
Tel. 079/2825033 + Fax
Email sassari@uisp.it
Sito web www.uisp.it/sassari

Comitato Sulcis Inglesiente

Via Campania, 50
09013 - Carbonia (CA)
Tel. 0781/674194
Fax 0781/661541
Email sulcisinglesiente@uisp.it



Comitato Sicilia

Via Bari, 52
90133 - Palermo (PA)
Tel. 091/6629061 + Fax
Email sicilia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/sicilia

Comitato Agrigento

Via Manzoni, 1
92020 - S.Giovanni Gemini (AG)
Tel. 334/8088499
Email agrigento@uisp.it

Comitato Caltanissetta

Via Sallemi, 25
93100 - Caltanissetta (CL)
Tel. 0934/20012 + Fax
Email caltanissetta@uisp.it
Sito web www.uisp.it/caltanissetta

Comitato Catania

Via Nepeta, 54
95123 - Catania (CT)
Tel. 095/434121
Fax 095/0936383
Email catania@uisp.it
Sito web www.uisp.it/catania

Comitato Enna

Via G.Borremans, 43
94100 - Enna (EN)
Tel. 0935/41831
Fax 0935/531671
Email enna@uisp.it
Sito web www.uisp.it/enna

Comitato Giarre

Via Sacerdote Salvatore Penturo, 8
95014 - Giarre (CT)
Tel. 095/7793642 + Fax
Email giarre@uisp.it
Sito web www.uisp.it/giarre

Comitato Marsala

Contrada Torre Lunga Puleo, 381
91025 - Marsala (TP)
Tel. 0923/967379 + Fax
Email marsala@uisp.it

Comitato Messina

Via Risorgimento, 210/B
98123 - Messina (ME)
Tel. 090/2934942 + Fax
Email messina@uisp.it
Sito web www.uisp.it/messina

Comitato Nebrodi

Via Consolare Antica, 131
98071 - Capo D'Orlando (ME)
Tel. 0941/901834 + Fax
Email nebrodi@uisp.it

Comitato Noto

V.Le Principe Di Piemonte, 106
96017 - Noto (SR)
Tel. 333/3645706
Email noto@uisp.it

Comitato Palermo

Via Bari, 52
90133 - Palermo (PA)
Tel. 091/6118846 + Fax
Email palermo@uisp.it
Sito web www.uisp.it/palermo

Comitato Pantelleria

Via Taranto, 9
91017 - Pantelleria (TP)
Tel. 0923/913018 + Fax
Email pantelleria@uisp.it

Comitato Ragusa

Via Garibaldi, 84
97100 - Ragusa (RG)
Tel. 0932/867207 + Fax
Email ragusa@uisp.it

Comitato Siracusa

Via Monte Frasca, 8
96100 Siracusa (SR)
Tel. 0931/740038 + Fax
Email siracusa@uisp.it

Comitato Trapani

Via Argenteria, 7
91016 - Casa Santa Erice (TP)
Tel. 333/3573481
Email trapani@uisp.it
Sito web www.uisp.it/trapani

