

Atletica UISP



www.uisp.it

on line

Anno 3° - n. 5 - maggio 2012





6 Maggio 2012 ECO MARATONA PARCO DEL TICINO

PRIMA EDIZIONE
GALLIATE (NO)



Comune di Galliate
PATROCINIO
E COLLABORAZIONE



SERVIZI OFFERTI

- Palazzetto dello Sport di via Mazzini a mt. 200 dal Castello
- Spogliatoi e Docce
- Servizio Massaggi
- Deposito borse
- Ristori lungo il percorso e ristoro finale
- Pasta party
- Chip e Diploma on line

T-Shirt ricordo ai primi 800 iscritti

ECO-MARATONA COMPETITIVA

ECO-VENTI COMPETITIVA

11 KM NON COMPETITIVA



Manifestazione agonistica autorizzata dalla Lega Atletica Piemonte ed inserita nel calendario Nazionale UISP

www.ecomaratonaparcodelticino.it

Con il Patrocinio di:



Atletica UISP on line

Supplemento al n. 5 - maggio 2012 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:
Vivicit  Genova
(foto a cura dell'Organizzazione)

La Redazione si riserva il diritto di ridurre il testo degli articoli inviati per la pubblicazione, ovviamente senza alterarne il senso.

All'interno

- 05** Editoriale: Quello che lo sport non pu  fare - di Donatella Vassallo
- 06** Dalla Rassegna UISP a cura di UISPnet
- 08** Con la maratona nel cuore: intervista alla campionessa Emma Linda Quaglia a cura di Donatella Vassallo
- 10** Vincenzo Cascella, presidente ASD Barletta Sportiva, ci presenta tutte le novit  della 4  ViviBarletta - a cura di Donatella Vassallo
- 12** Trail del Malandrino 2012, un evento nell'evento - di Alessio Parauda
- 15** Iniziato il countdown per la Pistoia-Abetone
- 16** Cross di Bricherasio (TO) "La Strada delle Mele": un buon esordio (Bene la prima!) - di Pietro Cristini
- 18** Guinness World Record per la UISP Abbadia San Salvatore
- 20** 1  Trail delle Ferriere ad Amalfi di Francesco Pezzella
- 26** Trofeo della Liberazione a Catanzaro di Riccardo Elia
- 28** Il 15 luglio ad Abbadia San Salvatore si svolger  la 29  edizione della Salitredici - di Silvio Carli
- 30** Programma del 58  Campionato Nazionale Individuale e di Societ  su pista, che si terr  a Bologna il 2 e 3 giugno
- 35** Il calendario dei Campionati Nazionali 2012
- 37** Se desideri iscriverti, cerca il tuo Comitato territoriale UISP

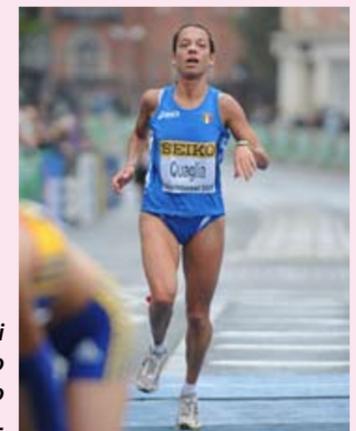


Foto di Giancarlo Colombo /FIDAL



Giro podistico a Tappe dell'Isola di Pantelleria

Trofeo canale di sicilia

23-30 Giugno 2012

Manifestazione organizzata da: ASD Sport Nuovi Eventi Sicilia, con la collaborazione dell'ASD Universitas Palermo, Lega Atletica UISP Sicilia, il Comune di Pantelleria ed il Corpo Forestale della Reg. Sicilia dip. Regionale Azienda Regionale Foreste Demaniali Servizio 4 Gest. Riserve Naturali

Responsabili tecnici: Ino Gagliardi, Mimmo Piombo 348.2647593 - 339.7149566

www.universitaspalermo.com - sportnuovientisicilia@alice.it - inouuniversitas@alice.it

La manifestazione, inserita nel calendario nazionale Fidal 2012 e del BioRace-Grand Prix FIDAL UISP, è aperta a tutti gli atleti assoluti, amatori e master regolarmente tesserati ad una società affiliata alla F.I.D.A.L. o ad un Ente di Promozione Sportiva riconosciuto dal CONI.

Le gare si svolgono nell'isola di Pantelleria, su circuiti misti (sterrato-asfalto) secondo il programma che segue; ritrovi e segreteria presso il **Village Hotel SUVAKI **** di Pantelleria.**

Il vostro soggiorno a Pantelleria Village Hotel SUVAKI ****

dal 23 al 30 giugno 2012 8gg/7nts

Quota individuale di partecipazione in doppia: € 394,00

(posti limitati) con prenotazione entro il 31 marzo 2012.

La suddetta quota è riservata ai partecipanti al Giro Podistico ed ai rispettivi accompagnatori.

A settimana per pax in pensione completa - bevande incluse (acqua e vino alla spina inclusi)

Previsti a richiesta pacchetti Voli diretti su Pantelleria, cadenza settimanale Sabato/Sabato da: Bergamo, Bologna, Venezia, Milano e Roma. Collegamenti diretti da Trapani porto a Pantelleria con navi e aliscafi (vedi

www.siremar.it e www.traghettdelleisole.it



Programma Generale e Tappe

23 giugno - Sabato

Arrivo Atleti ed Accompagnatori e Sistemazione - Consegna Pettorali e Pacchi Gara - Giornata a disposizione

24 giugno - Domenica

ore 10.00: Partenza Prima Tappa km 14 circa Pantelleria Centro - Località Grazia e Ritorno

Premiazione di tappa - Rientro VS sede / **25 giugno - Lunedì** - Giornata a disposizione.

26 giugno - Martedì

ore 10.00: Partenza Seconda Tappa km 9 circa Rekale - Piazza Perugia

premiazione di tappa. Rientro VS sede / **27 giugno - Mercoledì** - Giornata a disposizione.

28 giugno - Giovedì

ore 10.00: Partenza Terza Tappa km 9 circa Circuito Lago Specchio di Venere - Premiazione di tappa - Rientro VS sede

29 giugno - Venerdì

ore 21.30: Partenza Quarta Tappa km 7 circa - Circuito cittadino - premiazione Finale

30 giugno - Sabato

Saluto di arrivederci da parte dell'organizzazione - **Regolamento completo su:**

www.universitaspalermo.com - www.siciliarunning.it - www.uispa.it



Editoriale

Quello che lo sport non può fare

di Donatella Vassallo



Foto a cura della UISP Nazionale

preparativi per Vivicità sono stati febbrili, come ogni anno. Si sono segnati percorsi, stampati pettorali, allestiti spettacoli e conferenze in un crescendo di attività che ha tolto il sonno a volontari e organizzatori. Con un occhio sempre puntato al cielo, non sia mai che proprio quel giorno... E proprio quel giorno è arrivata lei, la pioggia, implacabile a Firenze come altrove, costringendo qualcuno a rimandare la manifestazione di una settimana. Il più però non si sono arresi: ben 45.000 persone hanno attraversato di corsa i centri storici di 40 città italiane ed estere. "Un po' d'acqua per i campi ci voleva", mi ha detto quella mattina un contadino toscano, imperterrito nel suo impermeabile rosso. Sì, alla fine cosa vuoi che sia? I podisti ci sono abituati, fanno anche di peggio per la verità... Chi li ferma, quelli? La morte.

