



SPORTINSIEME

Periodico della Federazione Italiana Sport per Tutti Sede Nazionale: Viale Veneto, 11/C - C.P. 30 - 46100 MANTOVA
Tel./Fax: 0376 374390 - Dir. Resp.: Dott. Giuseppe Colantonio - Alberto Tortasoli - Dr. Ing. Giocardo Talamonti - Redazione ed
Amministrazione: Via Veneto, 11/C - 46100 Mantova - Stampa: Grafiche Stella - Via A. Mesochi, 12 - Legnago (VR) - Registrazione del
Tribunale di Terni n. 7/93 del 20/07/1993 - Poste Italiane s.p.a. - Spedizione in abbonamento postale - D.L. 363/2003 (conv. in
L. 27/02/2004 n. 46) art. 1, comma 2 DCB Mantova - Anno 14 - N° 1 - Gennaio - Febbraio 2010

ATTENZIONE: In caso di mancato recapito, restituire all'Ufficio di Mantova C.P.O., per la restituzione al mittente che si impegna a corrispondere le relative tasse postali.

35
1975

2010



INSERTO SPECIALE - pag. 9
IN MARCIA PER LA VITA

INSERTO SPECIALE - pag. 19
OLIMPIADI

SPORTINSIEME

GENNAIO - FEBBRAIO 2010 - N° 1

La RIVISTA è posta in abbonamento al contributo associativo di Euro 20,00 annue, esce ogni due mesi, viene inviata a domicilio dell'abbonato tramite PPTT.

Versamento tramite bollettino postale:
C/C 14842462

Intestato a:

FEDERAZIONE ITALIANA AMATORI
SPORT PER TUTTI

FIASP - Viale Veneto, 11/C - C.P. 30
46100 MANTOVA

AGLI ABBONATI DI SPORTINSIEME

La Redazione rende noto, che la Rivista Sportinsieme può essere spedita agli abbonati in busta chiusa con affrancatura normale, in questo caso oltre al contributo di 20,00 €, la spesa di spedizione annua per sei numeri è di 31,00 €.

La Redazione ringrazia i propri lettori.

La Redazione non è responsabile di testi ed illustrazioni, la cui responsabilità è solo dei loro autori. La riproduzione di testi, disegni, fotografie ed altri documenti pubblicati in questo numero è vietata, in quanto proprietà esclusiva della F.I.A.S.P., la quale si riserva tutti i diritti di riproduzione, manoscritti ed i documenti inseriti o meno, non sono reali, tranne esplicita richiesta scritta da parte del loro autore. Il loro invio alla nostra redazione ne implica l'accordo dell'autore per la libera pubblicazione. Le indicazioni di marche e gli indirizzi che figurano nelle pagine redazionali sono a titolo informativo, senza alcun fine pubblicitario.
INFORMATIVA AI SENSI DELLA LEGGE 196/03
I dati forniti dai sottoscrittori degli abbonamenti a Sportinsieme, permetteranno alla F.I.A.S.P. di procedere all'invio della pubblicazione. I dati verranno custoditi su supporti informatici o cartacei e trattati nel pieno rispetto delle misure di sicurezza a tutela della loro riservatezza. In qualsiasi momento, l'abbonato può modificare o far cancellare gratuitamente i dati personali, scrivendo al responsabile del trattamento: "Segreteria Generale F.I.A.S.P. - Viale Veneto 11/C-46100 Mantova Email: f.i.a.s.p.2@tin.it".



Direttori responsabili

Giuseppe Colaninno
Giacinto Talamenti
Alberto Tomasi

Redazione

f.i.a.s.p.2@tin.it

Membri onori

centrali della F.I.A.S.P.

Collaboratori Sportinsieme

Gennaio - Febbraio 2010 - n.1

Abelini Mirna
Amorosi Ignazio
Battaglia Piergiorgio
Battaglia Piero
Bianchera Gianni
Bovoni Gianluigi
Cacciamani Angela
Camerati Paolo
Cavali Aldo
Cesazzaro Giuliano
Carnovali Paolo Maria
Castellani William
Cavali Felicia
Cesantoni dott. Giuseppe
Comini Luciano
Carpadi Eleonora
Danesi Berzo
De Momi Fabio
Ferrari Gabriele
Forini Giuliano
Franceschini Roberto
Gruppo Ambiente Duathlon
Gusella Andrea
Leone Gaetano
Lurichetti Piergiorgio
Marinelli dott. Marco
Martini Claudio Remo
Mastropietro dott.ssa Maria Teresa
Pasin Mantello Silvio
Regattani Angelo
Rimondi Giuseppe
Sabatini Ubaldo
Sargorzi Bruna
Sbarani Giovanni
Sogri Maria
Talamonti Claudio

Editore

FIASP
Federazione italiana
Amatori Sport Per Tutti
Direzione, Redazione,
Amministrazione e pubblica
Viale Veneto 11/C
46100 MANTOVA
Tel. e Fax 0376334200

Impaginazione e Stampa

Grafiche Stella - Legnago (Verona)

Spedizione

Segreteria Generale - FIASP Mantova

Registrazione del Tribunale di Terni n. 293 - del
20/07/1993
Poste Italiane s.p.a. - Spedizione in
abbonamento postale - D.L. 351/2003 (conv. in L.
27/02/2004 n. 46) art. 1,
comma 2 DCB Mantova - Anno 14
n° 1 - Gennaio - Febbraio 2010

3 Editoriale

4 Notizie FIASP

**INSERTO SPECIALE - pag. 9
IN MARCIA PER LA VITA**

**INSERTO SPECIALE - pag. 19
OLIMPIADI**

28 Percorsi circolari

29 Sodalizi FIASP

34 Marce particolari

36 Manifestazioni FIASP
attraverso i Comitati

43 Calendario manifestazioni

46 Pianeta Donna

47 Alimentazione

48 Traumatologia

50 Il Punto

51 Invito alla marcia

54 Terra delle marce Fiasp



LA FIASP NELL'IVV E NELLA TAFISA: un motivo un più per crescere.

Spesso sento ripetermi - quasi mi si stesse facendo una confidenza rara e preziosa - "perchè non ci facciamo riconoscere da questa o quella Istituzione, perchè non facciamo la domanda per aderire a questa o quell'altra realtà; perchè non possiamo entrare di qui o di là .. ecc".

Altre volte, accompagnato da un sospiro di delusione misto a serafica rassegnazione, mi si dice "certo che se fossimo già riconosciuti da...!!!" Come se un semplice riconoscimento fosse l'amnistia per tutto ciò che non sappiamo fare da soli. Nella mente di chi elargisce queste preziosità, tutti i consigli dovrebbero servire a me ed alla Federazione per "volare o indurre a volare più alto o per essere qualcosa di diverso e di più importante". Dovrebbero.

Abituato per natura a riflettere su ciò che intendo fare e professionalmente incline a rendere in pratica ciò che le premesse teoriche comportano, a questi consigli o suggerimenti, spesso dentro di me rispondo: PERCHÈ? A COSA E A CHI SERVIREBBE RO TUTTI QUESTI CONSIGLI?

Queste domande nascono facili perchè conosco la mia Federazione, perchè so di che pasta siamo fatti, perchè sono consapevole che siamo terribilmente abitudinari, perchè so che entrare in un'altra dimensione - pur mantenendo intatte le nostre prerogative statutarie - comporterà un passo culturale importante sotto molti punti di vista: organizzativo, fiscale, statutario, tecnico, relazionale, diplomatico. Siamo pronti? Credo proprio di no se basta la semplice compilazione del modello EAS a creare in Federazione una crisi di identità e a far impennare telefonate, sms, e-mail.

Ma altre domande mi tormentano.

Quanti eventi FIASP sono vera espressione degli scopi statuari della nostra Federazione? Abbiamo conoscenze tecniche vere nel mondo dello sport non competitivo?

La nostra visione federale tiene conto solo dell'ambito che ci circonda o abbiamo riferimenti sovra-territoriali che permettono di mantenere sempre una linea unitaria nazionale?

Quanti Comitanti Provinciali, Gruppi o Associazioni sono giuridicamente costituiti?

Cosa ha comportato e comporta la nostra affi-



liazione all'IVV?

Cosa implica la nuova e recente affiliazione alla TAFISA?

Cosa potrà ipoteticamente comportare un futuro riconoscimento da parte del CONI ?

Quali impegni o ruoli deriveranno dal riconoscimento di Associazione di Promozione Sociale?

Le risposte a queste domande ognuno le gestirà in proprio, ma ciò che deve unire ed omogeneizzare la nostra Federazione è la convinzione d'appartenere ad un consenso ampio ed internazionale che ci sprona a crescere, ad essere tecnici, conoscitori, formatori, progettatori.

Questa convinzione deve essere lo stimolo a crescere per essere nel breve periodo allineati su chi ci precede in organizzazione e conoscenze. IVV e TAFISA, pur con pregi e difetti comuni a tutti i grandi movimenti, ci insegnano come evolverci nel tempo: cultura personale dei responsabili federali, cultura del proprio movimento e degli scopi statuari, cultura delle regole che sono alla base del vivere civile e sociale, cultura della territorialità.

Nessuna Federazione nel panorama nazionale o internazionale potrà permettersi di essere sempre uguale a se stessa, non evolutiva, non progettuale, non formata. Realtà come l'IVV o la TAFISA stanno costruendo e proponendo molto in ogni realtà mondiale e lo strumento per crescere è la formazione dei Dirigenti e Tecnici. Allineiamoci sui grandi esempi, non vergognandoci di copiare .. per progettare con convinzione ... e crescere!!

Giuseppe Colantonio

Presidente Nazionale FIASP



LA FIASP IN ASSEMBLEA A PIOVENE ROCCHETTE (VI) e per presentare il Calendario Nazionale delle manifestazioni 2010

Piovene Rocchette, cittadina alle falde del monte Summano, meta di pellegrinaggi, dove reperti archeologici testimoniano la presenza di un antico luogo di culto pagano dedicato al Dio Summano. Con l'evangelizzazione avvenuta secondo la tradizione ad opera di San Prosdocimo, primo vescovo di Padova, il Summano venne dedicato in seguito alla Vergine Maria. In loco venne costruito un santuario, considerato tra i più antichi del Veneto, alla cui custodia furono destinati dei religiosi eremiti, sostituiti dal 1492

dai frati Girolimini che rimasero fino al 1774, anno in cui la Repubblica Veneta decretò lo scioglimento di numerosi conventi. In questo centro Veneto, sabato 31 ottobre 2009, ospiti del Comitato F.I.A.S.P. di Vicenza, sabato 31 ottobre, trenta Delegazioni Provinciali Nazionali si sono ritrovati per l'Assemblea riguardante l'approvazione del bilancio preventivo 2010, e per la festa in occasione della presentazione del Calendario Nazionale delle manifestazioni podistiche non competitive della attività 2010, appuntamento giunto alla 35ª edizione. Ricco e interessante il programma proposto dal vulcanico Presidente del Comitato di Vicenza, Signor Francesco Enea coadiuvato da vari Collaboratori, che ha accolto alle ore 8:30 presso la Biblioteca

i Membri del Consiglio Federale riuniti dal Presidente Nazionale Dott. Giuseppe Colantonio per discutere un ordine del giorno riguardante vari aspetti di sviluppo federale.

Ha fatto seguito alle ore 10:30, l'Assemblea per l'approvare il bilancio preventivo 2010 presentato dal Tesoriere Dott. Alberto Colombini. Dopo la verifica dei poteri a cura del Segretario Generale Remo Claudio Martini, il Presidente Nazionale, ringraziando i Presidenti dei Comitati e relativi Delegati per la presenza, ha proposto in qualità di Presidente di Assemblea il Presidente del Comitato di Vicenza Signor Francesco Enea, il quale ha ricevuto dai Delegati un caloroso applauso a conferma della sua nomina, lo stesso ha ringraziato e ceduto la parola





al Tesoriere per la lettura dei documenti motivo della Assemblea. Al termine, sono avvenuti alcuni interventi da parte dei Presidenti di Comitati. I documenti di bilancio preventivo sono stati approvati alla unanimità.

L'Assemblea è terminata con la consegna dei Crediti Formativi agli aventi diritto partecipanti al Convegno di Mantova del 3 ottobre 2009 a cura del Responsabile alla Formazione nonché Vice Presidente Nazionale, Dott. Paolo Maria Carnevali. Ne è seguita una breve pausa, e di seguito alle ore 11:30, presso l'Auditorium Comunale, sono iniziati i festeggiamenti di presentazione del Calendario Nazionale 2010 alla presenza delle Autorità locali, dei Presidenti di Gruppi e Soci FIASP convenuti per essere testimoni di questa "festa" che annualmente viene proposta in quanto rinnova ai Soci FIASP, agli amanti del correre, del camminare, le meraviglie d'essere gli interpreti di quel sentimento di amicizia, fratellanza, altruismo, impegno sportivo e sociale che scaturisce durante gli eventi programmati che si svolgono nell'anno in un processo meraviglioso che vede da 35 anni la FIASP con gli Aderenti gli attori "principi" di questo sentimento altruistico del proporsi.

La "festa" ha avuto inizio con il saluto del Presidente Nazionale Dott. Giuseppe Colantonio ai presenti, annunciando pure, con piena soddisfazione l'ultimo traguardo raggiunto dalla FIASP: il riconoscimento ufficiale della TAFISA- Associazione Internazionale dello Sport & Fitness promotore dello Sport per tutti che conta 120 Federazioni membri di tutti i paesi del mondo.

E' seguito il saluto ufficiale dell'Amministrazione di Piovene Rocchette, da





parte dell'assessore alle politiche sociali Dott. Fabio Pietro Radere, che nel congratularsi per il prestigioso riconoscimento avvenuto, ha rinnovato gli auguri alla nostra Federazione a sostegno di quanto fino ad ora la F.I.A.S.P. ha lavorato per raggiungere tale obiettivo comune a tutti: un mondo attivo.

Di seguito è stata data la parola al Segretario Generale Remo Claudio Martini, autore del volume per presentarlo e relazionarne l'allestimento.



"Il Calendario nazionale, si presenta in una veste tipografica e di immagine uguale agli anni precedenti. I dati dei progetti organizzativi vengono inviati dai Comitati alla Segreteria Generale tramite Email o floppy e per alcuni Comitati su cartaceo, il che dovrebbe garantire una elaborazione semplice, veloce, coerente a quello che la Segreteria Generale riceve.

Purtroppo così non è, in quanto diverse verifiche fatte sui documenti ricevuti, si è rilevato che gli errori o mancanze si attestano su queste percentuali:

- A) i referenti delle marce non soci fiasp erano pari al 11%*
- B) i numeri telefonici errati erano pari al 9%,*
- C) gli indirizzi dei gruppi errati o mancanti di riferimenti erano pari al 5%,*
- D) i riferimenti postali mancanti erano pari al 4%,*
- E) i dati degli inserti pubblicitari erano diversi dai dati marcia pari al 32%*
- F) la punteggiatura corrispondente al piano di lavoro era carente in misura del 9%*

Queste percentuali e altre piccole cose, hanno comportato un notevole lavoro da parte mia e del personale di Segreteria Generale, non nascondo che, per abbreviare i tempi e non certo per prevaricare i Comitati sono state fatte dirette chiamate telefoniche ai Gruppi per avere conferme immediate dei dati in lettura soprattutto per i riferimenti telefonici.

Oltre 700 sono state le ore necessarie per allestire il calendario, i rapporti con le Grafiche Stella sono state impostate su un piano di lavoro ottimale.

Vi è inoltre da dire che dopo la data stabilita della chiusura trasmissione dati, le richieste di variazioni ai progetti o la inclusione di nuove manifestazioni è risultata maggiore che negli anni precedenti pari al 14%.

Su questi piani di lavoro si fa quello che si può fino al limite del "possibile", in quanto a parer mio si deve considerare il lavoro degli Organi Periferici di primaria importanza per i fini che persegue la Federazione.

A tale scopo, posso affermare che un'ora prima di dare mandato attivo al "menabò di stampa", da me deliberato in qualità di responsabile del volume stesso presso le Grafiche Stella, sono state aggiunte diciotto manifestazioni, con 11 variazioni: credo che questo sia da parte mia un segno di rispetto per il lavoro altrui.

Presentare oggi il calendario nazionale alla data del 31 ottobre, due mesi prima della fine dell'anno, vuol dire che vi è stato un corale impegno di lavoro notevole e costante fra i Comitati e la Segreteria Generale, impegno che si è protratto con varie "tensioni" per più di 50 giorni, un lavoro che ogni anno mi coinvolge, mi stimola, mi soddisfa, in comunione di intenti con il personale di Segreteria Generale: Katia e Barbara, accanite più di me nel cercare di far bene e accontentare tutti, alle quali va il mio ringraziamento e un merito per la stampa del volume nei termini stabiliti.

Come sempre, prima di Voi, io dico a Voi, che il calendario avrà anche lati negativi, con errori più o meno evidenti, ma che comunque rientra nel detto: chi lavora sbaglia chi non lavora non sbaglia mai, ma è anche vero che nel caso nostro, tutto si può rimediare, recuperare le dizioni non pubblicate, tramite la nostra Rivista Sportinsieme, tramite il sito FIASP-Italia.

Il Calendario 2010 si presenta in lettura con la copertina che ricorda ai Soci FIASP il 35° anno di fondazione della Federazione.

Il contesto dell'immagine vuole rappresentare le discipline sportive che propongono gli Aderenti nei vari appuntamenti, accolti nella più grande palestra esistente a ciel sereno: la natura.

L'immagine di una città capoluogo di Regione suddivide i mesi dove la FIASP è presente, nel retro una inserzione della nostra compagnia assicurativa: GROUPAMA, che è meritevole dei nostri ringraziamenti per le attenzioni rivolte alla Federazione non solo sul piano delle garanzie assicurative ma anche sul piano dell'amicizia e delle iniziative proprie a beneficio dei Soci FIASP.