La scomparsa a soli 26 anni del calciatore del Livorno Piermario Moro-

sini, un perfetto sconosciuto fino a quel momento, ci ha lasciato attoniti, unendoci in un minuto di silenzio poco prima della partenza della gara. Una vita per niente fortunata la sua, orfano di genitori, con un fratello suicida e una sorella disabile, aveva trovato nello sport un modo per rendere la terra un posto migliore in cui vivere. Forse ci era anche riuscito, se era sincero il sorriso che - ci racconta chi lo conosceva - portava sempre impresso sulle labbra. Si poteva fare di più, ha polemizzato qualcuno nei giorni dopo la tragedia, l'ambulanza era bloccata da una macchina, il defibrillatore non c'era, i soccorsi sono arrivati in ritardo, mancano i controlli nello sport, qualcuno deve pagare.

Chi deve pagare per scongiurare la morte? Ci vuole qualcuno che alla fine metta un punto a questa ossessiva ricerca di un capro espiatorio per ogni disgrazia: il destino forse non esiste, ma lo sport non ci sal-

va dalla morte. "È stato fatto tutto quello che era possibile, mio marito sarebbe morto lo stesso", ha dichiarato la moglie del pallavolista Igor Bovolenta, qualche giorno dopo la sua prematura scomparsa sul campo da gioco. Mi sembra una frase efficace: ci riporta con i piedi per terra, costringendoci a fare i conti con la nostra natura mortale, quella che nessuna corsa potrà vincere. E allora vanno bene i controlli più accurati, l'impegno per uno sport più pulito e meno dopato, la cura per la propria salute.

Quando avremo fatto tutto questo, però fermiamoci e non chiediamo allo sport l'impossibile. Impariamo ad accontentarci di una giornata di corsa che ha un inizio e una fine, come questi bambini di Khinsasa, che, ignari del cielo minaccioso sulle loro teste, hanno reso in pochi chilometri questo 15 aprile 2012 un giorno diverso da tutti gli altri. Senza pretendere nulla di più.



UISP Bologna: è ripartita "PARCHI IN MOVIMENTO", l'iniziativa che porta l'attività motoria negli spazi verdi della città

Per il terzo anno consecutivo il Comune di Bologna insieme alla Facoltà di scienze motorie e Federfarma, Azienda USL, Uisp ed altri enti di promozione sportiva propone una serie di attività gratuite da tenersi in alcuni parchi cittadini. L'iniziativa si chiama **"Parchi in movimento"** e si tiene **dal 10 aprile al 13 ottobre**. Il progetto prevede diverse attività, dal thai-chi alla ginnastica dolce, dal nordic walking alla semplice camminata, da tenersi in orari prefissati ed ampiamente articolati: dal lunedì alla domenica, dalla primavera all'autunno, in 19 parchi e giardini scelti nel territorio comunale.

Chiunque voglia partecipare, dai bambini agli anziani, troverà una persona esperta, in grado di offrire i consigli per iniziare a praticare un'attività motoria e per trascorrere, piacevolmente ed in compagnia, **un'ora dedicata alla salute del proprio corpo** e al benessere psicofisico. Le bandiere e le pettorine indossate dagli istruttori di "Parchi in movimento" contrassegneranno il luogo dell'attività, all'interno del parco.

La novità di quest'anno è che alcuni appuntamenti saranno accompagnati da altre attività rivolte al benessere psico-fisico: **"Quattro chiacchiere nel parco"** è una delle proposte che unisce le camminate alla lettura di brani di libri o aforismi.

Gli operatori Uisp saranno presenti nei seguenti parchi: Parco ex Velodromo; Parco dei Cedri; Parco Casa Larga; Parco via dei Giardini Ca' Bura; Parco San Donnino. **Scarica il pieghevole**
Per informazioni sulle attività: 051.6027392 - movimento@uispbologna.it

Pubblicato su Uispnet n.14 del 13.4.2012

UISP-ECOPNEUS:

i dati dell'indagine presentati a Firenze

Fossati: "Lo sport sposa la sostenibilità se c'è un progetto politico"

"Lo sport e la sostenibilità ambientale" è stato il tema di un incontro-dibattito svoltosi a **Firenze** lo scorso **13 aprile**, nella sala del Consiglio del Quartiere 1. L'iniziativa è stata l'occasione per presentare i risultati del questionario condotto dall'Uisp su di un campione composto da soci, dirigenti e gestori di impianti sportivi. L'indagine riguardava la predisposizione e l'attitudine verso le tematiche ambientali, e nello specifico la conoscenza e la propensione verso prodotti e materiali per l'ambito sportivo realizzati a partire dal riciclo di PFU, i **pneumatici fuori uso**. Materiali utilizzati ad esempio per il manto dei campi di calcio a 5 o per campi da tennis. L'Uisp ha stabilito, infatti, una collaborazione con **Ecopneus**, società senza scopo di lucro per il rintracciamento, la raccolta, il trattamento e la destinazione finale degli Pneumatici Fuori Uso (PFU).



"Nel 2011, 72.000 tonnellate di pneumatici sono state recuperate ma attualmente ci sono tantissime discariche abusive - ha detto **Sergio Barbadoro**, del settore Ambiente Uisp, nell'illustrare i dati ([scarica la presentazione in pdf](#)) Molti non conoscono quale sia il destino dei Pfu e molti meno conoscono come in realtà questi possono essere riutilizzati. La nostra associazione è impegnata da anni su alcuni temi che riguardano la sostenibilità ambientale della propria attività non in quanto associazione ambientalista, ma perché l'ambiente è all'interno dell'attività che noi svolgiamo. Il lavoro sul riciclo dei Pfu è un elemento che ci impegnerà per le prossime attività associative".

Il questionario è stato somministrato a 630 responsabili di associazioni sportive, 150 dirigenti territoriali e 13 gestori di impianti. "C'è una grande sensibilità e una disponibilità ad impegnarsi - ha spiegato Barbadoro -. Una percentuale alta di associazioni promuove iniziative sul tema del riciclo, anche tra quelle che gestiscono impianti sportivi. Il **60% degli intervistati ritiene inoltre questi materiali sicuri**, spesso per conoscenza diretta, per averli sperimentati. E la quasi totalità degli intervistati ritiene importante recuperare questo materiale ed utilizzarlo in ambito sportivo".

Quali sono le azioni per tradurre operativamente queste indicazioni? "Diffondere i dati sull'assenza di conseguenze per la salute degli sportivi; realizzare installazioni dimostrative, perché c'è necessità di far conoscere, di far vedere come questi materiali possano essere utilizzati, di montare campi all'aperto e far vedere il tipo di prestazione che si può ottenere; produrre e diffondere materiali informativi sul recupero dei Pfu; organizzare manifestazioni sportive pubbliche svolte su queste superfici e predisporre dei business plan da sottoporre agli enti pubblici da parte di chi gestisce gli impianti, pensati per incentivare l'uso di questi materiali. L'utilizzo di questi materiali con un pacchetto di proposte da realizzare con gli enti locali, consentirebbe di trasformare le attuali strutture sportive in strutture polivalenti ad utilità sociale".

Tra gli altri erano presenti anche **Santino Cannavò**, responsabile settore ambiente Uisp e **Giovanni Corbetta**, direttore generale Ecopneus. Le conclusioni sono state affidate a **Filippo Fossati**: "Non solo non è detto che lo sport sia amico dell'ambiente, ma spesso è "consapevolmente" indifferente - ha detto il **presidente Uisp** -. Lo sport sposa la sostenibilità ambientale se c'è un progetto politico, se gli sportivi decidono di farne un punto d'iniziativa. E scoprono che lo sport può essere un clamoroso veicolo di sostegno ad un'economia verde".

(di Francesco Sellari)

Pubblicato su Uispnet n.15 del 20.4.2012

Con la maratona nel cuore: intervista alla campionessa Emma Linda Quaglia

A cura di Donatella Vassallo

Partiamo dal tuo ottimo secondo posto alla Maratona di Milano: come hai vissuto la gara e qual è adesso il tuo prossimo obiettivo?

I quattro mesi di preparazione sono stati duri, questa volta devo dire che ho fatto tante rinunce e tanti sacrifici. Sono stata anche un mese in Kenya ad allenarmi in altura, in un training camp in mezzo alla foresta, esperienza bellissima ma molto impegnativa. Ora non ho obiettivi a breve termine se non quello di riposarmi un po' e recuperare. Prevedo una maratona in autunno, quindi all'inizio dell'estate si ricomincia con la preparazione specifica.

Questo risultato arriva dopo un crescendo di ottimi piazzamenti nell'ultimo anno. Lo scorso 25 marzo avevi raggiunto il podio femminile alla 1ª Genoa Port Run. Cosa ti è rimasto maggiormente impresso di quell'esperienza?

La Genoa Port Run è stata una buona intuizione per quanto riguarda il

percorso, tutto all'interno del porto e sulle banchine. L'arrivo alla lanterna poi è stato molto suggestivo; spero che l'anno prossimo si ripeta l'evento e si riesca a coinvolgere una maggior quantità di pubblico.

Per partecipare alla Maratona di Milano non hai potuto esser presente all'edizione genovese di Vivicità, che ti aveva visto protagonista l'anno scorso per la quarta volta consecutiva. Quanto ti è costata questa "rinuncia"? Cosa rappresenta per te Vivicità?

Vivicità è un mio appuntamento fisso: ho vinto tante edizioni a Genova e anche qualcuna in altre città. Il bello di questa gara è che rappresenta un punto di incontro tra gli atleti professionisti, gli agonisti, gli amatori e persino la gente che non ha mai corso e che in quel giorno si avvicina per la prima volta al nostro sport. Mi è dispiaciuto non poter partecipare, ma sono sicura che i miei amici che quella mattina erano impegnati in Vivicità mi hanno mandato tanti pensieri e hanno fatto il tifo per me.



Foto dal sito milanocitymarathon.gazzetta.it

Rimanendo sempre nell'ambito di Vivicità, quest'anno sei stata la testimonial di Vivicità Porte Aperte nel carcere di Marassi. Quali sensazioni hai provato quel giorno e quale valore può avere secondo te lo sport per i detenuti?

L'esperienza del carcere è stata senz'altro il più bello e significativo evento "extra agonistico" a cui ho partecipato. Fra le tante iniziative di solidarietà cui ho partecipato, questa mi ha toccato particolarmente. Il carcere è parte integrante del tessuto sociale di una città e si deve fare di tutto per favorire l'integrazione dei detenuti ed ex detenuti nella società; penso che lo sport, a maggior ragione uno sport semplice ed economico come la corsa, possa essere uno strumento forte. E poi la corsa è metafora della libertà per eccellenza, quindi è stato bello poter

condividere per un giorno la nostra fortuna con i ragazzi di Marassi.

Oltre ad aver raggiunto importanti risultati sportivi, ti sei di recente specializzata in Medicina dello Sport: è più facile vincere una gara o raggiungere un obiettivo professionale? Come intendi sfruttare adesso la tua specializzazione?

Forse molti non condividerebbero la mia risposta, ma penso che allenarsi sul serio sia molto più duro e impegnativo rispetto allo studio o al lavoro: dallo studio e dal lavoro ogni tanto stacchi, mentre se vuoi essere un buon atleta devi esserlo 24 ore al giorno. Poi l'allenamento ti insegna a sopportare la tensione emotiva, la fatica fisica, alle volte anche il dolore. Naturalmente il difficile è coniugare le due cose, lavoro (o studio) e sport. Adesso penso che

mi prenderò un po' di tempo per fare solo l'atleta, perché la preparazione della maratona è durissima (12-13 allenamenti a settimana) ed è praticamente impossibile fare altro. Per fortuna in futuro la mia specializzazione in medicina dello sport mi darà la possibilità di restare nel mio ambiente anche alla fine della carriera agonistica.

Quando nasce la Emma Quaglia atleta?

Ho iniziato in terza media per gioco, con le gare della scuola. A 19 anni ho iniziato ad allenarmi sul serio con il prof. Sergio Lo Presti, che mi ha accompagnato e guidato per oltre 10 anni. Due anni fa ho deciso di passare alla maratona, e ho cambiato allenatore e gruppo, pur restando tesserata per il CUS Genova. Ora ho la fortuna di allenarmi nel Gruppo Rosa di Brescia, con il coach Claudio Berardelli, sicuramente uno dei migliori allenatori al mondo.

Cosa significa per te la corsa e in quale specialità riesci a esprimerti al meglio?

I 3000 siepi mi hanno regalato tante soddisfazioni, titoli italiani e maglie azzurre. La pista ha il suo grande fascino, ma dopo tanti anni mi ero stancata, e ora non c'è nessuna gara che ami più della maratona. Mi avevano detto che di questa distanza ci si innamora, e per me è stato così.

Tra il 2004 e il 2005 a causa di gravi problemi di salute hai dovuto interrompere la tua carriera sportiva. Dove hai trovato la forza per tornare, una volta guarita, in pista? Sulla base della tua esperienza, cosa ti senti di dire a tutti gli sportivi obbligati a uno stop forzato?

L'esperienza della malattia è stata dura e mi ha cambiato; se penso alla mia vita, non solo sportiva, c'è un prima e un dopo. Non voglio essere

retorica ma durante quei due anni ho imparato ad apprezzare la salute, il benessere fisico, la possibilità di muoversi liberamente e di fare con il proprio corpo quello che più ti piace. I medici mi avevano detto che non avrei mai più potuto correre, per lo meno non agonisticamente, e c'è stato un tempo in cui ho creduto loro e ho dolorosamente messo da parte l'idea di riprendere. Due anni sono lunghissimi, ma in un angolo della mia testa non ho abbandonato la speranza di riuscire a correre di nuovo, e, come vedete, ho smentito le previsioni negative e sono tornata più forte di prima (cronometricamente e non!). Quindi a tutti quelli che attraversano un momento brutto come è stato il mio, dico di non mollare, di non arrendersi alle difficoltà, anche se sembrano insormontabili, perché la volontà e la determinazione non fanno miracoli, ma quasi.



Foto di UISP Genova



Foto dal sito milanocitymarathon.gazzetta.it



Foto di Giancarlo Colombo /FIDAL

Domenica 13 maggio appuntamento con la 4ª ViviBarletta

Vincenzo Cascella, presidente ASD Barletta Sportiva, ci presenta tutte le novità

Domenica 13 maggio si svolgerà la 4ª ViviBarletta, gara podistica competitiva di 10 km, valida quest'anno anche come Campionato Nazionale Uisp di corsa su strada. Vogliamo intanto fare un bilancio delle passate edizioni?

Siamo giunti alla 4ª edizione della ViviBarletta che in questi anni è cresciuta in modo esponenziale, divenendo una delle più importanti gare podistiche del nostro territorio, raggiungendo una partecipazione record di circa duemila podisti tra liberi e tesserati; un risultato importante che ha anche determinato la scelta da parte della Uisp Nazionale Lega Atletica di assegnare a noi l'onore e l'onore di organizzare il Campionato Nazionale Uisp di corsa su strada sulla distanza dei 10 km.

Come vi state preparando a questa edizione? C'è spazio anche per una non competitiva? Avete previsto variazioni sul percorso rispetto agli anni passati?