Nella prima parte il calendario ripercorre le dizioni dei testi degli anni precedenti, il nuovo editoriale del Presidente sviluppa vari sentimenti che ognuno di noi in quanto Soci FIASP li deve fare suoi ed esserne partecipi.

Il Calendario viene coinvolto nell'ultimo riconoscimento attestato alla nostra Federazione, oggi la FIASP è la 154ª federazione Membro della TAFISA, che conta Federazioni dello sport per tutti di oltre 120 paesi di tutto il mondo.

Quindici sono le province che attivano 34 percorsi circolari, nuovi e vecchi, percorribili nei giorni dell'anno per soddisfare la passione dei Soci FIASP.

Da gennaio a dicembre sono più di 1400 i progetti organizzativi, che finalizzano gli intenti istituzionali, predisposti in lettura su una media di quattro righe, e per chi lo ha richiesto sono stati inseriti manualmente i siti di posta elettronica.

Il Calendario è poi arricchito da oltre 150 inserti pubblicitari di manifestazioni.

Il Calendario Nazionale è "una" delle immagini della Federazione, è augurante, negli anni a venire che lo stesso volume venga utilizzato su tutto il territorio nazionale quale unico veicolo di informazione delle manifestazioni FIASP.

A conclusione di questa relazione, sento il dovere di ringraziare tutti gli Aderenti, i Presidenti dei Comitati, gli inserzionisti, per questo rinnovato impegno nel proporre e collaborare, convinto ancora una volta, che l'essere noi tutti Volontari di questa Federazione, ci onora d'esserlo in quanto il nostro impegno va a beneficio di tutta la collettività sportiva che coinvolge il nostro sport per tutti da 35 anni: viva la FIASP. "



Un scrosciante applauso è seguito al termine della relazione in segno di ringraziamento per il lavoro svolto.

Il Presidente Nazionale è intervenuto sulla relazione del Segretario Generale, condividendola apprezzando l'allestimento del volume che certamente con la

sua immagine darà ancora più prestigio e valore alla F.I.A.S.P. nel compimento dei suoi 35 anni di attività.

Terminata la consegna dei calendari alle delegazioni provinciali, gli ospiti sono stati invitati al pranzo offerto dal Comitato di Vicenza presso un noto ristorante

del luogo. La "festa" di Piovene Rocchette si è conclusa in allegra amicizia nel tardo pomeriggio, con lo scambio di saluti e gli auguri che il 2010 sia un anno di soddisfazioni per tutti i Soci della F.I.A.S.P..

DIDASCALIE DELLE FOTO

A) Il Presidente Nazionale Giuseppe Colantonio introduce i lavori dell'Assemblea. - B) Enea Francesco, Presidente del Comitato di Vicenza eletto Presidente della Assemblea ringrazia e saluta i partecipanti ai lavori di Piovene Rocchette. - C) Partecipanti ai lavori di Piovene Rocchette. - D) Il Tesoriere Alberto Colombini, relazione il bilancio preventivo 2010. - E) Il Responsabile dell'Area della Formazione nonché Vice Presidente Nazionale Paolo Maria Carnevali, consegna i crediti formativi agli aventi diritto partecipanti al Convegno di formazione tenutosi a Mantova il 3 ottobre 2009. - F) Auditorium Comunale, il Presidente Nazionale Giuseppe Colantonio introduce i lavori della presentazione del Calendario Nazionale 2010. - G) L'Assessore alle politiche sociali di Piovene Rocchette, Dott. Fabio Pietro Radere, a nome della Amministrazione saluta i convenuti, ringrazia la Federazione per aver scelto la sua città per questo evento, pone il suo plauso per quanto ha fatto e sta facendo la FIASP per lo sport e per il sociale in concreto. H) Scambi di doni. I) Enea Francesco al termine della presentazione, si complimenta e scherza con i Martini sul lavoro fatto, ricevendo un caloroso applauso di assenso. - L) Dirigenti Nazionali Retrorunning, Carla e Dario Vettorato invitati ai lavori e al convivio.



Il Presidente Nazionale unitamente a tutti i Membri degli Organi Centrali, Periferici, Soci F.I.A.S.P., ringrazia il Presidente del Comitato F.I.A.S.P. di Vicenza Signor Enea Francesco, i Membri del Comitato di Vicenza, i Commissari Tecnici del Comitato di Vicenza, la Protezione Civile di Piovene Rocchette, per l'ospitalità elargita e per l'immagine della FIASP esaltata e abbellita con dovizia e bravura, da bandiere e striscioni in occasione di questo evento.

Dott. Giuseppe Colantonio



GIORNATA NAZIONALE DI SOLIDARIETÀ F.I.A.S.P.

Alla domanda che cosa significa esattamente solidarietà, le persone hanno detto:

- E' l'insieme dei legami affettivi e morali che uniscono gli uomini tra loro e li spingono all'aiuto reciproco, appoggio, aiuto nelle difficoltà.
- Solidarietà è un sostantivo che deriva dalla parola francese "solidaire" ed ha come suo significato principale quello etico-sociologico.
- Sta ad indicare un atteggiamento di benevolenza e comprensione, ma soprattutto di sforzo attivo e gratuito, atto a venire incontro alle esigenze e ai disagi di qualcuno che ha bisogno di un aiuto.
- Si parla di "solidarietà sociale" in riferimento ad attività svolte dalle istituzioni (e/o dall'apposito ministero) per sollevare persone costrette ai margini della società a causa di problemi economici (disoccupati, sottostipendiati, pensionati etc.) o di altro genere (malati, invalidi, stranieri etc. . . .
- La solidarietà, quando viene esercitata durante il tempo libero dai singoli cittadini o da cittadini riuniti in associazioni no-profit, assume il nome di volontariato, attività civile regolata da leggi concernenti le ONLUS.
- Solidarietà-Condizione di chi è solidale con gli altri, sentimento di fratellanza, di vicendevole aiuto, esistente fra i membri di una collettività.
- È l'insieme di legami affettivi e morali che uniscono due o un gruppo di persone. Ovvero è l'amicizia o l'affetto che spinge ad aiutare, a dare un'appoggio durante le difficoltà.
- Aiutarsi a vicenda.
- Sentirsi partecipi dei problemi degli altri ed eventualmente portare loro aiuto.
- Essere vicino ed aiutare chi sta peggio di noi, sia economicamente che moralmente.
- Essere coesi, dare il meglio di se per gli ideali degli altri.
- La condizione in cui si mostra interesse per i bisogni altrui.

(stralcio di una memoria sul tema della solidarietà a cura di Monsignor Luigi Bettazzi-Vescovo di Ivrea)

... Io credo che la solidarietà debba consistere soprattutto nel dare sé stessi, ossia nel mettere sé stessi al servizio del prossimo. Penso al volontariato. Quanti giovani si occupano di volontariato? Io sono bolognese di nascita, e mi piaceva, spesso, richiamare alla mente la figura di un certo sacerdote, padre Marella, che era molto conosciuto a Bologna. Padre Marella, da giovane, a causa delle sue idee "avanzate", era stato un pò emarginato dalla Chiesa. Infine gli venne proibito di officiare i sacramenti. Decise, così, di mettersi a insegnare Filosofia, perché era un professore e un insegnante. Il giornalista Indro Montanelli è stato un suo alunno. Infine il Vescovo di Bologna gli permise nuovamente di amministrare i sacramenti, dicendo: "La terra lo mise al servizio dei giovani più poveri". Proprio per aiutare i giovani abbandonati delle periferie, sessanta, settant'anni fa erano sicuramente più abbandonati di quanto lo siano ora, decise di mettersi a fare l'accattone. Andava personalmente fuori dai teatri e dai cinema a chiedere l'elemosina. La mattina insegnava filosofia, la sera andava in giro con il suo cappello proprio per raccogliere i soldi mettendo sé stesso al servizio dei più poveri. Venne soprannominato il prete-accattone. Padre Marella venne persino a trovarmi in occasione della mia nomina a Vescovo di

Ivrea, 32 anni fa. Pensiamo ad una altra immagine, molto più famosa, di Calcutta: Madre Teresa, non dava soldi a nessuno, ma donava a tutti una ricchezza molto più grande: sé stessa. Quanti altre persone, uomini e donne, perfettamente sconosciuti al pubblico, si sono detti: "Veniamo anche noi, per mettere noi stessi al servizio di coloro che si trovano in situazioni di maggiore disagio". Nei Promessi Sposi di Manzoni, Renzo e Lucia, dopo tutte le loro peripezie: Don Abbondio, i bravi e la peste, alla fine si sposano, un pò come accade nei film americani, concludendo la loro vicenda con un "e vissero felici e contenti". In quel romanzo si legge pure di come il successore di Don Rodrigo decida ad un tratto di invitarli a pranzo al proprio castello, offrendo loro un ricco pranzo. C'è un piccolo particolare che Manzoni non trascura di descrivere. Il ricco successore di Don Rodrigo non si mise a mangiare con loro. Era certamente un personaggio positivo, ma non un eroe. La morale di questo aneddoto letterario è questa: è molto più facile dare qualche cosa agli altri che non mettere sé stessi allo stesso livello degli altri. La solidarietà non è un semplice atto di carità umana, ma passa attraverso il mettersi concretamente nei panni degli altri. Essa può consistere nell'aiutare gli altri per camminare insieme ad essi.



La F.I.A.S.P. nel 1988 ha istituito questo grande evento, con i fini, gli scopi, i sentimenti espressi da Monsignor Luigi Bettazzi, a noi Soci F.I.A.S.P. oggi il compito di essere nello spirito di "padre Marella".

Il Simbolo della 23ª Giornata Nazionale di Solidarietà F.I.A.S.P. 2010, è qui riprodotto, con gli stessi scopi e fini che persegue la Federazione in questi ultimi anni.



A.N.P.S.C.
Associazione Nazionale Promozione
Sportiva nelle Comunità



F.I.A.S.P.
Federazione Italiana Amatori Sport per Tutti

INSIEME PER: IN MARCIA PER LA VITA



Il progetto: In Marcia Per La Vita, era nella memoria dell'A.N.P.S.C. - Associazione Nazionale Promozione Sportiva nelle Comunità da vario tempo. Le anteprime di questo evento sono avvenute a Udine nel 2007 con la prima staffetta: Udine-Lignano e nel 2008 con la seconda staffetta: Udine-Pordenone-San Peter (Slovenia)-Lignano. In questi due eventi ha partecipato in qualità di "tedofo" il Presidente Nazionale F.I.A.S.P. Giuseppe Colantonio, la cui presenza è stata da stimolo per creare rapporti di stima e amicizia fra le due Associazioni: A.N.P.S.C. - F.I.A.S.P. Di seguito, altri incontri, a pianificare il progetto della staffetta Udine-Roma. La F.I.A.S.P. sul Calendario Nazionale 2009, annuncia ai suoi Soci, che parteciperà all'evento, collaborando con i suoi Comitati la dove la manifestazione transiterà offrendo i suoi preziosi servizi e personale adeguato al fine di agevolare l'Organizzazione nel migliore dei modi per la riuscita

dell'evento. Nel mese di febbraio e marzo 2009, a Mantova, si definiscono i piani di lavori. Con l'A.N.P.S.C. collaboreranno le Comunità Terapeutiche: Villa Maraini (RM), COOP-Gasparina e Associazione AGA (BG), COOP Bessimo (BS), Saman, Papa Giovanni XXIII, Associazione Juppiter, Exodus, Ceis "San Crispino" (VT), Ceis "Don Guerino Rota " di Spoleto, Sert Udine, Casa del Giovane PV) Comunità della Pieve, Villa Letizia, FIDAL (VT), Atletica Cologno Al Serio (BG), Renners Gubbio. Con la F.I.A.S.P. collaboreranno i Comitati di Udine, Pordenone, Padova, Vicenza, Verona, Bergamo, Milano, Pavia, Lodi, Mantova, Romagna, Terni. Su queste basi di lavoro, la manifestazione: "In Marcia Per La Vita" - Udine-Roma di 1320 km, si può ben dire che a marzo era già "iniziata" nella sua definitiva progettualità con partenza da Udine il 9 maggio con arrivo il 23 maggio a Roma, in quindici tappe.



CAMPIONI DI SOLIDARIETÀ

L'A.N.P.S.C. promuove l'attività sportiva non solo nella sua valenza ludico-agonistica, ma soprattutto come strumento promotore di aggregazione e di prevenzione primaria rispetto all'annoso problema del disagio giovanile tout court e più specificamente di ciò che riguarda l'abuso di sostanze psicoattive. L'A.N.P.S.C. dal 1995 si occupa della promozione ed organizzazione di eventi sportivi per tutti coloro che si trovano ad affrontare il difficile percorso di uscita dalla tossicodipendenza.

"IN MARCIA PER LA VITA – Campioni di Solidarietà" è stata una manifestazione promossa ed organizzata dall'ASSOCIAZIONE NAZIONALE di PROMOZIONE SPORTIVA nelle COMUNITÀ, con lo scopo di "testimoniare", l'impegno delle comunità e delle strutture che si occupano della cura alle tossicodipendenze. Il percorso svolto dai pazienti all'interno delle comunità, che ha l'obiettivo di migliorare la propria vita attraverso l'impegno e l'esercizio, è stato riproposto e "simboleggiato" con una marcia che ha attraversato gran parte dell'Italia. Una staffetta che si è posta la finalità di sensibilizzare l'opinione pubblica sui temi del disagio giovanile e del ricorso alle droghe ma anche di unire comunità e centri (pubblici e privati) che, tra mille difficoltà, sono impegnate nel recupero di tanti giovani.

"IN MARCIA PER LA VITA – Campioni di Solidarietà" è stata quindi principalmente una testimonianza sul cammino svolto da chi ha deciso di cambiar vita ed un invito a non stigmatizzare e ignorare i problemi legati alla tossicodipendenza. L'organizzazione della marcia con il meccanismo della staffetta ha voluto inoltre rinforzare la consapevolezza che il proprio cammino è interdipendente dal percorso di chi ci accompagna e

condivide con l'A.N.P.S.C. le medesime finalità.

La marcia, che ha visto il coinvolgimento sia nell'organizzazione che nello svolgimento, gli atleti della FIASP, ha preso il via da Udine l'8 maggio 2009 e si è concluso il 23 dello stesso mese a Roma. Centinaia di ragazzi e ragazze (pazienti, operatori, volontari etc.) correndo, di volta in volta, a piccoli gruppi, gli Atleti si sono dati il cambio lungo un percorso di oltre 1.320 km portando, nei Comuni attraversati, quella "testimonianza" di cui si è precedentemente scritto

Il Presidente
Dott. Claudio Ciampi



PRESENTAZIONE



Roma, venerdì 8 maggio 2009. La sala Protomoteca del Palazzo del Campidoglio a Roma, apre le sue porte per accogliere le rappresentanze degli atleti e dei coordinatori delle Comunità per la cura delle tossicodipendenze, delle Autorità civili e militari, e dei giornalisti per la conferenza stampa di presentazione della manifestazione "In Marcia per la vita – Campioni di solidarietà" organizzata da A.N.P.S.C. (Associazione Nazionale di Promozione Sportiva nelle Comunità) con la collaborazione della F.I.A.S.P., della Croce Rossa Italiana, e con il patrocinio di numerose Regioni, Province e Comuni che saranno attraversati dagli atleti partecipanti a questa staffetta, che partirà l'indomani da Udine per concludersi a Roma sabato 23 maggio dopo essersi cimentati in percorso di "testimonianza" lungo ben 1320 Km. Siamo veramente tanti e, quello che veramente affascina e stupisce è l'entusiasmo dei ragazzi che da domani si avvicenderanno sul percorso che da



Udine li porteranno a Roma passando il testimone di Comunità in Comunità. Apre la cerimonia di presentazione dell'evento il discorso del Presidente dell'A.N.P.S.C. Il Dottor Claudio Ciampi, seguono poi altri interventi fra i quali ricordo quello del Presidente della Fondazione Villa Maraini di Roma il Dottor Massimo Barra, quello toccante di Don Alberto Canuzzi ed infine quelli del Segretario Nazionale dell'A.N.P.S.C., Marco Angeleri e dell'addetto all'immagine e al marketing dell'Associazione Gianni Chimenti. Mi viene chiesto di intervenire, in rappresentanza della F.I.A.S.P., con un discorso di chiusura che concludo con gli auguri per il successo dell'impresa a tutti i ragazzi impegnati in questi 1320 km. di solidarietà ed un arrivederci a Roma il 23 maggio per l'ultima tappa da fare tutti insieme.