In termini organizzativi naturalmente stiamo facendo tesoro dell'esperienza organizzativa delle passate



Servizio fotografico a cura di ASD Barletta Sportiva

edizioni, cercando laddove è possibile di perfezionarla ulteriormente; la partecipazione dei podisti non agonisti già massiccia nelle passate edizioni sarà ancora di più allargata; il percorso della gara è quasi interamente cittadino, ben 79 gli incroci stradali interessati che saranno ovviamente adeguatamente sorvegliati.

Su quali collaborazioni potete contare? Con la crisi economica, avete avuto maggiori difficoltà a livello organizzativo?

La nostra ViviBarletta si può realizzare grazie alla collaborazione istituzionale di Regione, Provincia e Comune, agli sponsor privati che credono nel

progetto organizzativo che abbiamo messo su in questi anni, alle collaborazioni tecniche di associazioni quali il Vespa Club, l'Avser, gli Operatori Ambientali, la Polizia Municipale. Decisivo e straordinario è l'impegno profuso da ciascuno dei nostri associati, che con grande spirito di sacrificio ed abnegazione lavora e si impegna un anno intero, alla buona riuscita della manifestazione.

Naturalmente gli effetti della crisi si sono fatti sentire, ma noi della Barletta Sportiva siamo convinti che se il progetto è serio e solido trova sempre consenso ed adesione in termini di credibilità, anche e soprattutto in termini economici, chi ti aiuta è perché crede al tuo progetto.

Quali risultati vi proponete di raggiungere?

Il nostro obiettivo è quello di far crescere ulteriormente la nostra manifestazione rafforzando sempre più l'idea che anche un semplice even-

to sportivo possa rappresentare un ottimo volano di crescita politica, economica, sociale e culturale.

La Barletta Sportiva, società organizzatrice della manifestazione, ha conseguito negli ultimi anni risultati sempre più importanti. Quali sono quelli di cui andate più fieri?

Noi della Barletta Sportiva in questi anni abbiamo ottenuto diversi lusinghieri risultati sia a livello individuale che societario, come titoli e campionati territoriali su distanze che vanno dalle 10 km alle maratone e alle ultramaratone, ma è sicuramente un altro il migliore risultato ottenuto, molto più difficile da perseguire, cioè quello di promuovere e diffondere lo spirito e la pratica sportiva quale filosofia di vita, naturalmente un obiettivo molto più arduo da conseguire, ma i risultati e il consenso che riceviamo ci stanno dando ragione, questo significa che stiamo lavorando bene e che siamo sulla buona strada.

ning aperta a tutti. Vuole spiegarci esattamente cosa avete in mente?

Infatti di recente l'Amministrazione di Barletta ha presentato un piano di recupero e sviluppo della fascia costiera, ed è in questo progetto che noi della Barletta Sportiva abbiamo sostenuto l'importanza di prevedere spazi ampi ed idonei a far svolgere l'attività motoria a tutti i cittadini. In particolare abbiamo chiesto di realizzare una "pista per la corsa e il running" che possa far svolgere in regime di sicurezza l'attività motoria ad un numero sempre più elevato di concittadini.

Cosa significa oggi essere presidente di un'associazione sportiva?

Essere presidente significa avere una grossa responsabilità sociale, perché ancora prima che occuparsi di sport, l'associazione è uno straordinario strumento di convivenza e crescita sociale, in sostanza un piccolo microcosmo della società dove praticare e sperimentare esperienze, vita vissuta e sogni da realizzare.



Trail del Malandrino 2012, un evento nell'evento

di Alessio Parauda

Forte del grande successo ottenuto nella passata edizione, la Banda dei Malandrini asd si ripresenta con un progetto più ampio e destinato, ancora una volta, alla raccolta fondi per il Dynamo Camp.

Prima di tutto l'accoglienza atleti in terra pratese cambia forma e si sposta nella zona di partenza della gara e più precisamente all'interno

del Centro Scienze Naturali circondati da animali e da un ambiente naturale stupendo. La struttura utilizzata nella passata edizione resterà a disposizione dei partecipanti per riposarsi prima del via. Ma le novità non riguardano solo l'accoglienza bensì anche il percorso: al Trail del Malandrino (70 km e 4500 m D+) e alla Malandrinata (32 km e 2500 m D+) si aggiunge quest'anno una terza prova rivolta ai finisher della passata edizione. Si tratta del Malandrino XL, gara della lunghezza di 83 km e circa 5000 m D+, che per-

metterà a 35 atleti di attraversare le 3 Gobbe del Monteferrato (Area Naturale Protetta a interesse locale) e la Valle dell'Orsigna fino alla vetta dell'Alpe delle Tre Potenze per poi ridiscendere verso l'Abetone. L'idea di realizzare un terzo percorso nasce dalla volontà della banda di destinare, a coloro che negli anni daranno fiducia alla manifestazione, un percorso sempre diverso che, pur conservando la maggior parte del tracciato originario, vada a toccare nuovi angoli dell'Appennino toscano-emiliano. Un impegno gravoso ma grazie all'aiuto dei tanti gruppi di

volontariato presenti (consultabili sul sito www.malandrinotrail.it alla voce volontari) i Malandrini cercheranno di regalare nuove e intense emozioni a tutti i partecipanti.

Non va poi dimenticato che il Trail del Malandrino sarà parte integrante del circuito Tecnica Trail Trophy che prende il via quest'anno e che si preannuncia già come un trofeo di punta riunendo al suo interno 6 delle più importanti gare Trail del Centro e Nord Italia (Traversata Colli Euganei, The Abbots Way Ultramarathon, Cervino X-trail, Gran Trail Valdigne, Troi dei Cimbrì).

Ma le sorprese non finiscono qui e, come si legge nella home page della manifestazione (...ma siamo anche Malandrini e vogliamo continuare a sognare e a proporre), altri progetti ruotano intorno alla gara. Primo fra tutti il Galceti Outdoor: una manifestazione organizzata dall'accoppiata C.G.F.S. di Prato e Banda dei Malandrini e rivolta ai ragazzi di tutte l'età. Si tratta di un'intera giornata di giochi e animazione al Parco di Galceti di Prato dove bambini e ragazzi potranno cimentarsi in prove di abilità, attività sportive e riscoperta del territorio il tutto in chiave ambientale.

Anche in questo caso i fondi raccolti saranno devoluti al Dynamo Camp. Conoscendo i Malandrini c'è comunque da aspettarsi tante altre novità in questi mesi come loro stessi ci hanno confidato. Seguiteli sulla loro pagina di facebook. Non resta altro che aspettare la mezzanotte tra il 2 e 3 giugno quando, illuminati dalla luna piena, questi futuri malandrini, si avventureranno tra i sentieri della Grande Escursione Appenninica alla volta dell'Abetone portando con sé quel sacchetto di sale che vale una bella bottiglia di birra all'arrivo.