IN MARCIA PER LA VITA: Vissuta dai soci F.I.A.S.P. tra sport e solidarietà

UDINE di Gianni Leone

Ore 7:30 del 9 maggio, nel piazzale del SERT di Udine, ritrovo dei primi partecipanti alla Staffetta: "In Marcia per la vita", che unirà i Soci della FIASP a quelli dell'ANPSC in un percorso di 1320 km. Il compito di iniziare la "camminata" è toccato al G.M.Udinesi U.O.E.I., guidati dal "Pas President" assessore all'ecologia del comune di Udine: Lorenzo Croattini. Dopo le foto di rito, alle ore 8:00, Giuliano Riosa, Consigliere dell'ANPSC, abbassa la simbolica bandiera e l'evento ha inizio. Tutto procede bene, gli atleti dei gruppi: G.M.Udinesi, ASD Podismo Butrio, A.S.D.Dopolavoro Ferroviario Udine, A.S.D. Maratona Magnano, Libertas Udine, Gruppo Podistico Cividale D/F, Pro Loco Flabiano, Athletic Club Apicilla Latisana, G.S.Amis Di Vie Rome Gonars, sono presenti ai loro posti di cambio, i Vigili Urbani e la Protezione Civile, ci precedono e ci rendono tranquilli nella nostra corsa, uno dopo, l'altro si toccano i vari punti dove sono predisposti i cambi delle staffette: Pasian e Colloredo di Prato, Bressa, Basiliano, Villaorba, Beano, Cordero, Bivio Coscat, "chiesetta" di Valvasone, luogo dove avverrà il cambio con il C.P. di Pordenone. La "carovana" veniva preceduta da Umberto Brini, scortato dalla moglie Carla Picilli, con il compito di portare agli Atleti nelle varie "stazioni di cambio", le magliette allestite per l'occasione reclamizzanti l'itinerario Udine-Roma, oltre a questo distribuivano "poster e depliant" illustrativi dell'evento. Il percorso di 39 km è stato percorso da 35 soci FIASP, (Gerardo Villani li ha percorsi tutti), sostenuti da 20 loro amici al seguito di auto e camper. L'incontro con il Comitato di Pordenone e il passaggio del "testimone" ha avuto luogo presso la "chiesetta" di Valvasone ai piedi del Ponte sul Tagliamento. Per i marciatori del Friuli Venezia Giulia questo luogo è legato al ricordo di Severino Sillan scomparso alcuni anni fa, protagonista di tante marce FIASP che le concludeva con la sua caratteristica capriola il quale abitando a lato della Chiesetta, la accudiva con amore e devozione. Dopo il cambio delle "consegne", mentre i marciatori rientravano a Udine, ho seguito con Giuliano Riosa la staffetta sino alla sua conclusione in territorio di Pordenone.



PORDENONE di Piergiovanni Lucchitta

Gli Amici di Udine, coadiuvati da Gianni Leone e Umberto Brini, hanno passato il testimone a Renato Baradel (vice Presidente del Comitato di Pordenone) alle ore 12:00, presso il Ponte sul fiume Tagliamento. Per quanto riguarda il tratto di competenza del comitato di Pordenone si è snodato dal Fiume Tagliamento al Fiume Livenza che rappresentano rispettivamente i confini con le Province di Udine e di Treviso. Lungo il tracciato di circa 48 km si sono attraversati i Comuni di San Martino al Tagliamento, Arzene, Valvasone, Zoppola, Cordenons, Pordenone, Porcia, Fontanafredda e Sacile. I partecipanti, circa una ventina, fanno parte delle seguenti società FIASP e sono Gruppo Primavera, Podisti Cordenons, Polisportiva Odorico da Pordenone, Marciatori Purliliesi. la manifestazione è stata seguita e coadiuvata da Renato Baradel e da Oronzo Di Molfetta.





PADOVA

di Andrea Gusella

Questa mattina a Nervesa della Battaglia, a salutare la carovana della staffetta partita da Udine c'erano le autorità locali, con il rappresentante della Provincia di Treviso a consegnare il proprio gagliardetto ai nostri tedofori.

La leggera foschia che ha accompagnato la prima parte della staffetta ha reso particolarmente suggestivo il bellissimo percorso ondulato della gioiosa Marca Trevigiana.

Le autorità dei comuni di Trevigiano e Castelfranco, impegnate in attività istituzionali, hanno voluto testimoniare la loro presenza scortando con i mezzi della Polizia locale l'attraversamento dei loro comuni, consentendo, tra l'altro al gruppo di passare per la bellissima piazza Giorgione di Castelfranco.

A Salvarosa molta gente si è avvicinata ai camper dell'Organizzazione per chiederci maggiori dettagli sul significato della manifestazione ed esprimere apprezzamento per l'evento. A Cittadella, il gruppo dei Maratoneti Cittadellesi ha accolto la staffetta in centro città con un gradito rinfresco; in occasione della sosta, significativa la partecipazione della gente che, incuriosita dall'insolito movimento, ha chiesto informazioni e manifestato il proprio consenso per la sana iniziativa. Mentre la temperatura aumentava, il gruppo ha proseguito nell'attraversamento dei comuni di Fontaniva, Carmignano di Brenta e S. Pietro in Gù, per arrivare a Bolzano Vicentino e consegnare il testimone al Comitato FIASP di Vicenza, capeggiato dal suo Presidente Francesco Enea.

Ad accogliere i nostri il Vice Sindaco di Bolzano Vicentino, che ha consegnato al Gruppo una stampa a memoria dell'evento.

Un ringraziamento a quanti hanno contribuito in vario modo: Autorità e Gruppi Podistici locali, alla buona riuscita del compito affidato al Comitato FIASP di Padova.

Si desidera inoltre, ringraziare pubblicamente tutti i partecipanti alla staffetta i Gruppi: Casalseurgo, Vigodarzere, La Rondine, Liberi Podisti Anguillara, Foredil, Monselicensi, Cariparo, Pier Sport, Cittadelliesi, Albignasego, Tribano, Cus Padova, Carmignano di Brenta, Eà Tramonata, Turrusti AVIS AIDO, Noventana.

VICENZA

di Wilma Abriani

La manifestazione: "In Marcia per la Vita", staffetta: Udine-Roma, ha visto il coinvolgimento di undici Società con i loro Atleti e di Commissari Tecnici FIASP del Comitato di Vicenza, che si sono alternati lungo il tratto che portava la "staffetta" da S. Pietro in Gù (PD) a Soave di Verona.

Significativi i passaggi della staffetta nei centri abitati tra la curiosità e l'ammirazione di chi ha avuto l'occasione di applaudire e conoscere gli intenti della iniziativa.

Verso le ore 19:00, la staffetta giunge a Soave.

In questo antico e storico paese dove l'impronta degli "Scaligeri" è ancora visiva, gli Atleti e i Dirigenti del Comitato di Vicenza sono accolti dai Dirigenti del Comitato di Verona.

La marcia-staffetta ha visto il coinvolgimento non solo dei Soci FIASP ma anche di varie Amministrazioni locali della Provincia di Vicenza, che si sono dimostrati sensibili a questo progetto.

VERONA

di Fabio De Monte

Domenica 10 maggio, la staffetta "In Marcia per la Vita" faceva tappa a Soave di Verona. Organizzata e seguita impeccabilmente dal Comitato FIASP di Vicenza nel tratto di sua competenza, la staffetta giungeva nel territorio veronese verso le ore 18:30. Alle ore 19:00 precise la staffetta giungeva nella città murata di Soave davanti a Porta Verona. Ad accoglierla l'Assessore allo Sport in rappresentanza del Sindaco di Soave Lino Gambaretto, assieme a numerosi podisti dei Gruppi FIASP veronesi capeggiati da Gianluigi Pasetto segretario del Comitato Provinciale FIASP di Verona. Scambio di targhe e pubblicazioni tra le Autorità locali e Dirigenti della FIASP di altri Comitati che hanno seguito la staffetta, caratterizzando così questo primo incontro mentre gli Alpini di Soave hanno offerto un rinfresco presso la loro caratteristica Baita. Presente Giovanni Mazzi (nipote di Don Mazzi) responsabile coordinatore del Gruppo Exodus che nei giorni successivi andrà a gestirli anche Lui la staffetta nei territori di competenza. Lunedì 11 maggio alle ore 8:00 la staffetta ha ripreso il via da Soave accompagnata da podisti del G.P. AVIS Albaredo, del G.S.D. Valdalpone De Megni di Monteforte, del G.P. Garden Story di Caldiero e del G.M. Mondadori di Verona, attraversando il territorio veronese fino a Peschiera del Garda, qui ad attenderli per il cambio delle "consegne", Gruppi podistici bresciani.



BRESCIA

di Claudio Remo Martini

Il Gruppo Exodus, e vari Soci FIASP, hanno partecipato fattivamente a rendere attiva e visibile l'immagine della: "In marcia per la vita" percorrendo il tratto: Peschiera del Garda-Paitone. La staffetta lungo il tratto della riviera gardesana, è stata applaudita al suo passaggio da numerosi "turisti" e cittadini residenti, e così pure è stato dopo aver lasciato la riviera del Lago di Garda, in località "Lido di Lonato" al passaggio nei paesi di: Padenghe, Mocasina, Cavalgese della Riviera, Prevalle e giungere così a Paitone verso le ore 18:30. Il giorno successivo, il Gruppo Bessimo è ripartito alla volta di Romano di Lombardia (BG), transitando per importanti centri urbani, dove segni di stima da parte delle cittadinanze sono stati espressi la dove la staffetta aveva occasione di fermarsi per effettuare i cambi degli Atleti. Il Gruppo Bessimo è arrivato a Romano di Lombardia alle 15:30, dove ad attenderli vi erano gli Amici di Bergamo del Gruppo la Gasparina i quali hanno avuto in consegna il "camper" allestito allo scopo per l'iniziativa.



BERGAMO

di Claudio Remo Martini

Romano di Lombardia, Martinengo, Ghisalba, Urgnano, Zanica, Azzano San Paolo, Bergamo, Stezzano, Verdello, Arcene, Pontirolo Nuovo, sono i comuni della provincia di Bergamo dove il Gruppo la Gasparina e vari Soci FIASP hanno sensibilizzato con la sua presenza la Marcia per la vita. Alla manifestazione ha partecipato: Centro Servizi del Comitato FIASP di Bergamo, Gruppo Podistico Insieme con Amicizia di Zanica, Atletica Cologno Al Serio, Podistica S.Lorenzo di Bonate Sopra. Lungo il percorso la staffetta è stata accolta da diverse Amministrazioni comunali, segno questo di apprezzamento e di compiacimento per l'iniziativa che ha il fine di sensibilizzare che dal tunnel della droga si può uscire facendo sport.





MILANO

di Paolo Maria Carnevali

Milano, mercoledì 13 maggio 2009, nel tardo pomeriggio di una bella e assolata giornata di primavera incontro Natale Basile (Coordinatore e Responsabile tecnico della manifestazione insieme a Sig. Giuliano Riosa Vicepresidente A.N.P.S.C.) e i ragazzi della Cooperativa Gasparina e Associazione AGA di Bergamo al termine della tappa che li ha visti impegnati a percorrere gli 89 km che separano Cologno al Serio sede della Gasparina al Parco Lambro a Milano sede della Fondazione Exodus da dove, ricevuto il testimone, l'indomani partiranno i ragazzi di Don Mazzi.

PAVIA

Il 14 maggio 2009 abbiamo partecipato alla staffetta intitolata "In Marcia Per La Vita". E' stata una esperienza di vita anche se per noi ragazzi dell'Atletica Lomellina 2000 e penso anche per il Gruppo Podistico AVIS-AIDO Sannazzaro è stata una partecipazione sportiva. I ragazzi con cui ho fatto il pezzo di staffetta fanno parte della "Casa Del Giovane" di Pavia e ciò che mi ha più colpito è stata la conoscenza di un ragazzo. Questo ragazzo di 18 anni, non aveva più le sembianze di un "ragazzo" della sua età, ma come un adulto di 50 anni. Questo perché la droga ti consuma, ti rende debole, ti toglie la vita, e tutti coloro che sono stati capaci o aiutati ad uscire da questo vizio, hanno dimostrato di avere grande coraggio e forza di volontà. Almeno una quindicina di questi ragazzi si sono confrontati nella staffetta dimostrando una gran voglia di vivere. Alcuni di loro hanno chiesto quale sia la mia età (attualmente 14 anni) e secondo me rifletteranno molto prima di ricadere nella droga e rischiare di perdere la propria vita. Comunque ho visto nel loro sguardo ragazzi semplici, umili, ma deboli, ho augurato loro di uscire al più presto da quel tunnel ed affrontare i problemi di tutti i giovani (scuola, lavoro, compagnia e famiglia). Con me erano presenti i soci dei Gruppi: Garlaschese, Olimpia Trovo, AVIS-AIDO Sannazzaro, AVIS Vigevano, AVIS Pavia, Foto Garbi, che oltre a partecipare come atleti hanno fornito assistenza logistica lungo il percorso.

LODI

di Gabriele Ferrari

La marcia, che lungo il percorso ha la finalità di sensibilizzare l'opinione pubblica sui temi del disagio giovanile e del ricorso alla droga ma anche di unire comunità e centri (pubblici e privati) che tra mille difficoltà sono impegnate nel recupero di tanti giovani, ha visto il coinvolgimento del Comitato di Lodi, sia nell'organizzazione che nello svolgimento, è transitata nel Lodigiano il 15 maggio con la settima tappa da Belgioioso a Casalromano (Mantova) passando da Orio Litta, Ospedaletto, Casalpusterlengo, Codogno, Maleo, Pizzighettone, Acquanegra Cremonese, Cava Tigozzi, e Cremona. Il Comitato Provinciale FIASP di Lodi, presieduto da Mario Mai, era rappresentato da atleti del G.P.Casalese, Marciatori Lodigiani e G.P. Corno Giovine. Il coordinamento di questa giornata era affidato a Francesco Fiorani che ha egregiamente svolto l'incarico. A Casalpusterlengo è stato organizzato un incontro con il Vicesindaco Roberto Ferrari ed il rappresentante della comunità SAMAN, Dario Michisanti, che si sono scambiati magliette e consegnato la bandiera della Provincia di Lodi. Alle ore 19:00 la tappa si è conclusa a Casalromano accolta da Dirigenti del Comitato FIASP di Mantova.

MANTOVA

di Angelo Regattieri

Venerdì 15 maggio, Dirigenti del Comitato di Mantova, hanno atteso a Casalromano gli atleti della Marcia per la vita, provenienti da Cremona, coadiuvati da Dirigenti del Comitato di Lodi. Dopo aver depositato il camper presso una officina del luogo, l'arrivederci all'indomani per la tappa: Casalromano-Dragoncello.

Nel paese natale di Don Bartolomeo Grazioli, e dove passo la sua infanzia Don Enrico Tazzoli che si videro: Martiri di Belfiore, la marcia si è messa in moto alle ore 8:15 accompagnata da Dirigenti e personale del Comitato di Mantova, toccando i paesi di: Casalromano, Asola, Gazzoldo degli Ippoliti, Castellucchio, Curtatone, Borgoforte, Bagnolo San Vito, San Benedetto, Quingentole, Pieve di Coriano, Magnacavallo e Poggio Rusco.

Il Comitato F.I.A.S.P. di Mantova, ha dato sicurezza alla staffetta nella sua percorrenza segnalando adeguatamente i 108 km, fornendo assistenza tecnica e sportiva tramite i Soci dei Gruppi: La Vaca ad Main di Castiglione D/S, Buscoldo di Curtatone, Andes Mantova, Arci Goodwin Libiola, Mogliese, Avis di San Giovanni Dosso, Villa Poma di Villa Poma, i quali hanno assistito, accompagnato in lunghi tratti i tedofori.

La giornata si è conclusa alle ore 19:00 a Dragoncello con saluti, auguri, strette di mano.



FERRARA

di Claudio Remo Martini

Domenica 17 maggio la Staffetta partita da Dragoncello in provincia di Mantova ha proseguito il suo cammino nella provincia di Ferrara. Nella storica città degli "Estensi", il Gruppo Saman con i suoi Atleti e altri spontanei, sono arrivati nel cortile del Castello Estense verso mezzogiorno.

La cittadinanza ha partecipato all'evento applaudendo e condividendo gli intenti della iniziativa. Dopo la sosta, il cammino è ripreso alla volta della costa Adriatica, passando per i centri importanti come, Consandolo, Argenta, Alfonsine, Glorie.

RIMINI

di Aldo Canini

La staffetta In Marcia per la Vita è transitata in Romagna il 18 maggio. Il neo costituito Comitato Romagnolo, si è attivato al meglio quando ha saputo della iniziativa, ha trovato podisti e ciclisti disponibili a seguire gli Atleti in strada facenti parte del Gruppo Papa Giovanni XXIII offrendo un'ottima assistenza da Cesenatico a Morciano di Romagna per un totale di 45 km in una giornata estiva, dove il caldo si è fatto sentire.

Il Comitato per la collaborazione ringrazia i Gruppi: Atletica Cesenatico, U.S. Dismano, ARCUS Rimini, Riccione Corre.

Si può ben dire ancora una volta che i podisti interrogati su un problema sociale hanno risposto "presente".





GUBBIO

di Claudio Remo Martini

Martedì 19 maggio, la staffetta, è passata da Gubbio, con lo scopo di testimoniare l'impegno delle comunità, attraverso l'attività sportiva, che si occupano della cura delle tossicodipendenze. Il Comune di Gubbio, attraverso l'Associazione Sportiva: "Gubbio Runners", si è mobilitato per coprire parte del percorso assegnato. L'appello è stato rivolto a tutti i cittadini per partecipare a questo evento affiancati dagli Atleti della Gubbio Runners. La staffetta proveniente da Pontedazzo, è stata presa a Pontericcioli alle ore 17:30, ed è entrata in Gubbio per via Tifernate, nel centro storico da Porta Santa Lucia. Dopo una breve sosta, ha proseguito per via dei Consoli, piazza Grande, via XX Settembre, Via Dante, Corso Garibaldi, Via della Repubblica, Piazza 40 Martiri, Via Campo di Marte, Via Bruno Buozzi, Via Beniamino Ubaldi, Via Perugia. Gli Atleti hanno poi continuato il cammino fino all'incontro con un altro Gruppo di Podisti in località Belvedere.