DONNE DI FIORI RACE



MONTE ISOLA 6 MAGGIO 2012

Competitiva Femminile UISP 12000mt

e sullo stesso percorso a seguire,
non competitiva FIASP

RITROVO A PESCHIERA ORE 9.15 PARTENZA GARA ORE 10.00

12,00 € agonistica - 8,00 € non competitiva

In collaborazione con



ASD Young Running



la rete



Utilizzo della scheda d'iscrizione

Ritaglia, compila e spedisce la scheda a Timing Data Service:
via posta: TDS s.r.l. Via Delle Macchine 14 - 30038 Spinea (VE)
oppure via fax: +39 041.5088346

Ricordati di allegare:

ricevuta del versamento, copia della tessera FIDAL
o del certificato di idoneità sportiva AGONISTICA

Modalità di pagamento

- Pagamento online: transazione in Euro su www.enternow.it con carta di credito Visa o Mastercard, con invio al fax: 041 5088346 della documentazione prevista;
- Bonifico bancario: c/o Banca Popolare di Sondrio agenzia di Sale Marasino
IBAN: IT76 D056 9655 1700 0001 0477 X57 - Intestato a POLISPORTIVA MONTEISOLA 2002

E-mail: donnedifiori@tds-live.com



Iniziato il countdown per la Pistoia-Abetone



Foto di Belinda Sorice

È in moto ormai da qualche mese la macchina organizzativa della 37ª Pistoia - Abetone. L'edizione 2012, in programma il 24 giugno, si preannuncia come una delle più avvincenti del panorama podistico nazionale: ne è testimone la costante crescita in prestigio e importanza del leggendario traguardo di piazza delle Piramidi.

L'ultramaratona pistoiese, parte integrante del circuito mondiale IAU, è valevole per il campionato nazionale Uisp Gran fondo, per il campionato italiano Ultramaratona in salita e per il Grand Prix luta. La novità più rilevante riguarda l'Avis, che ha inserito la Pistoia-Abetone nel calendario del suo campionato nazionale per podisti donatori di sangue. Infine, i 50 km "inventati" dal leggendario Artidoro Berti fanno parte dei Challenge "Romagna/Toscana" e "Crudelia" e dei circuiti "Correre in Toscana" e "Classiche Toscane".

In pochi giorni dall'apertura si registrano già un centinaio di iscrizioni. L'organizzazione ricorda a tutti i po-

disti che fino al 30 aprile è possibile farlo al costo di 30 €, dopodiché fino al 17 giugno la quota avrà un costo di € 35.

Da questa edizione, per i traguardi di San Marcello e Abetone sarà introdotto il chip per la rilevazione cronometrica delle singole prestazioni. L'organizzazione provvederà a dotare ogni atleta di un chip dietro versamento di una cauzione che verrà restituita al momento della restituzione del dispositivo.

A fianco dei tre traguardi tradizionali (Le Piastre 14km, San Marcello 30km e Abetone 50km), che rendono accessibile la gara a chiunque, sono confermati:

• il "Quarto Traguardo": grazie all'interessamento e alla grande volontà dimostrata dalla Provincia di Pistoia, nel 2002 la gara ha aperto le sue porte a tutti. In particolare, i disabili psichici e motori hanno l'opportunità, insieme ai loro accompagnatori, di vivere una giornata nel fascino dei boschi di faggio che caratterizzano il percorso. Tre

chilometri di solidarietà e gioia di stare insieme, tre chilometri aperti a chiunque voglia far sentire il proprio abbraccio ai partecipanti (inf.: Ufficio Sport della Provincia di Pistoia, 0573.374273);

• il "Quinto Traguardo": visto il successo riscosso nella scorsa edizione, il comitato organizzatore ha deciso di confermare la prova di fitwalking, 20 km di camminata sportiva da San Marcello al traguardo di piazza delle Piramidi. Un modo alternativo per gustarsi i tornanti finali del percorso gara, con o senza racchette (inf.: Uisp area Walking&Cycling, 335.7051498);

• il "Sesto Traguardo": come tradizione, gli amanti del trekking potranno partecipare alla bellissima traversata notturna dell'Appennino tosco-emiliano insieme alle guide del Cai di Pistoia. La partenza è fissata dal rifugio di Porta Franca nella valle dell'Orsigna, da lì la comitiva raggiungerà Abetone passando attraverso cime, passi e laghi per oltre otto ore di cammino (inf.: Cai Pistoia, 0573.365582).

Cross di Bricherasio (TO)

“La Strada delle Mele”: un buon esordio (Bene la prima!)

di Pietro Cristini

Servizio fotografico
a cura dell'Organizzazione



ciclabile agro-culturale “La Strada delle Mele” della Cascina Roncaglia di Aldo Bianciotto, i frutteti interessati dal cross dell'Agriturismo Turina di Cesare Turina e della Cascina Salfrutta di Mario Bianciotto con annesso Agriturismo Agrialpi.

Un contesto studiato con cura che permetteva agli spettatori ed accompagnatori di seguire agevolmente le fasi salienti delle gare e con l'inusuale presenza di un nutrito gruppo di ex atleti pinerolesi “d'altri tempi”, quelli passati e forse gloriosi.

Insomma un bel mix coreografico e tecnico accompagnato da un logo ammiccante, quello del 1° Cross di Bricherasio “La strada delle mele” a ricordare quanto siano importanti l'attenzione e la cura del territorio ed il possibile sviluppo agro-turistico autoctono.

Tutti gli enti coinvolti, a partire dall'ente promotore Aib e Protezione



Civile di Bricherasio, a quello su cui gravava l'impegno più strettamente organizzativo, l'Atletica Val Pellice a cui si aggiungeva la Podistica di None nonché le associazioni Ciclistica Brike e Bike, Motoclub Edelweiss ed Avis hanno profuso importanti energie per la buona riuscita di questo cross posto a fine stagione in-

vernale con un piede nella nascente stagione podistica su strada, pista e montagna.

La data, a stretto contatto con la Pasqua, non ha favorito la partecipazione giovanile, infatti, i presenti erano solo 48.

La vera novità, però, era costituita dal cross non agonistico aperto a tutti, compresi camminatori e walker, nello spirito dei gioiosi raduni podistici bricherasiesi svolti fino ad ora prevalentemente su strada. La presenza alla 1ª edizione, oltre ai giovani, di circa 240 partecipanti non competitivi di cui una sessantina di camminatori è stata comunque motivo di soddisfazione per gli organizzatori.

Tutti hanno apprezzato il percorso inserito tra i filari di actinidia, meli, ulivi e viti e gustato il ristoro sempre all'altezza della situazione.

Partecipanti ed accompagnatori hanno anche avuto l'occasione di regalarsi un atto di solidarietà approfittando delle bancarelle dell'Onlus F.O.R.M.A. del Regina Margherita di Torino e dell'Associazione ANLAIDS che con confezioni di riso e vasi di bonsai hanno stimolato le donazioni per i rispettivi enti.

Infine alcune notazioni:

- nel 1976, si svolse sempre a Bricherasio, una prova di corsa campestre del campionato Pinerolese ed oggi, nel 2012, a 36 anni di distanza, si sono ritrovati alcuni dei 75 partecipanti di allora a festeggiare questo storico anniversario, ai quali, visibilmente commossi, è stato consegnato un omaggio da parte del Sindaco e dell'Assessore all'Agricoltura Provinciale;



Giovanili primi classificati

della manifestazione regionale di corsa campestre:

Esordienti C FERRERO Andrea - G.S. Agnelli, GRIOTTI Luna - I.C. Caffaro,

Esordienti B MERLO Nicolò - Atl Pinerolo, TURINO Martina - Atl Pont Donnas,

Esordienti A PELLISSONE Mattia - I.C. Caffaro, GROSSO Nicole - Val Pellice,

Ragazzi/e GROSSO Alex - Val Pellice, PATRONCINI Stella - Atl Cuneo,

Cadetti BREUSA Francesco - G.S. Agnelli.

Società numerose ATLETICA VAL PELLICE 41 - I.C. CAFFARO - Bricherasio 20 - PODISTICA MAURIZIANA 16 - CUMIANA STILCAR 14 - BAUDENASCA 9 - POMARETTO 9 - ATL. PINEROLO 7 - GASM 6 - BUSCHESE 6.