TERNI

di Giuliano Fiorini

Il Comitato di Terni della FIASP ha aderito con entusiasmo alla iniziativa "In marcia per la vita" organizzata dall'Associazione Nazionale di Promozione Sportiva nelle Comunità (A.N.P.S.C.) con lo scopo di testimoniare l'impegno delle Comunità e delle strutture che si occupano delle cure dei tossicodipendenti. Forte l'impegno del Comitato di Terni che soprattutto attraverso il gruppo Amatori Podistica Terni ha partecipato con due distinte iniziative: martedì 19 maggio dalle ore 8:00 i podisti del Comitato hanno coperto il tratto "Saludecio-Pontedazzo" di km. 64, con partenza appunto da Saludecio e, attraverso le cittadine di Urbino, Acquafredda e Cagli si è concluso a Pontedazzo alle ore 15:40 circa. Giovedì 21 maggio un gran numero di podisti ternani ha scortato la staffetta da Stretture fino a Narni Scalo. La staffetta è partita alle ore 9:36 e ha raggiunto il centro di Terni - Palazzo Spada - alle ore 11:00. Alle ore 11:30 il drappello è stato ricevuto nella sala del Consiglio del Comune di Terni dall'Assessore allo Sport Giuseppe Bocolini. Nel corso della bella e suggestiva cerimonia l'Assessore ha avuto parole di grande merito per tutti i partecipanti ed ha sottolineato il grande valore educativo della sofferta iniziativa. L'incontro è terminato con lo scambio di presenti fra i componenti la staffetta e il Comune di Terni. Il drappello è quindi ripartito per la cittadina di Narni Scalo dove è giunto alle ore 13:00. Un allegro pranzo insieme ha suggellato questo improvvisato rapporto di amicizia che, seppur vissuto per un breve periodo, è stato veramente straordinario. Il gruppo Amatori Podistica Terni si è molto impegnato per rendere questo appuntamento un momento quanto mai educativo e per promuovere in tal modo stili di vita corretti fra i giovani che troppo spesso si lasciano andare a comportamenti lesivi della loro dignità e della propria salute.



VITERBO

di Claudio Martini

Il Gruppo CEIS San Crispino di Viterbo, ha accompagnato la staffetta nella sua città dopo averla avuta in consegna ad Amelia dal Comitato ternano. Per l'occasione, nella città di Viterbo, presso la Sala Consiliare della Provincia, si è tenuta una conferenza stampa per sensibilizzare l'iniziativa: In Marcia per la Vita. Alla conferenza stampa sono intervenuti i rappresentanti degli organi Istituzionali, e gli Enti Patrocinatori, le Associazioni Sportive coinvolte e le Comunità terapeutiche aderenti all'ANPSC. A livello locale l'iniziativa è stata promossa dal CEIS S Crispino, con il patrocinio della Provincia di Viterbo. La staffetta proveniente da Bagnaiola è entrata in Viterbo alle ore 19:30 punto di arrivo della 21ª tappa.

ROMA di Claudio Martini

Alle ore 8:00 di venerdì 22 maggio, da Viterbo, il Gruppo degli Atleti di Villa Maraini, si sono messi in moto per raggiungere la loro sede a Roma nel Centro di Villa Maraini passando per le località di: Caprarola, Poderotto, Gabbellotta, Sette Vene, Baccano, La Storta, Spizzichino, Giustiniana, Roma Tomba Nerone, Roma Flaminio, Roma Vittoria, Roma Prati, Roma Trastevere, Poma Portuense, per un totale di 91 km. Al loro arrivo, verso le ore 19:00, ad attenderli, tanti Amici.

VILLA MARAINI - CAMPIDOGGIO

Roma, sabato 23 maggio 2009. Sono le nove di mattina, accompagno il Presidente Giuseppe Colantonio all'interno del parco della Villa Maraini sede dell'A.N.P.S.C. e della Croce Rossa Italiana. Fervono i preparativi per la partenza dell'ultima tappa che, gli atleti delle Comunità, e i rappresentanti delle molte Associazioni impegnate. Tutti insieme percorreremo gli ultimi 10 km necessari per raggiungere la piazza del Campidoglio dove ci attendono le Autorità per festeggiare la conclusione di questa staffetta che ha visto nei 15 giorni necessari per completarla, centinaia di ragazzi e ragazze (pazienti, operatori, volontari, eccetera) darsi il cambio per questa meravigliosa catena di testimonianza promossa da questa manifestazione. A piccoli gruppi arrivano piano piano tutti, ci si saluta, si scambiano commenti e impressioni e qualche battuta sulle singole tappe. Ci si raduna per le foto di rito. Pochi minuti prima delle dieci si parte, scortati da staffette di motociclisti e auto della Polizia Locale che il Comune di Roma ha gentilmente messo a nostra disposizione per



scortare le quasi 200 persone che, prima camminando, poi correndo affrontano in una caldissima giornata, il percorso che costeggiando il Tevere e attraversando il centro di Roma ci porta fino alla Piazza del Campidoglio.



CAMPIDOGGIO "ULTIME EMOZIONI"

Ci accolgono in piazza la Banda dei Vigili Urbani di Roma, e gli sguardi attoniti di una folla di turisti sorpresi nel vedere tanti sportivi in maglietta e calzoncini, sudatissimi per il caldo, arrivare portando gli standard delle province, delle Comunità e delle Associazioni di appartenenza.

Dopo l'inno nazionale, il Presidente A.N.P.S.C. conclude con un appassionante discorso e si congratula con tutti i ragazzi che hanno contribuito al successo di quest'evento.

Ci trasferiamo per la seconda volta nella sala Protomoteca del Campidoglio per la premiazione dei partecipanti, delle Comunità e delle Associazioni - tra le quali anche F.I.A.S.P. -

dopo i saluti e gli interventi del nostro Presidente e quelli di rito delle autorità convenute, si dà spazio alle parole di chi i chilometri di questa staffetta li ha fatti davvero, ed ecco che questi giovani con le loro parole ci hanno trasmesso, con l'emozione nella voce, l'orgoglio, la soddisfazione e la felicità di aver contribuito e determinato il successo di questa manifestazione che, lo dico con il cuore, spero venga riproposta anche negli anni a venire perché vera testimonianza di come lo sport sia in grado di avvicinarci in un percorso di condivisione e di promozione alle finalità del vero "sport per tutti".



Alla realizzazione di "Insieme per: "In Marcia per la vita", hanno collaborato: Leone Gianni (UD), Piergiovanni Lucchitta (PN), Andrea Gusella (PD), Francesco Enea (VI), Fabio De Monte (VR), Eleonora Crepaldi (PV), Gabriele Ferrari (LO), Angelo Regattieri (MN), Aldo Canini (RI), Giuliano Fiorini (TR), Remo Martini (MN), Paolo Maria Carnevali.

abbonati a...

**48 o più
pagine
a colori**

SPORTINSIEME

LA RIVISTA DELLA F.I.A.S.P.



notizie f.i.a.s.p.
notizie ivv
i protagonisti f.i.a.s.p.
statistiche
camminare
la voce dei comitati
sodalizi f.i.a.s.p.
i soci f.i.a.s.p.
saranno sempre con noi
invito alla marcia
percorsi circolari
cronache di marce
calendario manifestazioni
attività sportive
pianeta donna
alimentazione
benessere
fuorisacco
progetti ambiziosi
chi scrive e chi risponde
cultura, storia, arte,
folclore, attualità, opinioni,



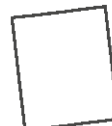
**Gruppi, Podisti... abbonatevi
e collaborate con
Sportinsieme,
farete grande la vostra
passione sportiva,
le vostre manifestazioni,
i vostri soci,
la cultura della vostra terra,
la Fiasp, che da oltre trenta
anni si interessa a tutelare
gli sport per tutti.**

SPEDIZIONE POSTALE

Versamento tramite bollettino postale:
C/C 14842462
Intestato a:
Federazione Italiana Amatori Sport per Tutti
Viale Veneto, 11/C
46100 MANTOVA

**ABBONAMENTO
2010**

48 o più pagine a colori
6 numeri a soli
€ 20,00



OLIMPIADI



In Inghilterra, nel 1988, il Presidium della IVV, ha deliberato l'organizzazione della prima Olimpiade degli sport popolari.

Scopo della iniziativa, ritrovarsi ogni due anni in Paesi diversi per fare le camminate e altre discipline sportive, nello spirito amatoriale.

L'organizzazione della Olimpiade viene gestita ed organizzata da una Federazione "membro" IVV, ogni 2 anni.

Poiché la Federazione Austriaca ha rifiutato l'organizzazione della prima edizione delle Olimpiadi, la stessa si è tenuta a Valkenburg in Olanda dall'otto al dieci di settembre 1989.

Dopo l'Olanda, le Olimpiadi si sono svolte a: Scomberg-Germania 1991, Ribeauville-Francia 1993, Athene Amaroussi-Grecia 1995, Viermaki-Finlandia 1997, Bibione-Italia 1999, Seefeld-Austria 2001, Genk-Belgio 2003, Pilsen-Repubblica Ceca 2005, Oteepaa-Estonia 2007, Yamanashi-Giappone 2009.

SPORT, TURISMO, CULTURA, SOCIALITÀ ALLA:

11th IVV OLYMPIAD



JAPAN 2009



Games Where Everyone Finishes a Winner
MAY 14-17 (Thu-Sun) FUJI FIVE LAKES. YAMANASHI.

L'undicesima edizione della Olimpiade IVV, si è svolta in Giappone, dal 14 al 17 maggio 2009, alla stessa hanno partecipato diversi Soci F.I.A.S.P., Renzo Danesi e Gabriele Ferrari documentano questa avventura nelle emozioni vissute.





Il racconto parte da alcuni cenni storici che servono per meglio calarci negli usi e costumi di un popolo a noi noto attraverso la storia e i media in genere. Per qualche giorno abbiamo vissuto il loro mondo nel quale è assai difficile trovare punti di contatto con il nostro quotidiano, per noi è un modulo di vita per certi aspetti inattuabile.



日本国

Giappone, detto anche Paese del Sol Levante, dal simbolo che appare nella sua bandiera, è uno stato insulare dell'Asia orientale. Il Giappone si estende sulla maggior parte dell'arcipelago giapponese, nell'Oceano Pacifico nord-occidentale, al largo delle coste della Cina e della Corea. Il territorio del Giappone è costituito da quattro isole principali: Hokkaidò, Honshù, Shikoku e Kyùshù, e da migliaia di isole minori; tra queste sono particolarmente importanti le isole Ryùkyù, che costituiscono la prefettura di Okimawa. Il Giappone odierno è ripartito in 47 suddivisioni amministrative che comprendono 43 prefetture o province (ken), le 2 prefetture urbane (fu) di Kyòto e Osaka, la provincia speciale (to) che comprende l'area metropolitana di Toyio, e lo Hokkaidò. Le 47 province sono raggruppate in 9 regioni: Hokkaido, Tòhoku, Kantò, Chùbu, Kinki, Chùgoku, Shikoku, Kyùshù, Isole Ryùkyù.

トキヨ



Tokio "capitale orientale", è situata nella regione del Kantò, la più vasta pianura del Giappone, sull'isola di Honshu e si affaccia sulla baia omonima nella quale sfociano tre fiumi: Tama, Edo-gawa e Sumida.

La capitale giapponese si estende fundamentalmente sulla pianura del Kanto, con una immensa distesa urbana che si addentra fino a inglobare una quantità di città e villaggi limitrofi, che si sono ormai saldati.

Viene considerata come una delle 47 prefetture del Giappone e comunemente indicata come capitale del Giappone, dato che il governo giapponese e l'imperatore del Giappone risiedono nel quartiere di Chiyoda. Con una popolazione superiore ai 12 milioni, pari al 10% degli abitanti del Giappone, è di gran lunga la

prefettura più popolosa e più densamente popolata. Secondo il rapporto urbanistico dell'ONU, è il più grande agglomerato urbano del mondo. Tokyo ha un PIL di 1200 miliardi di \$, il più alto tra le grandi metropoli mondiali.

Anche se Tokyo viene considerata come una delle maggiori città del mondo, per la legge giapponese è considerata una "metropoli" piuttosto che una città, e sotto molti aspetti simile alle altre prefetture giapponesi. Consiste di 23 quartieri speciali che comprendono quella che in precedenza era la Città di Tokyo suddivisa ora in municipalità che si autogovernano.

I confini di Tokyo si estendono fino alle Isole Ogasawara nell'Oceano Pacifico, distanti fino a 1.000 km.

フジ



Monte Fuji, con la sua cima innevata per 10 mesi all'anno, è uno dei simboli del Giappone, ed i giapponesi lo considerano sacro al punto da ritenere doveroso almeno un pellegrinaggio sulle sue pendici nella vita. Si trova al confine tra le prefetture di Shizuoka e Yamanaishi, vicino alla costa sull'Oceano Pacifico dell'isola di Honshu, a circa 20 km dalla baia di Suruga e a 113 km da Tokyo, da dove è visibile quando il cielo è limpido. Alle sue pendici sorgono le tre cittadine di Gotemba ad Est, Fuji-Yoshida a Nord e Fujinomiya a Sud-Est. È circondato da cinque laghi: il Lago Kawaguchi, il Lago Yamanaka, il Lago Sai, il Lago Motosu ed il Lago Shoji.

Dalle loro rive, come da quelle del vicino Lago Ashi, si può godere di splendide viste del monte. L'area del vulcano è inclusa nel territorio del Parco Nazionale di Fuji-Hakone-Izu. Il Monte Fuji, anche noto come Fujiyama, è un vulcano alto 3.776 m ed è la montagna più alta del Giappone.

La sua forma è conica e mano a mano che aumenta l'altitudine, aumenta anche la ripidità. La vetta è piatta, con un cratere profondo 200 m e del diametro di circa mezzo chilometro, coronato da otto piccole creste. Presso la cima sgorgano due sorgenti considerate sacre, la Kinmei-Sun e la Ginmei-Sun



Mascotte delle olimpiadi

Premesso questo, raccontare queste Olimpiadi IVV di per se è facile ma allo stesso tempo difficile se non si riesce a trasmettere al lettore le avventure, le sensazioni, i momenti forti di socializzazione con l'universo podistico mondiale che una manifestazione di questa portata ti propone, essa ti sa coinvolge a tal punto che ti fa essere un tutt'uno con una realtà che per qualche giorno è anche la nostra.

Chi ha partecipato e ha vissuto in modo intenso questi tre giorni ha potuto toccare con mano il tipo di approccio ad una "camminata" che viene proposta da Organizzatori che sanno mettere in cantiere nell'arco dell'anno raduni da 50.000 podisti ed oltre: è tale la distanza che avvertiamo che dovrebbe farci riflettere parecchio.



La partenza

Dalla Finlandia ad oggi, passando per Bibione, abbiamo partecipato a tutte le edizioni olimpiche con esperienze diverse tra loro con realtà economiche assai differenti, eppure tutti questi appuntamenti hanno arricchito il nostro bagaglio podistico-culturale in modo costante.



L'arrivo a Tokio

La parte organizzativa è sempre assai complicata, questa per diversi aspetti era la più impegnativa che abbiamo affrontato per il periodo di permanenza più lun-

go e alcune problematiche hanno fatto sì che la vigilia fosse maggiormente carica di tensione e di aspettative in quanto l'amalgama di gruppo pone sempre qualche punto interrogativo.



Kannon Temple

Le prime difficoltà le abbiamo incontrate non appena giunti all'Aeroporto di Tokio con il problema legato all'influenza che ci accompagnerà per tutto il tour, la difficoltà a comunicare con le famiglie e infine per aver perso alcuni podisti d'oltralpe che si erano avventurati a far spese.



Palazzo Imperiale

La gestualità e qualche parola di inglese hanno sostituito efficacemente le difficoltà di comunicazione che erano la nostra principale preoccupazione. Con la delegazione tedesca siamo giunti in albergo verso l'ora di pranzo, subito un cambio veloce e poi con la guida abbiamo visitato il Kannon-Temple, della Nakamise Shopping Arcade, del Palazzo Imperiale e della Tokyo Tower.



Tokio Tower, "la torre più alta"

Verso sera, non appena sono state disponibili le camere in albergo ci siamo gettati sotto una doccia tonificante

e poi nella Tokio di notte abbiamo scovato il ristorante di cucina italiana che ha rifocillato tutti riportando nella compagnia una serena allegria.



Tokio di notte

Il secondo giorno di visita la città di Tokio ci ha proposto la visione di una metropoli con tutta la sua immensa grandezza e con le proprie contraddizioni, un centro megalattico e una periferia abbandonata a se stessa come se fossimo in un altro pianeta.



Via di Tokio

La guida che ci ha seguito durante tutta la parte culturale ci ha fornito quelle nozioni base che ci hanno fatto capire in modo assai sintetico le cose essenziali per un tour limitato nel tempo. Ci è stata illustrata la loro giornata lavorativa assai impegnativa, sempre di corsa cor; il telefonino a portata di mano e su e giù da treni super veloci e da taxi in modo frenetico.



Tokio - città

Il panorama visivo dalla torre più alta della Città non è stato dei migliori poiché il clima era di tipo autunnale.



Tokio nello smog

Abbiamo spaziato tra grattacieli, viadotti sovrapposti, cimiteri disseminati nei vari quartieri e santuari buddisti in una "Marcia guidata per Tokyo".

Ci siamo infine avvicinati al loro mondo alimentare assai dietetico in quanto il programma prevedeva ogni giorno la visita ad un ristorante tipico, qualcuno un pò diffidente non sempre ha gradito.

Il mattino seguente la comitiva si è trasferita a Kawaguchi-ko Area, base logistica e organizzativa delle Olimpiadi mentre i delegati IVV: Dott.sa Farina Soraya, Renzo Danesi e Gabriele Ferrari hanno partecipato all'Assemblea annuale dell'IVV con l'approvazione della relazione morale, dei bilanci e delle varie mozioni presentate dalle nazioni presenti.



Assemblea IVV

Al termine abbiamo potuto apprezzare la presentazione del programma per le prossime Olimpiadi in Turchia. E' giunta l'ora: alle ore 14:00 è in programma la prima marcia che naturalmente i nostri podisti hanno gradito ma che ha creato qualche ritardo nella loro presenza all'inizio della sfilata inaugurale.



Sfilata delegazione Fiasp



Apertura Olimpiadi

Grazie alla Signora Giuseppina, graziosa collaboratrice per tutta la trasferta, abbiamo risolto il tutto e con gli Amici di Padova abbiamo formato una discreta delegazione. Diversi Podisti si sono alternati nel portare con fierezza la nostra bandiera fino allo stadio dove si è tenuta la cerimonia ufficiale.

Al di là dell'aspetto coreografico della manifestazione di apertura molto ben curata la quale aveva come filo conduttore la cultura e la tradizione orientale, riservandoci con piacere anche musiche di Vivaldi, era il clima di festa che accomunava tutte le varie delegazioni con le loro bandiere e con la voglia di socializzare, di abbracciarsi nel rivedere vecchi Amici.



Apertura Olimpiadi

Sulle tute variopinte erano in bella vista gli stemmi delle gesta sportive realizzate girando il mondo, il tutto dava un colpo d'occhio imponente creando un connubio ideale con la regia di tutta la cerimonia. La nostra interprete Soraya ci traduceva gli interventi degli oratori per renderci parte attiva della serata.



Foto accensione tripode

L'accensione della fiaccola olimpica e la proclamazione dell'apertura delle attività sportive ha dato il via ufficiale alla tre giorni giapponese. Il buon Gabriele Ferrari, ha svolto un notevole lavoro quale fotografo nell'immortalare i momenti più significativi che potremo avere a ricordo della nostra trasferta.



Apertura Olimpiadi

Il venerdì è stato dedicato alle varie discipline, diversi si sono cimentati nella maratona, chi sul percorso riservato ai ciclisti e chi invece ha approfittato per una puntatina in piscina, la giornata è trascorsa molto serenamente.



Partecipazione ai giochi

A tal proposito Gabriele Ferrari racconta così i "giochi" alla sua prima Olimpiade IVV: "...la mia prima maratona senza cronometro, c'è qualcosa di strano intorno a me, non c'è il fuggi-fuggi delle competitive ma una calma solenne, cammino per i primi 4-5 km, in mezzo al lungo serpentone che si avvia verso i boschi che costeggiano il Monte Fuji. Qualche persona con diversi anni più di me mi sorpassa, donne comprese, e la cosa non mi piace, si vede che il camminare a me non si addice. Corro lentamente alternando la corsa alla marcia, e provo una sottile soddisfazione, correre, camminare e guardare ciò che mi circonda. Intorno al 30° km finisco la benzina, apro la riserva ma la "macchina" sbuffa e fa fatica ad avanzare, raschio tutto il serbatoio e arrivo con un metro di lingua fuori, timbro e mi butto sul prato stanco, distrutto ma felice di aver fatto questa nuova esperienza. Il giorno seguente, piove e con altri compagni mi cimento nella bicicletta, per fortuna smette di piovere appena iniziamo a pedalare e il giro dei 35 km diventa una piacevole passeggiata, salite a parte. Tutto è filato liscio come l'olio e devo dare atto alla Federazione Giapponese di un'efficienza superiore alla media. Se devo trovare una nota negativa in questa parte sportiva è quella di aver visto quasi tutti i par-

tecipanti di una certa età, i giovani erano pochissimi, quasi inesistenti e questo è un problema serio per tutte le Federazioni mondiali”.



Delegazioni IVV

Gli impegni istituzionali del Presidente Colantonio, che alloggiava con la delegazione IVV, erano tali che non gli hanno permesso di trascorrere con la delegazione italiana molto tempo se non nei pochi appuntamenti ufficiali.

Il sabato ci siamo recati sul lago di Yamanaka dove era funzionante una struttura del tutto simile a quella base di Kawagauchi-ko dove il venerdì mattina si è tenuta la seconda cerimonia di apertura simile a quella del giovedì sera. Praticamente abbiamo le Olimpiadi nelle Olimpiadi con percorsi simili nella distanza ma con un paesaggio assai diverso e con condizioni atmosferiche autunnali.



Sede giochi

Solo una Federazione con risorse umane tali poteva organizzare perfettamente due Olimpiadi in contemporanea, è una delle tante novità positive che abbiamo trovato con notevole soddisfazione da parte di coloro che erano presenti e hanno vissuto per intero il programma olimpico, possiamo tranquillamente affermare di aver assistito alla manifestazione meglio organizzata negli ultimi anni, dopo Bibione naturalmente, scusate il campanilismo.

La domenica mattina, dopo che i podisti hanno completato il loro programma abbiamo partecipato alla cerimonia di chiusura con il passaggio delle consegne ai rappresentanti della Turchia che saranno gli organizzatori delle Olimpiadi 2011.



Ammaina bandiera

L'ammaina bandiera è un momento suggestivo di ricordi e di nostalgia perché in un attimo svanisce un impegno a cui hai dedicato molto del tuo tempo, vorresti abbracciare tutti, vorresti non separarti da questi Amici, ti rimane un loro ricordo lo scambio di una maglietta, una foto e la promessa di rivederci tutti fra due anni.



Ammaina bandiera

Dopo il rompete le righe si è scatenata la caccia alla bandiera da chiudere nella valigia quale miglior cimelio e per raccontare con fierezza le nostre gesta sportive agli Amici che in questa circostanza non ci hanno seguito. Il lunedì mattina si dà inizio alla seconda settimana dedicata alla parte culturale del viaggio e facciamo da subito conoscenza con le mitiche ferrovie giapponesi e con la loro proverbiale puntualità, peccato che se non sei velocissimo a salire e scendere ti lasciano sul posto.



I treni del Giappone

Il programma prevede la visita alla città di Himeji per la «fortezza del cigno bianco» (Patrimonio Mondiale

dell'UNESCO). Verso sera raggiungiamo Hiroshima. Il martedì è in programma la visita alla città di Hiroshima al Museo della Pace e passeggiata attraverso il Peace Memorial Park.



Fortezza del Cigno bianco

La visita al Museo della bomba atomica meriterebbe un ricordo assai più ampio, ognuno di noi ha toccato con mano gli orrori della guerra e le sofferenze che ancora oggi quelle popolazioni devono sopportare. Il pomeriggio in traghetto si raggiunge l'isola di Miyajima, con le torri nell'acqua e la visita al Santuario Itsukushima.



Hiroshima, Memorial Park

Il mercoledì si riparte e durante la giornata visitiamo Nara, il centro di tutta la cultura Giapponese. La passeggiata-camminata organizzata attraverso il Nara Park, ci ha permesso di visitare il parco spettacolare dove vivono in assoluta libertà circa 1000 daini e «Dai-butsu-den», dove è situata la più grande statua bronzea del mondo di Budha nel tempio ligneo Todaji, con la visita al tempio Kasuga Taisha, di ispirazione scintoista (viene rimodernato o ricostruito ogni 20 anni).



Il grande Budha

Dopo aver raggiunto Kyoto abbiamo potuto ammirare l'antica capitale imperiale giapponese. Visitando i più belli e più grandi giardini Zen della città. Tra i tanti templi che abbiamo visitato, il tempio Ryoanji, con il suo giardino Karesansui (giardino secco): una composizione di 15 massi di roccia che sembrano inseriti in un mare di sabbia.

Successivamente si è visitato il tempio Kinkakuji, il celeberrimo Padiglione d'Oro, capolavoro di armonia e infine il Nijo Palais de Tokugawa-Shogunats. Il giorno successivo abbiamo visitato: il tempio di Ginkakuji, passeggiato sulla «via dei filosofi» verso il tempio Heian, il vecchio quartiere Gion e ammirato dalla terrazza del tempio Kiyomizu il panorama della città.



Tempio Ryoanji

Come tutte le cose belle hanno un inizio e una fine, raccogliamo armi e bagagli per riprendere la via di casa. Ci aspettano molte ore di volo, la cosa più pesante di tutta la trasferta, ma tutto questo non ci crea nessun problema, abbiamo vissuto insieme per diversi giorni in ottima armonia, non ci ha per niente scalfito il confronto con altre realtà perchè il nostro spirito aveva come finalità di portare l'Italia, la nostra italianità, la nostra allegria, il nostro modo rumoroso per farsi notare e sicuramente ci siamo riusciti.



Tempio d'oro

Abbiamo anche impartito a qualche "podista d'oltralpe" qualche nozione come il rispetto e il comportamento che va tenuto quando si vive in comunità. Noi italiani siamo spesso additati per i nostri comportamenti a volte esuberanti ma la scarsa educazione e la prepotenza stanno ovunque nel mondo.



Ogni trasferta ha tutto un suo fascino con delle caratteristiche legate al territorio, alla cultura e alle tradizioni. Chi ha partecipato ha vissuto un'esperienza unica e porterà con sé un bellissimo ricordo avendo goduto con intensità tutti gli eventi con lo spirito di adattamento consci che non eravamo impegnati nella classica marcia domenicale ma ad un evento di straordinaria importanza. Il nostro prossimo appuntamento è per la 12ª edizione delle Olimpiadi che si terranno dal 20 al 23 ottobre 2011 in Turchia. Il programma di massima è già stato definito come la dislocazione alberghiera, la parte culturale sarà assai interessante vista la località e i luoghi di importanza storica che andremo a visitare. "Arrivederci ad Antalya 2011"

*Gabriele Ferrari
Renzo Danesi*

Informazioni ed iscrizioni per l'Olimpiade di Antalya-Turchia, presso Renzo Danesi - tel.035.351326.



20 - 23 October 2011

ANTALYA

ALANYA - GAZİPAŞA - İBRADI - KEMER - KUMLUCA





PERCORSO CIRCOLARE LOGRATO "FRA CASCINE E FONTANILI"

LUNGHEZZA: 7- 14 - 21 Km



PREMESSA

Il tracciato di seguito descritto è stato fortemente voluto dal Gruppo Ambiente e dal Gruppo Duathlon di Lograto per valorizzare gli aspetti ambientali del territorio del Comune di Lograto, non dimenticando anche gli aspetti culturali, sportivi e ricreativi. I Gruppi di volontari si sono occupati dello studio, progettazione e risistemazione dei percorsi, tracciando tre percorsi di diversa lunghezza evidenziati con colori diversi. I primi 7 km sono contrassegnati da cartelli segnaletici di colore verde, 14 km di colore blu e 21 km dal colore arancio, per ciascuno è segnalato il singolo chilometraggio.



"TRA CASCINE E FONTANILI"

DESCRIZIONE

La partenza dei tre percorsi è adiacente al parcheggio del Centro Sportivo Comunale (zona mercato) in via Aldo Moro con possibilità di ristoro al Bar del centro sportivo. Nel **primo tracciato**, partendo da via Aldo Moro si prosegue in via Vallabbio, superata la risorgiva Galinetta, si segue una vecchia strada dal fondo risistemato con ai lati, a destra una piantumazione di gelsi e al lato opposto di platani. Prima di arrivare alla cascina Prandona si incrocia un vecchio sentiero, che gli organizzatori hanno voluto ripristinare, che corre per 800 metri parallelo alla risorgiva Ariazolo ed ha lo scopo di unire Lograto e Pievedizio nel pieno territorio rurale. Dopo aver percorso il sentiero per 150 metri, svoltando a sinistra e passando su una piccola passatoia in metallo, si passa sul retro della cascina Prandona e si incrocia una strada sterrata che porta a Pievedizio. In questo punto, proseguendo a sinistra e dopo aver superato il ponte, che permette di attraversare la risorgiva Molina Bassa, si passa davanti alla cascina Villa Emma per arrivare poi alla cascina Pozzo. Mantenendo la sinistra, si percorre il sentiero che passa sul retro della cascina Prandonina e si arriva zigzagando alla cascina S. Antonio e Lame per poi arrivare, dopo circa un chilometro, nell'abitato di Lograto. Il **secondo tracciato** di 14 km si snoda inizialmente a sud del paese, confinando nel territorio di Maclodio. Il percorso inizia uscendo dal centro abitato in zona depuratore, dopo un sentiero sterrato si attraversa la risorgiva Calina bassa su di

un ponte di legno per poi spostarsi su di un tratto di percorso che costeggia una seconda risorgiva Biscia dove è possibile osservare la nidificazione di garzette (piccoli aironi cenerini). Dopo il passaggio a fianco della cascina Mulino Carera, ci si immette in un percorso fra campi coltivati a mais e meloni. Proseguendo si ritorna sul tracciato iniziale che lambisce il paese, inserendosi sul percorso già descritto dei 7 km, e percorrendo il tracciato ci si immette su una strada che esce dalla cascina Ludovica e proseguendo arriva alla cascina Valabino costeggiando il vaso Bellettina per poi sbucare (inserendosi in una pista ciclabile) sulla SP21 che porta a Pievedizio. Superata la chiesa di Pievedizio, svoltando a sinistra, ci si immette su una strada sterrata che riporta nel territorio di Lograto. Il **terzo**

tracciato lungo 21 km, si interseca con i primi due tracciati fino all'uscita di Pievedizio in direzione Pontegatello di Azzano Mella, prima di arrivare a questa frazione, si gira a sinistra nel punto dove si incrocia il vaso Pola. Proseguendo per il sentiero che corre contrario allo scorrimento dell'acqua del vaso Pola si arriva ad incrociare la SP 19, una volta attraversata (attraversamento pericoloso per strada d'intenso traffico), si gira a sinistra e si lambisce la cascina Fiorita, proseguendo fino ad arrivare nella frazione di Navate di Lograto. Superata quest'ultima ci si immette nuovamente sui due percorsi precedenti (all'altezza della cascina Pozzo) per poi arrivare al punto di partenza in prossimità del Centro Sportivo Comunale. Buona passeggiata





GRUPPO PODISTI LOGRATO

Il Gruppo Podisti Lograto ufficialmente nasce nella primavera del 1993 dall'iniziativa di due persone, Sbaraini Giamby e Casotti Vittorio, con entusiasmo e passione per il podismo amatoriale, riescono a coinvolgere persone di vari paesi limitrofi a partecipare ogni domenica a correre con grande spirito sportivo, L'amicizia e il clima familiare che aleggia nel nostro gruppo lo fa risultare fra i più uniti nelle manifestazioni amatoriali affiliati alla FIASP nella nostra provincia, amanti della natura e con un pizzico di sana rivalità riusciamo anche con alcuni nostri coraggiosi e temerari atleti a partecipare a varia maratone nazionali ed estere, cito solo alcune fatte con tempi di percorrenza di tutto rispetto... (L'Ultra Maratona del Passatore, Roma, Reggio Emilia, Carpi, Firenze, Torino, Padova, Venezia, Montecarlo, Londra e la mitica Montefortiana) ed alcune manifestazioni impegnative in montagna. La passione porta il nostro gruppo, composto di circa 30 persone di varie età, a partecipare la domenica mattina alle manifestazioni podistiche competitive e non della Provincia Bresciana, un'occasione per incontrarsi dandoci l'opportunità "mangiando" l'asfalto di onorare lo sport ed i suoi sani principi. Il nostro Presidente (Sbaraini Giamby) con il suo esempio d'incredibile coraggio e costanza, (70 anni!) riesce a stimolare tutti donandoci sempre i giusti valori



sportivi. Correre è nella natura dell'uomo, coraggio, spirito di sacrificio e amicizia sono alla base del nostro sodalizio e più ore passiamo all'aria aperta insieme, più riusciamo a trovare le giuste misure del vivere regalandoci una gran forza interiore. Consultando il nostro sito Internet è possibile verificare tutte le nostre imprese, il sito, a mio avviso, è fra i più belli e curati nel circuito podistico... (www.podistilograto.it) Ogni Anno, affiliato al

Calendario Provinciale Fiasp, il nostro gruppo organizza, nella prima settimana del mese di giugno, la propria gara podistica serale, con la partecipazione di 300 atleti, ormai siamo arrivati alla 16ª edizione, il percorso si snoda nella nostra campagna della bassa bresciana, fra bonifiche intatte e fontanili del verde circostante. E' chi ci ferma più... andalè andalè come dice sempre Speedy Gonzales...