Questi i primi arrivati:

Over 50 (m 4.810) ALFARONE Giuseppe - Tranese - 19'22" - RIZZO Giovanni - Infernotto 21'31" - ODETTO Bruno - libero 21'39", BARRA Gabriele - Baudenasca 21'53", BAUDINO Mario - Val Pellice 21'58".

Under 50 (m 4.810) TOURN Loris - Roata Chiusani 18'01" - BERT Paolo - Infernotto 18'02", ASLAOUI Mohamed - Tranese 18'53", BARALE Andrea - Val Pellice 19'00", GAMMA Carlo - None 19'18".

Donne (m 3.050) VIDILI Isabella - Gasm 13'44", BAZZANO Paola - Val Pellice 14'09", ALLASIA Cinzia - Rivarolo 14'25", FORCHINO Susanna - Val Pellice 14'46", PALARD Simona - Val Pellice 15'27".



Guinness World Record per la UISP Abbadia San Salvatore



È arrivata dagli uffici londinesi l'omologazione del risultato conseguito lo scorso 28 agosto ad Abbadia San Salvatore. La staffetta 100 x 400 m organizzata dall'UISP Abbadia S.S. ASD entrerà a pieno titolo nel Guinness World Record come la più veloce mai realizzata.

La documentazione prodotta ha permesso l'omologazione da parte dei severi giudici londinesi che, valutata la documentazione ed i referti dei giudici, hanno ritenuto rispettati tutti i requisiti posti per la convalida. Il vecchio limite era di 2 ore; la staffetta di Abbadia ha stabilito il nuovo record in 1h48'05".

Soddisfazione da parte della società di atletica badenaga, del suo Presidente, del Sindaco e della Amministrazione Comunale, che hanno promosso e sostenuto l'iniziativa oltre che di tutti i partecipanti.

Il record sarà pubblicato a breve sul sito ufficiale del Guinness World Records e sul libro dei Record in pubblicazione la prossima estate con i record del 2011.



Servizio fotografico a cura della UISP Abbadia San Salvatore



1° Trail delle Ferriere ad Amalfi

di Francesco Pezzella



Pioggia e terreno pesante, più pesante del previsto, non hanno scoraggiato i temerari che hanno partecipato alla prima edizione del Trail delle Ferriere, una delle tappe "nuove di zecca" del circuito Parks Trail Campania.

Segue





1° Trail delle Ferriere ad Amalfi



Servizio fotografico di Fabio Fusco



hanno dovuto attraversare cascate con acqua fino alle ginocchia. Il tutto in condizioni di totale sicurezza, nonostante la caratteristica "estrema" del percorso. Grande, appassionata

e rumorosa la partecipazione degli spettatori. Il via è stato dato, dopo il minuto di raccoglimento per la morte del calciatore Piermario Morosini, seguito dall'Inno di Mameli, dal Sindaco di Amalfi Alfonso Del Pizzo. In gara anche l'assessore allo sport Francesco De Riso. All'arrivo, davanti alla vecchia Cartiere Amatrutanella "Valle dei Mulini", è risultato primo tra i



maschi lo specialista Antonio Carfagnini (Mtb Scanno) in 1.24'05", secondo Giovanni Giordano (Montemiletto Team Running) in ritardo di appena 23" e terzo Giuliano Ruocco dell'Aequa Trail Running in 1.27'48". Ania Paniak (Enterprice) si è confermata, tra le donne, specialista di questa disciplina chiudendo in 1.52'09", seconda Teresa Galano (Paeninsula) in 2.10'38", terza Rosa Di Martino (Ercosport) in 2.34'41". Michele Volpe, presidente dell'Aequa Trail Running, è soddisfatto per il circuito dopo le prime due tappe: "Sta procedendo molto bene - ha dichiarato al termine -, siamo con-



grossa mano. Ringrazio in particolare Luigi Aceto che ci ha permesso di attraversare il suo splendido limoneto e l'associazione Movicoast che ha curato il ristoro finale con dolci, frutta, e pasta party".

La prossima tappa si terrà a Minori (Eco Trail) il 13 maggio, quando si disputerà il campionato regionale UISP di Short Trail.

Carrera de Baja

MEXICAN TRAIL



whit Marco Olmo

100 K
5 stage
desert & cactus
running and relax week
San Felipe, Baja California, Mexico

October 21-28, 2012 www.carreradebaja.com



photo by Dino Bonelli



Scaldacollo in omaggio per gli atleti veri!

Sì, succede on line proprio sulla nuova pagina [FaceBook di EthicSport!](#) Restyling grafico completo e la nuova applicazione dedicata solo agli sportivi. Si chiama "Diventa Ambasciatore", e permetterà a tutti gli appassionati di sport di registrarsi e ricevere l'elegante Scaldacollo esclusivo firmato EthicSport, insieme ad un campione omaggio di integratori professionali per lo sport. C'è anche un'altra grande novità!

La nuova applicazione permette di partecipare ad una gara, si chiama "**Fan Raising**". Tutti gli ambasciatori potranno partecipare ad una competizione che premierà l'appassionato sportivo che porterà più amici alla pagina FaceBook EthicSport. Partecipa anche tu, ci sono in palio tanti premi sostanziosi e oltre 1500 fan stanno già combattendo per aggiudicarsi il 1° posto. Da non perdere!

ENJOY YOUR LIFE

RUN THE WORLD

www.runtheworld.it

AMBASCIATORI

Ricevi in omaggio lo scaldacollo ed una selezione di campioni dei prodotti EthicSport



FAN RAISING

Fai diventare fan più amici che puoi e vinci una fornitura di prodotti per un mese di attività sportiva e 2 borracce EthicSport.



Trofeo della Liberazione a Catanzaro



Servizio fotografico a cura dell'Organizzazione

Celebrare degnamente la Festa della Liberazione ricordando la vittoria dei Partigiani antifascisti che, con l'appoggio degli Alleati americani e inglesi, sconfissero il nazi-fascismo, ridando all'Italia libertà e democrazia: questo in sintesi il messaggio da trasmettere ai giovani che l'Uisp di Catanzaro ha voluto evidenziare nell'organizzare il 4° Meeting Giovanile di atletica leggera "Trofeo Liberazione". In una mattinata dal tempo incerto tanti ragazzi e ragazze hanno risposto all'invito della Lega Atletica Leggera dell'Uisp gremendo l'impianto sportivo di via S. Brunone di Colonia, sotto gli occhi vigili di molti genitori e semplici appassionati. L'iniziativa, riservata in prevalenza alle categorie giovanili (pulcini, esordienti, ragazzi, cadetti e allievi) con gare di velocità, salto in lungo e lancio del vortex, ha visto anche delle gare di contorno per le categorie junior, senior e amatori sui metri 100, 400 e 3000. La manifestazione si è caratterizzata per uno spirito condiviso di amicizia e di sano divertimento ben dipinto sui volti sempre sorridenti dei partecipanti, al di là dei risultati individuali conseguiti. Da evidenziare il ruolo fondamentale degli insegnanti di Scienze Motorie (Bruno Spina, Enzo Ba-

rone, Eleonora Sammarco e Umberto Conforti) che con il loro lavoro di promozione nelle scuole e di giudici durante le gare hanno permesso l'ottima riuscita del Meeting. Infaticabile e altrettanto determinante l'apporto dei dirigenti Uisp (Izzi, Elia, Conforti, Russo), della Scal (Piero Mirabelli, Nicola Mondilla, Marco Elia), dei cronometristi (Giuseppe Mancuso, Emiliano Longo) e dei volontari (Placanica, Rotundo, Giglio e Pellaggi). Tra i risultati registrati da evidenziare nella categoria Allieve la prestazione nel salto in alto di Rita Calì che superando l'asticella a m 1,55, ha sfiorato il minimo per i campionati italiani di categoria. Alice Scalamandrè vince i 60 m in 9"06 e Maria Pia Cardamone conquista il primo posto Assoluti nei 100 in 13"27. Adriano Mirarchi ha vinto i 3000 Assoluti in 9'04"8 precedendo El Qars Mohamed (9'34") e Antonio Marchese. Nel lancio del vortex categoria Ragazzi Andrea Veraldi con m 34,81 ha preceduto Marco Giglio e Romano Romeo. Con 5,04 il Cadetto Andrea Procopio si è aggiudicato la vittoria nel salto in lungo, precedendo Gabriel Hutano (m 4,69). Nella stessa categoria, nel salto in alto, Alessandro Riccelli è primo con m 1,55.

Riccardo Elia



COMPETIZIONE ECOSOSTENIBILE

XXIX
EDIZIONE

SALITREDDICI

TROFEO MINIERE DELL'AMIATA

di Silvio Carli

Il 15 luglio si svolgerà la 29ª edizione della Salitredici, la corsa in salita che si disputa lungo la strada provinciale che dallo stadio comunale di Abbadia San Salvatore porta alla vetta del Monte Amiata. Il percorso chiuso al traffico, l'ombra offerta da faggi e castagni, il verde, l'assenza di auto, sentire solo gli incitamenti del pubblico, degli addetti ai ristori e dei camminatori che accompagnano gli atleti rendono la corsa un'esperienza veramente unica per gli appassionati di podismo. Tecnicamente il percorso di 13,2 km non ha particolari asperità e il dislivello di circa 850 m ha una pendenza pressoché costante (si parte da 830 m e si arriva a 1700) consentendo di adeguare bene la corsa al proprio passo.

È previsto un ristoro ogni 3 km e un adeguato e corroborante rinfresco finale offerti dalla locale società sportiva. Il fresco all'arrivo è invece offerto dal clima della montagna. Come da qualche anno l'attenzione e il rispetto per l'ambiente sono una priorità per la manifestazione. Materiali biodegradabili, raccolta differenziata e rimborsi per viaggi collettivi sono ormai una caratteristica della gara. Tutti questi aspetti e gli sforzi profusi dalla UISP Abbadia S.S., società organizzatrice della gara, hanno



Foto di Denise Quintieri

permesso la notevole crescita di partecipanti degli ultimi anni arrivati ormai a superare i 600 competitivi. Perché oltre alla competizione è prevista anche una passeggiata di 9 km non competitiva che si svolge parallelamente alla gara podistica. La gara sarà valida anche quest'anno come prova unica del campionato Nazionale UISP di corsa in salita con categorie ogni cinque anni e, per garantire la massima regolarità, è prevista l'introduzione del real time con chip elettronico con rilevazione

dei tempi alla partenza e all'arrivo. Lo scorso anno è stato stabilito il record femminile della gara dalla tifernate Paola Garinei con 1h06'05"; chissà che quest'anno non venga ritoccato il limite maschile di 53'30" ormai vecchio di oltre 10 anni e che più volte ha rischiato di cadere. Per scoprirlo appuntamento ad Abbadia S.S. in provincia di Siena, domenica 15 luglio. Tutte le informazioni su regolamento e modalità di iscrizione su: www.amiatarunners.com



Foto della UISP Abbadia San Salvatore

58° Campionato Nazionale Individuale e di Società su pista



2° Trofeo Paolo Campailla

Bologna, Campo Scuola "Baumann"
2 e 3 giugno 2012
Via G. Bertini 9 - Bologna

La Lega Nazionale UISP di Atletica Leggera indice i Campionati Nazionali individuali e di Società maschili e femminili di Atletica Leggera su pista per le categorie Cadetti, Allievi, Juniores, Assoluti, Amatori e la Rassegna Nazionale di triathlon per le categorie Ragazzi - Ragazze e Esordienti - Pulcini - Primi Passi M/F.

La manifestazione, organizzata dalla Lega Atletica UISP di Bologna, con il patrocinio del Comune di Bologna, della Provincia di Bologna e della Regione Emilia Romagna e la collaborazione della Lega Nazionale Atletica Leggera UISP e il Gruppo Giudici UISP di Atletica Leggera, è programmata, secondo il Calendario stilato dalla Lega Atletica Leggera Nazionale, a Bologna presso il Campo Scuola "Baumann" (pista a 8 corsie), Via G. Bertini, n. 9, nei giorni di sabato 2 e domenica 3 giugno 2012.

PROGRAMMA TECNICO

Settore Assoluto (Uomini e Donne)

Possono partecipare tutti gli atleti nati negli anni 1994 e precedenti **senza premiazioni differenziate**, salvo il 1° cl. Juniores (1993/1994) e i primi 3 cl. di ogni categoria **Promozionale Master** (quest'ultimi solo nelle seguenti specialità: 200 m. - 800 m. - 5000 m. - Lungo - Disco).

Nelle gare dei 200 m. - 800 m. - 5000 m. - Lungo - Disco M/F la categoria assoluti e relativa premiazione è limitata alla fascia 18-34 anni (dal 1978 al 1994).

ASSOLUTI UOMINI

100 - 200 - 800 - 5000 - Lungo - Alto - Disco kg 2 - Disco kg 1,75 (Junior) - Giavellotto gr 800 - Staffetta 4x100* - Marcia 4 Km

ASSOLUTE DONNE

100 - 200 - 800 - 5000 - Lungo - Alto - Disco kg 1 - Giavellotto gr 600 - Staffetta 4x100* - Marcia 3 km

*: **premiazione solo a livello assoluto, possono partecipare anche gli atleti della categoria Allievi/e.**

PROMOZIONALE MASTER

MASCHILI:** 200 m. - 800 m. - 5000 m. - Lungo - Disco (ognuno userà l'attrezzo in base alla sua categoria) cat. **D**-1973/77; **E**-1968/72; **F**-1963/67; **G**-1958/62; **H**-1953/57; **I**-1948/52; **L**-1943/47; **M**-1942 e prec.

FEMMINILI:** 200 m. - 800 m. - 5000 m. - Lungo - Disco (1 kg) cat. **D**-1973/77; **E**-1968/72; **F**-1963/67; **G**-1958/62; **H**-1953/57; **I**-1952 e prec.

** : gli/le atleti/e della categoria Promozionale Master, possono partecipare alle altre specialità (nel rispetto della normativa sulle iscrizioni, riportata all'art. 4.4 "Nome di Partecipazione") inserite nel programma gare (per le categorie ASSOLUTI UOMINI / DONNE), rientrando nella categoria e nel regolamento degli ASSOLUTI UOMINI / DONNE.

SETTORE GIOVANILE E PROMOZIONALE

Allievi/e nati nel 1995/1996 - **Cadetti/e** nati nel 1997/1998 - **Ragazzi/e** nati nel 1999 = Cat. Ragazzi/e "B" e nati nel 2000 = Cat. Ragazzi/e "A" - **Esordienti M/F** nati nel 2001/2002 - **Pulcini M/F** nati nel 2003/2004 - **Primi Passi M/F** nati nel 2005/2006.