I NOSTRI ISCRITTI (in ordine di età)

Sbaraini Giovanni
Casotti Vittorio
Costa Osvaldo
Gnutti Enrico
Zammarchi Flavio
Ferrari Gianfranco

Entratici Ermanno
Colpani Luigi
Mangiavini Francesco
Pizzini Giuseppe
Urbano Giuseppe
Medeghini Alessandra

Stucchi Patrizio
Tosi Piergiorgio
Alberti Alberto
Merlo Giulio
Somenza Ivan
Ravelli Mauro

Tusi Sergio
Sbaraini Amabile
Cucchi Fabio
Rossi Alberto

DOMENICA 24 GENNAIO 2010 a Verdello (BG)

26ª TRI PASS INTUREN A ERDEL

di Km. 7 - 12 - 18

Partenza ore 7.30 / 9.00

Informazioni e iscrizioni: Locatelli Riccado - Tel. 333 8708570 / 035 872142 sede



PUBBLICA ASSISTENZA CROCE AZZURRA

"ALMENNO SAN SALVATORE (BG)"

"La nostra storia"

La Pubblica Assistenza Croce Azzurra nasce nel 1986 grazie ad un piccolo gruppo di persone che decidono di dar vita ad un'associazione di volontariato sociale e sanitario sul territorio; il gruppo era motivato dalla volontà di fornire un servizio sino ad ora mancante. Fu redatto uno statuto ed un regolamento interno che venne successivamente rivisto ed aggiornato per le nuove normative. L'associazione opera nelle aree dell'assistenza socio-sanitaria, del trasporto e soccorso a malati, feriti e persone in stato di bisogno, della protezione civile, della cultura e formazione e della prevenzione socio-sanitaria. Nel 1987, grazie ad uno dei soci fondatori che acquista un mezzo, la Pubblica Assistenza Croce Azzurra inizia a svolgere i primi servizi sanitari di soccorso. Nel 1990 ha luogo il gemellaggio con la Croce Bianca di Rio Maggiore(SP) Nel 1992 l'associazione viene iscritta al registro del volontariato e viene stipulata la convenzione con il 118 dalle ore 8:00 alle ore 20:00. Attualmente l'Associazione può contare sull'impegno di circa 180 soci volontari che quotidianamente impiegano il loro tempo libero

nello svolgimento delle numerose attività dell'associazione e sul lavoro di un dipendente assunto nel 2004. Sempre nel corso di quell'anno è stato approvato il progetto per il servizio di volontariato civile; in questo modo l'associazione usufruisce anche del lavoro di ragazze e ragazzi che ci aiutano nei servizi. Nel 2008 viene assunta un'impiegata per far fronte alle molteplici richieste burocratiche e aderiamo al progetto dell'associazione di boy-scout AGESCI "adolescenti nel mondo del volontariato" con l'obiettivo di sensibilizzare e avvicinare i giovani alla nostra realtà. Oltre ai soci volontari un gruppo di sostenitori, con il versamento della quota annuale, contribuisce ad affrontare le spese dell'associazione. Altri contributi vengono dati dagli sponsor. Ogni anno l'Associazione svolge più di 5000 servizi di diverso tipo, che possono essere suddivisi in: Emergenza-Urgenza 118, dimissioni e trasferimenti da ospedali, trasporto dializzati e disabili, assistenza a manifestazioni sportive e non, protezione civile, trasferimenti con il Centro Mobile di Rianimazione. Questi servizi vengono

svolti grazie ai mezzi che compongono il parco macchine dell'Associazione: 5 ambulanze, 1 pulmino, 2 doblò, 1 fuoristrada abilitato al soccorso sanitario per la Protezione Civile. Oltre alla già citata convenzione con il 118 per l'emergenza-urgenza, l'Associazione ha firmato convenzioni con la ASL di Bergamo per il trasporto dei dializzati, con l'ospedale Bolognini di Seriate per trasporti vari e con il 118, tramite il Comitato Provinciale per aderire all'UTES (Unità Tecnologica Emergenza Sanitaria). Tre/quattro volte all'anno, per quindici giorni si trova in sede il carrello UTES che, una volta montato, diventa una tenda-ospedale da campo in caso di maxi emergenza. Durante questi quindici giorni alcuni soci volontari si rendono reperibili 24 ore su 24, pronti a partire in caso di chiamata. Aprile 2009 l'Associazione parte per dare il proprio aiuto ai terremotati dell'Abbruzzo. Tutto questo grazie alla buona volontà e alla voglia di fare di tutti i nostri soci volontari. La Pubblica Assistenza Croce Azzurra, il 31 gennaio 2010 organizza la sua manifestazione giunta alla diciassettesima edizione.



P.A. CROCE AZZURRA
VIA CARLO ALBERTO DALLA CHIESA, 5
24031 ALMENNO SAN SALVATORE (BG)
 Tel. 035 641837 - Fax 035 642172 - E-mail croceazzurra.aimenno@virgilio.it



PODISTI LONGARE (VI)

Nel 1982 un gruppo di amici amanti delle marce non competitive ed uniti tra loro da una grande amicizia pensarono di organizzare una marcia paesana e da quell'idea nacque anche il Gruppo Podisti di Longare in provincia di Vicenza con il primo presidente che fu Gianfranco Mordegan ed in quell'anno nacque anche la 1ª Marcia dei tre Paesi e conseguentemente l'adesione alla F.I.A.S.P. di Vicenza. All'inizio organizzare la marcia dei tre Paesi era una cosa abbastanza difficoltosa, sia per la poca esperienza in campo preparatorio, sia per le poche persone aderenti al gruppo, oltretutto dopo tre anni venne a mancare il presidente e sembrava che il gruppo dovesse sciogliersi, ma pure tra tante difficoltà e con il costante impegno di questi amici si superarono i momenti tragici e si riprese a navigare in questa bellissima avventura che è il podismo. Dal 1985 sotto la guida dell'attuale storico e onnipresente presidente e podista Bonetto Sergio, con sempre maggior entusiasmo il Gruppo Podisti di Longare riprese il loro cammino nel partecipare a tutte le marce provinciali di Vicenza ed ultimamente anche a parec-

chie marce fuori provincia. Attualmente organizza anche la propria manifestazione: "Marcia dei tre paesi", giunta alla ventisettesima edizione che si effettua ogni anno all'ultima domenica di agosto. Il Gruppo

Podisti Longare ha sede in Via Brigata Cadore 37 a Longare (VI), è composto da una trentina di persone che partecipano alle attività del Comitato Provinciale FIASP di Vicenza.



G.S. VTV ABBIATEGRASSO

La nostra storia dal 1972 ad oggi

DI GIROLAMO CANNIZZARO



Il Gruppo Podistico VTV è nato nel 1972 da un gruppo di amici podisti, che condividevano la passione per la corsa e si ritrovavano la domenica mattina al bar Bik di via Novara 1, ad Abbiategrasso per andare a correre insieme. Il bar Bik diventa

successivamente la sede sociale del gruppo. Tra i fondatori c'era Borlotti Eugenio che è stato presidente del VTV per tanti anni, Melles Angelo, il segretario storico ed altre persone come Scarioni Pergiorgio, Testori Francesco che sono tuttora in attività. Ancora oggi il bar Bik è il punto ritrovo e di partenza, la domenica mattina, per andare tutti insieme a correre presso la località dove si svolge la manifestazione podistica. Oggi il gruppo VTV si è rinnovato e ingrandito, c'è un nuovo presidente carismatico e un rinnovato gruppo dirigente innovativo e dinamico; ma lo spirito di amicizia e la passione per la corsa c'è sempre lo stesso di trenta anni fa. Il gruppo VTV si compone oggi di una cinquantina di persone tra atlete e atleti. Abbiamo allargato il nostro raggio d'azione, fino oltre i confini nazionali. I nostri atleti partecipano a grandi maratone podistiche all'estero siamo andati a Monaco, New York, Londra, Parigi ed altre ancora. Abbiamo partecipato a grandi maratone italiane, come Venezia, Roma, Firenze, Milano, Torino e molte altre ancora. Ma la cosa più bella è che siamo un gruppo, "Il gruppo VTV". E ci ritroviamo, adesso come allora tutti i venerdì, sera nella sede del gruppo, a riparlare dei fatti della domenica prima e delle previsioni della domenica che verrà. Il gruppo organizza ogni anno la marcia podistica Corri con l'Hospice di Abbiategrasso, a cui l'utile viene devoluto.



IL GRUPPO MARCIATORI VALDILLASI E LA CORRILLASI



Nella ormai lontana estate del 2004 un gruppo di amici, appassionati della corsa non competitiva e abituali frequentatori delle marce organizzate nella provincia di Verona, decise di costituirsi in un'associazione denominata: Marciatori Corrillasi, scopo principale essere un punto di riferimento e di aggregazione per tutti coloro che in modo autonomo e autogestito praticavano l'attività motoria nel territorio della Valle, promuovendo l'interesse di tutte le fasce sociali per l'attività fisica, lo sport, le bellezze naturali, storiche ed artistiche del territorio. Il Gruppo Marciatori affiliato alla F.I.A.S.P., inizialmente era composto da una trentina di persone che partecipava in compagnia alle varie manifestazioni podistiche organizzate ogni domenica nella provincia di Verona; poi, nel corso degli anni, con la forza e l'impegno di questi appassionati il Gruppo Marciatori è cresciuto, coinvolgendo e aggregando più di novanta persone. Poco tempo dopo la costituzione, con il patrocinio del Comune e l'aiuto di alcune Associazioni, il Gruppo Marciatori ha deciso di organizzare per sabato 24 settembre 2005, la sua prima marcia non competitiva, denominandola: **"Corrillasi-Quattro passi tra i vigneti e gli olivi della Val d'Illasi**. Con questa manifestazione si voleva far conoscere le bellezze del territorio alle persone provenienti da tutta la provincia e promuovere nel contempo i luoghi e i prodotti più importanti della Valle. Sono stati inizialmente predisposti due itinerari, di 6 e di 13 chilometri con percorsi che si snodavano tra i luoghi più suggestivi di Illasi e di Cellore, partendo da Piazza della Libertà e toccando, tra le altre, le località di Giara (Chiesa S. Anna), S. Giustina (chiesa

romantica), Val Nogara, Sorcè, la piazza di Cellore, S. Felice, il crinale del Castello, Monte Tenda e rientrando infine ad Illasi. Con la collaborazione di alcune aziende agricole e agrituristiche, sui percorsi sono stati predisposti numerosi ristori dove i podisti potevano degustare i prodotti tipici della zona. Nei siti storici-architettonici più significativi sono stati predisposti dei cartelli su cui erano riassunte alcune note di spiegazione relative a tali luoghi. La manifestazione ha visto la partecipazione di molti marciatori provenienti da tutta la provincia di Verona e, grazie alla bellezza dei percorsi, ai premi di partecipazione, ai numerosi e abbondanti ristori, al Pasta Party finale, e non ultimo grazie alla splendida giornata di sole, la marcia ha riscosso un grandissimo successo tra i partecipanti. Con l'occasione è stato organizzato un sondaggio per raccogliere i pareri dei marciatori, sondaggio che ha evidenziato un grande apprezzamento per l'ospitalità dimostrata, un altissimo grado di soddisfazione per tutti gli aspetti della manifestazione, da quelli organizzativi a quelli podistici, e una volontà pressoché unanime di ritornare per la successiva edizione. Insomma, sembra proprio che si sia partiti con il piede giusto per organizzare una manifestazione di successo, che avrebbe dato grandi soddisfazioni e avrebbe permesso, già dalla successiva edizione, di incrementare in modo significativo il numero dei partecipanti. Durante gli anni successivi è stato infatti un continuo crescendo di consensi e di partecipazione; i percorsi sono stati portati a 3, sono state organizzate manifestazioni collaterali, gare agonistiche e, nel 2008 è stato anche inaugurato il Percorso Cir-

colare Permanente, omologato F.I.A.S.P. dal Comitato Provinciale di Verona, che coincide in gran parte con i 3 percorsi della Corrillasi e che sta già riscuotendo un grandissimo favore da parte della molta gente che arriva dalla provincia di Verona, dalle province vicine ed anche dall'estero. Dopo i successi ottenuti, le grosse soddisfazioni ed il consenso raccolto in occasione delle passate edizioni, il Gruppo Marciatori Valdillasi è arrivato ad organizzare la 5ª edizione della "Corrillasi-Quattro passi tra i vigneti e gli olivi della Val d'Illasi" che ha visto la partecipazione di oltre 5.000 partecipanti. I percorsi sono stati quelli già largamente apprezzati nelle scorse edizioni per il fascino dei luoghi. Il Gruppo Marciatori ha aperto le porte del paese ai tanti podisti che il 22 marzo 2009 sono arrivati ad Illasi, promuovendo e valorizzando le bellezze naturali, storiche ed artistiche di questa terra, mettendole a disposizione degli amanti dello sport, della natura e del vivere sano, attraverso la raffinata ed accogliente ospitalità degli Illasiani che è stata uno dei punti di forza della manifestazione. Illasi vi aspetta ora numerosi alla 6ª edizione che si terrà domenica 14 marzo 2010. Il Gruppo Marciatori vuole dare un caloroso benvenuto a tutti gli appassionati che accoglieranno il nostro invito e che ci onoreranno della loro presenza, assicurando che saremo a loro completa disposizione e che useremo tutto il nostro impegno affinché possano trascorrere una giornata indimenticabile, rientrando a casa felici di essere stati ad Illasi e con la voglia di ritornarci anche il prossimo anno.



GRUPPO PODISTICO STRONESE

"Storia e attività"

Dopo anni di militanza in FIDAL come singoli, nel 1981 ci avvicinammo alla FIASP partecipando ad una 30 km. ad Oleggio in provincia di Novara. Fummo subito incuriositi dal fatto che al termine della camminata i partecipanti si facevano apporre dei timbri su delle apposite tessere. Chiedere spiegazioni e acquistare subito alcune tessere fu un tutt'uno. Iniziavamo a girare l'Italia come "fiaspini" e fu in queste camminata che i marciatori sentendoci parlare tra di noi in dialetto piemontese incominciarono a chiederci da dove arrivavamo. "Siamo di Strona, siamo Biellesi" la nostra risposta. Con gli anni i nostri nuovi "amici", ci chiesero di organizzare nelle nostre zone una marcia F.I.A.S.P., in modo di poter far loro visitare il territorio Biellese. In quel periodo a Strona nelle sale dell'oratorio parrocchiale trasmetteva una piccola radio locale che diffondeva nell'etere musica, qualche notiziario e soprattutto la SS Messa della Domenica per coloro che anziani o ammalati non erano in grado di recarsi di persona in Chiesa. Contattammo il responsabile di questa radio e con un gruppetto di podisti fondammo il Gruppo Podistico Radio Vallestrona, ci affiliammo alla F.I.A.S.P. e riuscimmo ad organizzare a febbraio del 1987 la 1^a Maratona delle Prealpi Biellesi. L'anno successivo, a Chivasso (TO) in una riunione con i 5 gruppi F.I.A.S.P. piemontesi e presente l'allora Presidente Nazionale Luciano Parolin fu formato il Comitato Interprovinciale F.I.A.S.P. Torino. Fu proprio il presidente nazionale a suggerirci che per farci conoscere meglio in Italia e all'estero avremmo dovuto organizzare una 100 km. F.I.A.S.P. non competitiva e che ogni anno avrebbe

dovuto essere itinerante per il Piemonte. Nacque così la 1^a Marciapiemonte km. 100 da Strona Biellese (BI) a Foglizzo (TO), era il giugno del 1988. Partecipanti 88 e organizzatori 200. Gli anni successivi ci furono la Foglizzo/Chivasso e la Chivasso/Chivasso sempre con un centinaio di partecipanti compresi i marciatori stranieri. Come quasi sempre accade in questi casi, la piena cooperazione tra i Gruppi venne ben presto a mancare in quanto non vi era più la volontà di proseguire la collaborazione organizzativa, per cui in una riunione allargata ai tre Gruppi rimasti si decise di abbandonare definitivamente l'organizzazione della "Marciapiemonte". Durante il ritorno a casa al termine di quella riunione ripensammo a quanto sacrificio di tempo e denaro ci era costata l'organizzazione di quelle edizioni e decidemmo come Gruppo Podistico Radio Vallestrona di assumerci la responsabilità di proseguire da soli. Radunammo famigliari e amici volontari e con 45 addetti (destinati a ristori e ad altre incombenze) portammo avanti l'organizzazione di una marcia che venne a quel punto denominata Marciapiemonte dei Santuari Biellesi di km. 21-35-54-65-100.. Nel corso degli anni, chiusa per motivi economici la Radio Valle Strona, il Gruppo è stato rinominato Gruppo Podistico Stronese, un piccolo gruppo dove siamo in pochi e a conduzione familiare. Oggi siamo arrivati alla 21^a edizione della Marciapiemonte e alla 21^a edizione della Maratona delle Prealpi Biellesi. Dopo qualche anno, dietro il suggerimento di alcuni marciatori per i quali la km 100 diventava troppo pesante da portare a termine fu inserita in contemporanea alla manifestazione classica

una "Due giorni di km. 100". Essa comprendeva una sosta al Santuario di Oropa durante la notte intorno al cinquantesimo chilometro, in modo di poter ripartire freschi e riposati il giorno successivo. Nel 2001 infine, il Gruppo ritenne valida la formula denominata AUDAX con guida e fu così che vennero abbandonate le due versioni di marcia classiche per passare in via definitiva ad una marcia di 25-50-75-100 km dove i marciatori camminano tutti insieme guidati da uno o più "capitani" di strada. Questo tipo di marcia è quello che più ci permette (visto il sempre più esiguo numero di persone presenti nell'organizzazione) di seguire al meglio i marciatori. I partecipanti totali, sono mediamente una trentina. Essi scelgono il chilometraggio che più si addice alle loro capacità e successivamente viaggiando alla velocità di 5/6 chilometri/ora dietro al capitano di strada, affrontano gli splendidi scenari del nostro territorio, costantemente seguiti da personale pronto al loro ristoro e ad ogni tipo di richiesta per tutte le 20 ore necessarie per portare a termine la 100 km. I marciatori che solitamente portano a termine l'intero percorso sono circa una quindicina. Si parte il sabato alle ore 16, si cena tutti insieme intorno alle 20:30 e al termine della manifestazione la domenica si mangia un buon pranzo. Questa formula a mio parere aiuta a fare gruppo, a sostenersi e incitarsi l'un l'altro nei momenti di affaticamento sportivo che sempre ci sono in una camminata di lunga durata e aiuta nei rapporti personali a conoscere bene colui che per 20 ore ti cammina accanto, sia che il marciatore sia Italiano che Straniero.



STAFFETTA DELLA SOLIDARIETÀ E DELL'AMICIZIA "PAGLIARE-LOURDES"



"Un'esperienza indimenticabile di 1600 km vissuta con intensità, promossa dal Gruppo Podistico Spinetoli e Pagliare"



È stato un progetto unico che ha visto, nella sua prima edizione, grande entusiasmo e coinvolgimento di tutta la cittadinanza che ha unito i vari territori in una esperienza tutta nuova.

Il progetto non è stato solo una grande prova sportiva, ma ha avuto anche una valenza spirituale, legata alla devozione alla Madonna di Lourdes ed al significato del pellegrinaggio verso il Santuario.