ALLIEVI (1995/96):

100 - 200 - 800 - 3000 - Alto - Lungo - Disco kg 1,5 - Peso kg 5 - Giavellotto gr 700 - Marcia 4 km

ALLIEVE (1995/96):

100 - 200 - 800 - 3000 - Alto - Lungo - Disco kg 1 - Peso kg 3 - Giavellotto gr 500 - Marcia 3 km

CADETTI (1997/98):

80 - 300 - 1000 - 2000 - Alto - Lungo - Triplo - Disco kg 1,5 - Peso kg 4 - Giavellotto gr 600 - Marcia km 4 - Staffetta 4x100

CADETTE (1997/98):

80 - 300 - 1000 - 2000 - Alto - Lungo - Triplo - Disco kg 1 - Peso kg 3 - Giavellotto gr 400 - Marcia km 3 - Staffetta 4x100

RAGAZZI/E (A = 2000 - B = 1999):

Triathlon: con specialità base comuni per tutti 60 e 600 più una a scelta tra: Lungo - Alto - Peso kg 2 in gomma - Vortex gr 125

ESORDIENTI M/F (2001-02):

Triathlon: con specialità base comuni per tutti 60 e 600 più una a scelta tra: Lungo - Vortex gr 125

PULCINI M/F (2003-04) - PRIMI PASSI M/F (2005-06):

Triathlon: con specialità base comuni per tutti 60 e 300 più una a scelta tra: Lungo - Vortex gr 125

Ulteriori informazioni su: www.uispbologna.it/uisp/atletica/news/campionato-nazionale-su-pista-2-3-giugno-2012

4^a KENYA HIGHLANDS RACE

THE REAL AFRICAN RUNNING EXPERIENCE!

Dall' 11 al 19 Agosto 2012

Corsa a tappe sugli altipiani del Kenya: 4 tappe da Nanyuki, cittadina alle pendici del Monte Kenya, fino alle Thompson's Falls a Nyahururu a 2400 m di altitudine! Per gli accompagnatori sportivi possibilità' di seguire la gara in MTB. Novita' 2012: gara individuale o a coppie miste con atleti/e Kenioti.

PROGRAMMA

11 Agosto

Partenza dall'Italia con volo di linea.

12 Agosto

Arrivo in primissima mattinata a Nairobi.

Trasferimento a Nanyuki (alt.1900 metri circa).

Pranzo incluso, **cena e pernottamento in Hotel.**

13 Agosto: Prima tappa 19 km.

La tappa ci porta, in un crescendo di emozioni (villaggi e poi savana con i primi esemplari di fauna Africana) a costeggiare la riserva Sweetwaters.

Nel pomeriggio trasferimento al Samburu National Park.

Pensione completa in Hotel.

14 Agosto

Dopo la colazione, **Safari nello splendido Samburu Park.**

In serata rientro all'Hotel di Nanyuki.

15 Agosto: Seconda tappa 16 km.

Tappa in savana con possibilità di incrociare zebre, impala, giraffe... Nel pomeriggio Safari (opzionale) nella bellissima riserva privata Sweetwaters. **Pensione completa in Hotel.**

16 Agosto: Terza tappa 18 km.

Tappa nella savana con percorso collinare impegnativo.

Subito dopo l'arrivo, trasferimento al Thompson's Falls Lodge di Nyahururu. **Pensione completa in Lodge**

con...caminetto in camera!

17 Agosto: Quarta ed ultima tappa 21 km (alt. 2400mt)

Tracciato in altura, molto tecnico e spettacolare, tra incantevoli villaggi Kikuyu. **Premiazione.** Pranzo al Lodge.

Trasferimento a Nakuru. Cena e pernottamento in Hotel.

18 Agosto

Dopo la colazione, **Safari nel Nakuru National Park.**

Trasferimento a Nairobi per chi rientra in Italia o per estensioni Mare. Cena libera. Pernottamento in Hotel.

19 Agosto

Trasferimento in aeroporto e partenza per l'Italia.

Partenze per le eventuali estensioni (Mare-Safari)

Programmi su richiesta.



QUOTE DI PARTECIPAZIONE:

Costo per persona in camera doppia

- Iscrizioni entro il 31 Marzo 2012

Euro 2060,00

- Iscrizioni successive:

Euro 2250,00

- Supplemento singola:

Euro 130,00

- Atleti: iscrizione gara + iscrizione ASD Run&Travel + tessera UISP

Euro 150,00

- Ciclisti: noleggio e trasporto MTB + iscrizione ASD Run&Travel

Euro 220,00

- Accompagnatori: iscrizione ASD Run&Travel

Euro 40,00

Le quote comprendono:

- Voli di linea dall'Italia (Milano)
- Pensione completa e attività come da programma
- Trasferimenti
- Assicurazione sanitaria di viaggio
- Una bevanda (acqua, coca cola, aranciata) ai pasti

Le quote non comprendono:

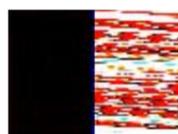
- Visto per ingresso in Kenya (US\$50)
- Ingressi ai parchi Samburu e Nakuru (circa 70 US\$ a parco)
- Bevande alcoliche (birra, vino, ecc.), mance, articoli personali e tutto ciò che non indicato espressamente nel presente programma
- Attività opzionali

RUN&TRAVEL E' PARTNER DI:

ENJOY YOUR LIFE

RUN THE WORLD

www.runtheworld.it



A.S.D. Run&Travel

E-Mail: info@runandtravel.it – Web: www.runandtravel.it

Ing. Patrizio Boggi Mob. 347 3233916

Rosella Mob. 349 8315243

RUN ICELAND
adventure trail

September 2-9, 2012

Run and discover the lava desert,
glaciers, geyser and a many waterfalls
110 k in 5 stage



www.runiceland.org

Campionati Nazionali UISP 2012

CORSA SU STRADA

13-maggio	4 ^a ViviBarletta (BT)	ASD Barletta sportiva (BT) Casella Vincenzo 333/4717852 enzocasella@gmail.com www.barlettasportiva.blogspot.com
-----------	----------------------------------	--

PISTA

2-3 giugno	58° Campionato su pista	Bologna
------------	-------------------------	---------

GRANFONDO

24-giugno	37 ^a Pistoia-Abetone (PT)	A.S.C.D. Silvano Fedi Venturi Luca 334/3180489 www.pistoia-abetone.net info@pistoia-abetone.net
-----------	--------------------------------------	--

CORSA in SALITA

15-luglio	29 ^a Salitredici Abbadia San Salvatore (SI)	UISP Abbadia San Salvatore A.S.D. Carli Silvio 340/8712244
-----------	--	---

TRAIL RUNNING

2-settembre	3° Faito-X-Trail Vico Equense (NA)	Volpe Michele 339/4203026 info@faitoxtrail.it - www.faitoxtrail.it
-------------	------------------------------------	---

MARATONINA

14-ottobre	29 ^a Maratonina Dorando Pietri Correggio (RE)	Podistica Correggio A.S.D. Prati Daniele 328/4629784 daniele.prati@libero.it - www.podisticacorreggio.it
------------	--	--

ENJOY YOUR LIFE

RUN THE WORLD
www.runtheworld.it



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

proteggi con noi
il tuo futuro

WWW
sportesicurezza.it

insieme per crescere

**SPORT &
SICUREZZA**

CARIGE ASSICURAZIONI
CARIGE VITA NUOVA
ASSICURAZIONI
GRUPPO BANCA CARIGE

Attività sportive, persona, famiglia, professionisti, impresa, risparmio e previdenza

Sport & Sicurezza srl, Agenzia generale di Carige Assicurazioni e Carige Vita Nuova

MODENA

Via IV Novembre, 40/H
41123 Modena
tel. 059/820205
fax 059/335638
mail uc.segreteria@ucass.it

FIRENZE

Via Ugucione 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

Comitati regionali e territoriali

UISP
sportpertutti

Leghe regionali
www.uisp.it/atletica2/index.php?idArea=30&contentId=8

Leghe territoriali
www.uisp.it/atletica2/index.php?idArea=31&contentId=9