Nel podismo inoltre gli Organizzatori hanno visto il simbolo del sacrificio, e nello sport, il custode dei principi di fratellanza e di universalità.

L'iniziativa ha avuto il pregio di coinvolgere e mobilitare importanti movimenti, Onlus ed associazioni dei due paesi, idealmente legati dal passaggio del testimone, realizzato per l'occasione dal Gruppo di "Artisti Pegaso".

La cerimonia di apertura della staffetta è iniziata il 2 agosto 2009, il saluto delle autorità, la presentazione dei partner e degli sponsor tecnici.

L'iniziativa è stata benedetta dal Vescovo Mons. Silvano Montevecchi nel corso della Festa della Madonna Addolorata di Pagliare del Tronto alla presenza di oltre 500 fedeli il quale ha benedetto due pergamene realizzate dal Gruppo "Artisti

Pegaso", il "testimone" della staffetta che le conterrà per tutta la percorrenza dei 1600 km. Ha pure benedetto un centinaio di statuine: immagine della madonna, destinate ai componenti della carovana ad uso sociale, e da donare ai loro parenti e amici una volta giunti a Lourdes; ha poi concluso la funzione religiosa esaltando il "grande spirito di sacrificio" che alla fine "rafforza dentro" per chi cammina verso una "meta spirituale" e che dà senso all'itinerario che si compie.

Alla funzione, erano presenti tutti i membri della carovana protagonisti dell'evento, una cinquantina di Soci F.I.A.S.P. .

La carovana era composta da volontari al seguito, due vespisti, sei biciclette, due pulmini per il trasporto degli Atleti e del materiale vario, una ambulanza, nove camper e un pulman per il trasporto dei familiari dei partecipanti.

La staffetta sul Territorio Nazionale ha avuto il supporto della Polizia Stradale.

Otto le tappe previste con ripartenze nei luoghi di arrivo: Assisi, Lastra a Signa, Levanto, Cipressa, Bormes Les Mimosas, Saint Martin De Crau, Narbonne, Lorges. Ogni tappa è stata di 180 chilometri,

percorsa a turno da quindici podisti il cui compito è stato di portare il "testimone" per 12 km.

La staffetta in Italia è transitata in quattro regioni: Marche, Umbria, Toscana, Liguria, in Francia: 4 Dipartimenti, toccando oltre 232 comuni fra Italiani e Francesi.

L'evento omologato F.I.A.S.P., si è attivato ufficialmente il 7 agosto, alle ore 07:30 precise da Pagliare del Tronto in Spinetoli di Ascoli Piceno, da Piazza Marini davanti alla sede dell'AVIS alla presenza di molte Autorità istituzionali, associative, militari e religiose che hanno voluto così onorare la partenza dei 53 Soci F.I.A.S.P. - partecipanti alla carovana tecnica.

Emozioni, ospitalità, dalla partenza all'arrivo

Lungo i 1600 km, in varie amministrazioni, la staffetta è stata accolta con grande senso civico e di ospitalità, riservando alla stessa le massime attenzioni offrendo collaborazione ed elargendo doni a ricordo dell'evento.

Fra queste attenzioni sono da ricordare le Amministrazioni di: Ascoli Piceno, Trevi, Assisi, Magione, Bagno di Ripoli, Lastra Signa, Levanto, Cipressa, San Remo,





Bormes les Mimosas, Saint Martini de Crau, Arles, Narbonne, Le Mans D'Azil, Lourdes.

Da parte dei componenti della staffetta grandi sono state le emozioni vissute, nell'essere ricevuti dai Sindaci con la fascia tricolore, essere accompagnati da varie Polizie Municipali, vedersi accompagnati da podisti occasionali che hanno condiviso nella corsa le finalità della missione, essere partecipi di convivi impostati sulla reciproca conoscenza e fonte di amicizia, essere partecipi a Viareggio di un pensiero nel luogo ferroviario dove è avvenuta l'esplosione delle cisterne di gas che ha ucciso molte persone, vedersi applauditi al loro passaggio dai cittadini, sentirsi in terra francese assistiti e ospitati in piazze e luoghi di grande rilevanza storica e culturale.

A tale proposito, la Staffetta è stata accolta anche a Saint Martin De Crau da una delegazione della Federazione Francese aderente alla IVV: FFSP, con sede a Melhouse Cedex, rappresentata dal Signor Gérard Galeano responsabile del Comitato Dipartimento Alpes-Maritimes. L'arrivo della staffetta a Lourdes è avvenuta alle 17:20, accolta da oltre 65 persone arrivate dall'Italia col pulman o con l'aereo. Era presente, il Sindaco di Pagliare e così pure il sacerdote cappellano della grotta di Lourdes, don Basilio Marchei, da lì tutti insieme, a mo di processione, sono entrati in 113 persone nella zona sacra e fino alla grotta della Madonna dove sono

state consegnate le due pergamene estratte dal "testimone", anch'esse bagnate dal sacrificio dei 1600 km: in quel momento il pianto di emozione e di commozione ha fatto da padrone. Si può sicuramente dire che la riuscita dell'evento è stata al di sopra delle aspettative e tutto ha funzionato per il meglio, ovviamente con lo spirito del sacrificio e dell'attenzione che ognuno dei partecipanti ha messo in atto e, sicuramente, passare 8 giorni in mezzo alla strada è una esperienza veramente grande. Ad ognuno di loro questa "avventura" ha lasciato un segno nel loro cuore che possono testimoniare alla grande.



Gruppo Podistico - PEDEMONTANA
Zinasco Nuovo (Pavia) - c/o Bar Roxy - Via Pollini, 115
Tel. 0382.915118 - <http://digilander.libero.it/gppedemontana>

VI PROPONE

5 APRILE 2010 (Lunedì di Pasqua)

36^a CAMINADA MADUNINA

DAL TARDUBI... A LA RISULINA

di Km 7 - 13 - 17 - 22 - 26 - 33 - 45

(27^a ULTRAMARATHON DELLA LOMELLINA)

Partenza ore 7.00 con possibilità di partire fino alle ore 9.00

Inoltre dalle ore 9 al ristoro finale a tutti i partecipanti
"RISOTTO ALLA PEDEMONTANA"
e VINO A GOGO

AD UN RISTORO DEI
PERCORSI DI KM. 26 - 33 - 45
TORTE CASALINGHE

MIGLIOR MARCIA ITALIANA 1984



PERCORSI CIRCOLARI
dal 12-18-23
PERMANENTI
PEDEMONTANA

ZINASCO...
IL TERDOPPIO
...E LA
RISSOLINA

Il Circolare è stato aperto il 1° settembre 1994
I percorsi sono aperti tutti i giorni (lunedì fino alle ore 12) e sono segnalati con frecce giallo/viola
iscrizioni: Bar Roxy dalle 7 alle 12 e dalle 13 alle 18 (lunedì non festivo dalle 7 alle 12)
Ai partecipanti del Circolare vengono consegnati:
• ogni 5 presenze una bottiglia di vino; • ogni 100 presenze targa personalizzata
Contributo di partecipazione Euro 1,50 per tutti i percorsi

I percorsi delle manifestazioni si sviluppano attorno al torrente Terdoppio e sono immersi nella suggestiva campagna Lomellina dove la flora e la fauna vivono e crescono in un habitat naturale, creando angoli di struggente bellezza.



CAMINADA AVISINA 19 luglio 2009 San Giovanni del Dosso (MN)

Da 18 anni il Gruppo Podistico AVIS San Giovanni del Dosso organizza la "Camminata Avisina" proposta quest'anno su tre percorsi di km. 4-7-13. Ed ecco che domenica 19 Luglio il responsabile Luigi Ghiraldi, affiancato da un buon gruppo di aiutanti, volontari, soci, nell'organizzare la camminata ha visto arrivare con grande soddisfazione quasi 900 podisti da tutte le province limitrofe, che per la cronaca menzioniamo: Verona, Modena, Reggio Emilia, Mantova, Rovigo, coordinati in 46 Gruppi molti dei quali affiliati FIASP. Ottimi i servizi offerti sui percorsi, di cui in buona parte sviluppati lungo le campagne adiacenti al paese, non si sono rilevati particolari problemi data anche la temperatura abbastanza mite, aiutando in tal modo i podisti a sopportare lo sforzo fisico del momento. Alle ore 10:15, con la presenza del Sindaco Galeotti Nandino, dal Dirigente FIASP Gementi Umberto e dai Dirigenti del Gruppo Podistico, dopo i saluti e convenevoli di rito, sono iniziate le premiazioni delle società partecipanti, dove al primo posto si è classificato il G.P. di Finale Emilia, secondo classificato il G.P. Porto di Legnago, terzo il G.P. AVIS di Suzzara. La "festa" è terminata verso mezzogiorno, presso il fornitissimo ristoro finale, dove i complimenti agli organizzatori non si sono lesinati da parte dei convenuti all'evento.

Angelo Regattieri

UN RESPIRO NEL VERDE OLTRESARCA 30 agosto 2009 Bolognaro d'Arco (TN)

— Grazie all'impegno dei volontari del «Comitato Addolorata», fondato nel 2000 da un gruppo di abitanti della frazione arcense, presieduta dall'instancabile



Gianni Bertamini, è stato possibile organizzare la 2ª edizione «Un respiro nel verde Oltresarca». Una manifestazione podistica non competitiva a passo libero di km 3 e 9, in solidarietà con la «Lega Italiana Fibrosi Cistica» del Comitato di Trento. Malattia ereditaria cronica, denominata anche mucoviscidiosi, identificata nel 1989 sul braccio lungo del cromosoma 7. Un'anomalia genetica, più frequente nella popolazione caucasica che colpisce un neonato ogni 2500 nati vivi. Malattia che coinvolge numerosi organi e apparati: quello respiratorio, dalle prime vie aeree al tessuto polmonare, il pancreas nella produzione di enzimi, il fegato, l'intestino e l'apparato riproduttivo soprattutto nei maschi. Per debellare questa malattia, fondamentale è la costante ricerca scientifica e i finanziamenti pubblici e privati. Per questo motivo, grazie alla sensibilità dei volontari di Bolognaro d'Arco è promossa questa corsa. Un vero e proprio respiro nel verde della natura dell'Alto Garda Trentino, per far comprendere agli atleti (ben 178 i partecipanti), la fortuna di poter respirare a pieni polmoni. Senza quelle gravi limitazioni che la fibrosi cistica provoca, quando colpisce alcuni bambini in tenerissima età.

Roberto Franceschini

37ª MARCIA DEL PO 30 agosto 2009 Borgoforte (MN)

Borgoforte, ore 8.30, 650 podisti si sono presentati nel piccolo centro rivierasco, rinfrancati da una temperatura al di sotto della media stagionale, 19 gradi centigradi, ideali per percorrere uno dei tre percorsi di km. 6-12-20, proposti dal G.P. AVIS di Borgoforte in occasione della Marcia del Po giunta quest'anno alla edizione. Peccato che un temporale notturno arrivato inopportuno per gli organizzatori, ma salutare per gli agricoltori, che da oltre quattro mesi non godevano di un goccio d'acqua per la campagna, abbia un tantino inficiato la perfetta organizzazione di Ugolino e company, con alcuni tratti di percorso fangoso lungo la golena del Po, mettendo in crisi alcuni podisti ostici a questi tipi di percorsi. Secondo la tradizione della manifestazione, anche quest'anno non sono mancati i ceci che gli organizzatori da oltre 35 anni offrono ai podisti dopo la camminata mattutina. Alle ore 10,00 Ugolino coadiuvato dalla Presidente AVIS neo eletta Sig.ra Graziella Torelli, e alla presenza dei referenti F.I.A.S.P. provinciali, hanno dato inizio alle premiazioni, iniziando con dei riconoscimenti speciali dedicati a personaggi di spicco del podismo mantovano e oltre. Per il 2009, due sono stati gli Oscar del Podismo

aggiudicati, il primo è andato ad un podista extra muros, over 78, campione italiano master Antonino Caponetto di Villafranca, il secondo è andato a Soffianti Aldo, podista verace mantovano, conosciuto nell'ambiente podistico come dirigente del G.P. Buscoldo e Vice Presidente del Comitato F.I.A.S.P. di Mantova, altri riconoscimenti sono andati inoltre al podista locale più anziano, l'onnipresente Alfio Acerbi, anch'egli sempre presente ad ogni manifestazione provinciale. Dei 25 gruppi partecipanti giunti per l'occasione da tutte le province limitrofe, il G.P. AVIS Suzzara è risultato il più numeroso seguito dal G.P. Miglioranza (VR) e dalla podistica Riese, seguono a scalare come presenze l'AVIS Novellara, Casone Noceto (PR), Podisti Mirandolesi (MO), G.S.Finale Emilia, G.P. Grazie, Asd. Luzzarese.

Gianni Bianchera

NA CORSETTA IN CAMPAGNAMAGRA 5 settembre 2009 Vigasio (VR)

Grande affluenza di podisti e semplici camminatori alla 16ª edizione della marcia "Na corsetta in Campagnamagra", svoltasi sabato 5 settembre 2009 a Vigasio, loc. Campagnamagra presso il Santuario di Maria Bambina, organizzata dal Gruppo Podistico Olimpia Club di Vigasio (VR). La marcia oltre all'omologazione Fiasp, è approvata dall'Unione Marciatori Veronesi e presenta due percorsi di 7 o 12 km. tutto immerso nel verde della campagna vigasiana, tra antiche ville venete e risorgive di acqua pulita, tra le risaie del Vialone Nano veronese e tra lo scorrere tranquillo del Fiume Tartaro e dei suoi affluenti. Il riconoscimento individuale consisteva in 1 bottiglia di vino della Valpantena e una confezione di arachidi, oltre ad una porzione di farina gialla per polenta. Uno splendido pomeriggio di sole, accompagnato da un fresco venticello ha accompagnato



I podisti lungo i percorsi, ottimamente segnalati oltre che da frecce e cartelli con i nomi delle località attraversate, anche da numerose persone nei punti più critici. Il ristoro principale era situato in una villa del settecento Villa Giusti ora Farina detta La Zambonina (vedi foto) dove un gruppetto di gentili signore offrivano bevande e cibi solidi agli accaldati marciatori. Dopo la deviazione chi proseguiva per i 12 km, poteva ammirare l'altra corte padronale detta il Baldon e le numerose risaie del vialone nano veronese, che qui è coltivato. Passato il secondo ristoro in località Livelloni, nome popolare dato alle rapide formate dal fiume Tartaro, i marciatori percorrevano il tracciato reso agibile per l'occasione dal Consorzio Agro Veronese. L'arrivo era allietato da un grandioso ristoro dove il gruppo organizzatore offriva dolci fatti in casa, uova sode, frutta e bevande varie. La marcia era in concomitanza con la pluri centenaria Sagra della Natività di Maria e, per chi voleva passare una completa serata, c'era l'occasione per cenare e anche per fare qualche giro di giostra e di ballo. Oltre 1600 i marciatori che hanno preso parte alla manifestazione, 48 i gruppi presenti, tutti premiati con ottimi riconoscimenti, provenienti oltre che da Verona e Mantova, anche dalle provincie di Aosta, Trento, Bergamo, Vicenza, Venezia, Modena e Parma. Ha partecipato un gruppo estero proveniente dalla Germania. Che dire, un bel pomeriggio di sport passato in allegria, con gente ospitale e che sicuramente ricambierà la visita ai gruppi intervenuti.

Fabio De Monte

CAMMINATA DELLA SALUTE

**5 settembre 2009
S. Vittoria (RE)**

Una buona parte dei gruppi FIASP di Mantovani hanno partecipato domenica 6 settembre alla 26^a Camminata della Salute a Santa Vittoria

in provincia di Reggio Emilia, manifestazione non competitiva e competitiva di km 6-12-22, che per la cronaca la maratonina competitiva è stata vinta dall'olimpionico Baldini in scioltezza su uno stuolo di circa 500 concorrenti che hanno voluto cimentarsi contro il tempo. Molti altri podisti, formati da ragazzini, donne, anziani hanno preferito partecipare alla "camminata" in modo classico e senza nessun affanno solo per fare una a zione ludico motoria, con la solita spensieratezza che contraddistingue il podista domenicale. Perfetta l'organizzazione di Serafino Lasagni, Presidente del Gruppo Sportivo Santa Vittoria, che coadiuvato dai colleghi hanno predisposto percorsi e ristori di ottima caratura organizzativa. Un plauso ai gruppi mantovani presenti, da menzionare il G.P. Arci Goodwin, il G.S. Buttarelli Cesole, il G.P. Buscoldo, l'AVIS Suzzara, il G.P. Mogliese, il G.S. Andes. Nel porgere merito a questi podisti, giunti dalla provincia di Mantova, vò segnalato che una buona parte di essi hanno affrontato il percorso competitivo ottenendo ottimi piazzamenti, i restanti hanno passeggiato nei dintorni il piccolo paese ammirando il grande "palazzo" e il paesaggio che in questo momento è assai ricco di colori pre-autunnali.

Claudio Martini

23° TROFEO AVIS NOVELLARA 13 settembre 2009 Novellara (RE)

La città di Novellara, pur sembrando un piccolo borgo rurale della bassa padana, ha una storia lunga e singolare. Indubbiamente, si può affermare che l'evento che ha fatto storia a Novellara è l'acquisizione del territorio da parte di un esponente del ramo cadetto della famiglia Gonzaga, dai signori di Reggio, scesi nella bassa reggiana verso il XIII secolo, regnando fino al 1728, di seguito il feudo tornò al Ducato di Modena.

Attualmente Novellara è ufficialmente dichiarata "città d'arte", e nel suo impianto urbanistico attuale annovera una bellissima Piazza Maggiore, la Chiesa di Santo Stefano, il Convento dei Gesuiti e la Rocca dei Gonzaga, inoltre Novellara è ricordata perché è il paese natale di Augusto Daolio artista voce e fondatore insieme a Beppe Carletti del gruppo musicale "I Nomadi", ma non solo Novellara in questi ultimi anni è ricordata anche per lo sport, precisamente il podismo, da 23 anni a questa parte il gruppo podistico, integrato con l'Associazione AVIS locale, la seconda domenica di settembre organizza un Trofeo podistico sia competitivo che amatoriale molto partecipato. L'evento di quest'anno, svoltosi domenica 13 settembre ha visto alla partenza circa 1440 podisti di cui 252 competitivi che si sono dati battaglia sulla distanza classica della mezza maratona di km. 21,400, vinta nella categoria uomini da Marco Baldini con un tempo di 1 ora 11 secondi e 27 cent. In campo femminile ha avuto la meglio su uno stuolo di agguerrite sfidanti, Rita Bartoli, con un tempo di 1, 26, 55. I restanti podisti, giunti da tutte le province limitrofe, festosamente, alle ore 9,00 precise, si sono avviati lungo le vie del paese, ammirando prima i famosi portici, sede ogni anno di una interessante Mostra di Antiquariato, nel giungere

poi in periferia di fronte ad un tabellone, con il solito enigma da risolvere, la scelta di uno dei tre itinerari proposti dal Gruppo Podistico AVIS Novellara, affiliato alla FIASP da vari decenni, capitanati dall'ottimo Santelli Tristano, che per la cronaca erano di 4-10-21 km. Ottima l'ospitalità, perfetti i servizi sportivi, la FIASP presente con un suo gazebo e i suoi Commissari Tecnici Sportivi hanno avuto il suo da fare nel rispondere ai molti quesiti dei partecipanti, nel chiedere informazioni sulle affiliazioni 2010. Dopo un sontuoso ristoro, preparato scrupolosamente dalle donne del Gruppo, si è passati alle premiazioni degli oltre 40 gruppi partecipanti, Modena e Reggio in maggioranza, Mantova ha risposto con una decina di Gruppi. Vincitore assoluto con oltre 85 partecipanti il G.P. Jolly C.T.L. Bagnolo, secondo classificato Pol. Correggio con 78 partecipanti, terzo lotti Corradini con 65.

Angelo Regattieri

"MEMORIAL ANNAMARIA" 13 settembre 2009 Costalunga (BS)

Il giorno 13 settembre 2009 si è svolto il "Memorial Annamaria", manifestazione sportiva podistica non competitiva. Il luogo di partenza è all'interno del parco della casa di cura "Domus Salutis" sede dell'associazione stessa. Due i percorsi: - il primo all'interno del parco della





stessa casa di cura e dedicato ai ragazzi fino agli 11 anni. Lunghezza totale 1,6 km; il secondo si è svolto lungo un tracciato sviluppato presso la zona di Costalunga per un totale di 6,5 km. L'andamento del percorso non è piatto ma in buona parte si alternano salite e discese. Hanno partecipato 20 ragazzi e 94 adulti. La manifestazione si apre alle 8 del mattino con un sottofondo musicale che accompagna le iscrizioni. Partenza alle 8,45 per i bambini e alle 9,15 per gli adulti. Il primo arrivo dopo circa 20', l'ultimo verso le ore 10,15. In considerazione dell'ambiente di svolgimento sono stati dedicati premi ai gruppi "sanitari" più numerosi con i seguenti risultati: - primo premio: Fondazione Poliambulanza; - secondo premio: Domus Salutis - terzo premio: Spedali Civili. La manifestazione ha avuto come scopo, oltre al ricordo di Annamaria, quello di raccogliere fondi per la missione in Rwanda di Sr. Giuseppina Abeni.

Dott. Marco Martinelli

"CAMMINIAMO PER LORO"

20 settembre 2009
San Lorenzo di Curtatone (MN)

Il Centro Servizi del Comitato FIASP di Mantova, organizzando la manifestazione intitolata "Camminiamo per loro" pur ottenendo un discreto successo, è risultata inferiore alle aspettative degli organizzatori, forse dovuto al brutto tempo imperversato durante la notte, forse la concomitanza di altre manifestazioni, fatto sta che molti non hanno recepito l'invito, che oltre alla camminata aveva anche lo scopo di raccogliere fondi per l'Associazione di volontariato San Lorenzo-onlus, associazione nata dalla volontà di alcune persone che condividono l'amore per i più deboli e i più disagiati. Una delle principali finalità che l'Associazione si prefigge è l'assistenza ai "disabili adulti" spesso abbandonati a se stessi, a carico delle

famiglie non sostenute da un'adeguata assistenza e spesso ignorate anche dalle istituzioni. L'ambizione che il Presidente del Centro Sig. Corradelli, spiegata ai podisti presenti, durante il suo intervento, è quella di aiutare disabile e famiglia, con una soluzione abitativa per nuclei famigliari protetti, con ambienti progettati a favorire esperienze di autonomia per periodi di durata variabile per sperimentare la gestione della casa, della cura di sé, la condivisione di regole di convivenza il tutto affiancati da operatori volontari specializzati. Nel terminare, il presidente Corradelli ha auspicato la FIASP di continuare su questo piano gli interventi che essa persegue, sia a favore della associazione che esso dirige o altre simili, favorendo in questo modo sia lo sport che l'associazionismo. Nel proseguimento degli interventi il Segretario Generale Martini Remo, condividendo totalmente le espressioni di Corradelli, ha consegnato l'incasso delle iscrizioni della giornata, accompagnate dalle offerte emesse dai C.B. di Perondi Paolo a favore dell'Associazione. Il responsabile del Centro Servizi Fiasp di Mantova, organizzatore della camminata, ringraziando i gruppi presenti, che per l'esattezza erano 17, li ha gratificati con un oggetto ricordo ben accettato dai presenti. La classifica dei gruppi partecipanti stilata per l'occasione ha iscritto ai primi posti il G.P. "La Vaca d'main", il G.P. Albignasego di Padova, il G.P. Casaleone di Verona, il G.P. Buscoldo, il G.P. Mogliese, il G.P. Grazie. A mezzogiorno i coniugi Laura e Franco Bernardi, volontari cuochi della Casa San Lorenzo, sempre disponibili, hanno predisposto un pranzetto a base di risotto e affettati misti per chi si è fermato, completando così in compagnia una giornata di convivenza e di condivisione, indispensabile per chi vuol favorire persone con problemi di disabilità.

Angelo Ghizzi

3ª PASSEGGIATA AIDO NELLE FRAZIONI DI SAN GIORGIO

27 settembre 2009
Tripoli di San Giorgio

Domenica 27 settembre nella frazione di Tripoli nel comune di San Giorgio, 250 podisti si sono presentati presso la sede AIDO locale per prendere parte alla "3ª passeggiata AIDO nelle frazioni di San Giorgio" omologata dal Comitato F.I.A.S.P. di Mantova, e il supporto tecnico del Gruppo Podistico "La Nuova Mantova". L'impegno degli organizzatori e dei volontari presenti lungo i percorsi, hanno fatto sì che i molti podisti presenti siano rimasti soddisfatti e con parole di elogio hanno gratificato i soci del gruppo per i percorsi proposti lungo le strade della periferia di San Giorgio. Alle ore 8:30 precise lo speaker invitava i partecipanti ad allinearsi vicino al punto di partenza, e all'ordine impartito con la semplice frase buona passeggiata, si dava inizio alla kermesse. Immediatamente le signore AIDO, indaffarate più che mai, iniziavano la preparazione del ristoro finale, degno di un ricevimento nuziale, formato da tartine, pizzette, salatini e chi più ne ha più ne metta, associati da una sorta di bevande adatte alla stagione in corso. Nel frattempo il Presidente Provinciale FIASP, al microfono dava le ultime informazioni federali ai capigruppo presenti sulla piazza, informando inoltre che giovedì primo ottobre a Buscoldo alla riunione mensile per i gruppi affiliati, verrà presentato il calendario delle Manifestazioni anno 2010. Nell'attesa dei primi arrivi, i C.T.S. Fiasp distribuivano ai presenti gli ultimi depliant informativi della camminata di ottobre. Alle 10:00 in punto il Presidente AIDO di San Giorgio, Zampolli Fausto, nel ringraziare i presenti, illustrava il perché dell'unione dei gruppi ABEO, AIDO e AVIS con la decisione di operare in sincronia per una campagna di sensibilizzazione

rivolta alla cittadinanza e in particolar modo ai giovani. Nel prosieguo del discorso ha sintetizzato il progetto con una semplice frase: LA MIA VITA IN TE, ovvero il mio sangue o il mio midollo per chiunque abbia necessità; la mia vita in te anche dopo la morte. Garantire che questo possa avvenire anche in futuro è un'esigenza irrinunciabile, anzi, un bisogno vitale. Con le premiazioni singole e le premiazioni ai gruppi, festosamente è terminata la domenica podistica. Sul tabellone della classifica sono stati iscritti i seguenti sodalizi: G.P. AVIS Suzzara, G.P. Buscoldo, G.P. La Nuova Mantova, G.P. Mogliese, G.P. Andes, Cral Apam, Arci Goodwin di Libiola, G.P. Luzzarese, G.P. Marcaria-San Michele e il G.P. Motteggiana.

Bruna Sangiorgi

12ª CAMMINATA DEL CARDINALE

27 settembre 2009
Catiglione Olona (VA)

Sulla Strada Statale che porta a Varese, a meno di dieci chilometri dal capoluogo, si trova un cartello indicante la località di Castiglione Olona con una scritta molto importante, conosciuta nientemeno che da Gabriele D'Annunzio "Isola Di Toscana In Lombardia". Questa indicazione da tempo accompagna e si abbina bene all'abitato che racchiude nel suo territorio importantissime e bellissime testimonianze del XV secolo e dintorni. Le origini di Castiglione Olona risalgono attorno all'anno 400 d.c. con insediamenti lasciati dai romani in queste zone ma, il periodo più prospero del villaggio si deve al Cardinale Branda Castiglioni che durante la sua vita profuse energie e mezzi per abbellire e arricchire il paese di importanti monumenti giunti sino a noi a testimoniare quanto questo prelato amò questi luoghi lasciandoci palazzi e chiese di inestimabile valore artistico e culturale. Su tutti spicca la splendida "Colleggiata" che domina ancor oggi il borgo,



all'interno si trovano le più belle opere di Masolino Da Panicale, fra i più importanti artisti toscani del tempo. Molto importante anche il palazzo Branda Castiglioni abbellito e ampliato dal Cardinale con all'interno opere pittoriche dello stesso artista, oggi sede di museo e di spazi espositivi. Da ricordare anche la Chiesa di Villa del XV secolo e la casa del Pio Luogo dei Poveri del secolo successivo. In questo luogo ameno e sui suoi dintorni da dodici anni il Gruppo Sportivo Camminatori San Carlo di Varese promuove la "Camminata del Cardinale" divenuta ormai un appuntamento importante raccogliendo ampi consensi e grandi partecipazioni di podisti che si danno appuntamento qui l'ultima domenica di settembre attratti sia dalla passione sportiva ma, anche dalle bellezze artistiche che questi tre percorsi (km 6 — 12 e 21) offrono sui loro itinerari. Ai partecipanti viene offerta la possibilità di visita gratuita dei musei e dei monumenti cittadini anche grazie all'impegno del Comune e della Pro Loco che appoggiano questo evento. Oltre 1200 marciatori hanno preso il via lo scorso 27 settembre : dal laghetto artificiale dei "Pescatori" costeggiando inizialmente gli stabilimenti Mazzucchelli per poi salire per le strette vie del borgo sino al palazzo Branda e alla Collegiata, per poi scendere sulle rive del fiume Olona. Attraversato il ponte romano, si risale dal "Piccolo Stelvio" sino a Gornate per poi immergersi in sentieri boschivi che portano sino alle località di Caronno Corbellaro e Morazzone : si attraversa il Parco del Tiro al Piattello dove si trova il ristorante, dopo un tratto di asfalto si rientra in campagna per raggiungere la chiesetta di San Michele, antico manufatto di stile romanico, che domina un piccolo colle. Si ridiscende poi, attraverso strade sterrate, a Gornate e fatto il "Piccolo Stelvio" questa volta in discesa si

ritorna nei pressi dell'Olona e costeggiando la zona industriale di Castiglione si rientra alla sede dei pescatori dopo 12 km. Soddisfazione per la bella camminata risultata ben organizzata e ricca di piacevoli paesaggi e interessanti spunti storico artistici, buona la logistica e le segnalazioni, ottimi i ristoranti e cordiale l'accoglienza. Cosa aggiungere, ancora una volta gli amici del Gruppo San Carlo hanno fatto centro, favoriti dalla splendida giornata di sole, hanno richiamato a Castiglione Olona un notevole numero di camminatori confermando che l'unione fra sport, arte, cultura e natura è sempre vincente. A loro vanno il nostro grazie e l'arrivederci per la tredicesima edizione.

Gianluigi Bosoni

CAMMINATA NORDICA CON I BASTONI 30 ottobre 2009 Porto Mantovano (MN)

L'Atletica Bancole società affiliata FIASP al Comitato di Mantova, ha riscosso un grande successo per la 1° edizione della "Camminata Nordica con bastoni" (Nordic Walking), tenutasi presso il Bosco della Fontana di Marmirolo, coadiuvata dall'aiuto di un istruttore qualificato, con partenza e arrivo presso l'Agriturismo Beatilla situato nelle immediate vicinanze del Bosco. Gli oltre 100 partecipanti, indossando scarpe da ginnastica e un abbigliamento sportivo leggero, dotati di un paio di bastoncini specifici per l'occasione, hanno percorso un anello di circa 6 km nei vialetti interni del Bosco Fontana, accolti poi all'arrivo con un ristoro a base di dolci offerti dall'Agriturismo e da alcune signore aggregate alla manifestazione. La totalità dei partecipanti che si sono avvicinati a questa nuova disciplina, incuriositi, si sono resi conto che praticandola correttamente e assiduamente, ne viene a beneficiare tutto il nostro corpo, sciogliendo la muscolatura

delle spalle e della nuca, ed è molto importante, perché aiuta la cura dei problemi alla schiena, combattendo lo stress, la depressione, tenendo sotto controllo il peso corporeo con la perdita dei chili di troppo, riducendo la pressione del sangue e il livello del colesterolo e dei trigliceridi. Vista la numerosa partecipazione, l'Atletica Bancole, rinnova ufficialmente l'appuntamento alla 2° Camminata per il giorno di sabato 9 Ottobre 2010.

Luciano Comini

POMPONESCO 4 ottobre 2009

Situato sulla riva sinistra del fiume Po, Pomponesco è stato da sempre legato al fiume e alla sua economia con la presenza di un porto, di mulini natanti, di numerosi barcaioi e "uomini di fiume". La proposta di una camminata attraverso la Garzaia di Pomponesco, voluta espressamente dall'Atl. Viadana, società affiliata al Comitato FIASP di Mantova, ha riscontrato un successo discreto con poco più di 250 podisti giunti dalle province di Reggio Emilia, Modena, Parma, Cremona e naturalmente da Mantova per passare una mattinata nel segno dello sport e del tempo libero, immersi in un luogo denominato "Garzaia di Pomponesco". Istituita nel 1998 ha una superficie di 23 ettari ed è costituita da terreni alluvionali del fiume Po, sui quali si è sviluppata una fitta vegetazione di salice bianco, ove si è insediata una colonia di alcune centinaia di coppie, esattamente 780 nidi, di nitticore e di garzette. Fra le altre specie si segnala: cavaliere d'Italia, pettegola e pantana. È inoltre, percorrendo uno dei tre percorsi proposti (km. 6-9-15), un poco più avanti dal punto di partenza c'è il "porto di Pomponesco" con numerosi casotti tipici del fiume Po. Nel prosieguo degli itinerari l'argine continua a ridosso del fiume con un'ampia visuale che va da Boretto sulla sponda destra, al ponte di Guastalla, dove in tempi

di bassa portata molte sono le spiagge di sabbia fine, un tempo usate per le colonie estive dai bambini rivieraschi. I percorsi segnalati con precisione e i ristori adatti alla stagione in corso, preparati lungo i percorsi, hanno fatto sì, che consensi positivi siano giunti agli organizzatori come una manna piovuta dal cielo, eludendo così le varie preoccupazioni del gruppo di non poter più riproporre la manifestazione anche nel 2010. Fugati questi dubbi, il Presidente dell'Atl. Viadana, Carbonari Giuseppe, felice del successo, durante le premiazioni dei gruppi partecipanti ha annunciato che la camminata nel 2010...sa da fare. La quasi totalità dei gruppi podistici partecipanti alla Camminata gli sono stati riconosciuti doni per la presenza, assai graditi da tutti, ma il più importante riconoscimento è andato ad un gruppo di bambini della locale scuola media, presente con una loro insegnante, che, oltre a svolgere un momento di attività fisica, ha intercalato la camminata con una lezione didattica in riferimento alla Garzaia nel preciso istante dell'attraversamento. Per la cronaca, il primo gruppo in classifica è risultato l'AVIS Novellara, seguito dall'Atletica Viadana, G.P.Tagliata, AVIS Borgoforte, G.P.Luzzarese. Un riconoscimento speciale ha gratificato anche i Dirigenti FIASP presenti, per l'impegno profuso nella pubblicizzazione della camminata. Prima del congedo finale, i Dirigenti dell'Atletica Viadana, presenti al completo hanno ringraziato pubblicamente il Presidente della Pro Loco di Pomponesco, Signor Baruffaldi Pino, per la completa collaborazione alla buona riuscita della manifestazione.

Bruna Sangiorgi

30ª MARCIA DELLE DUE CIME 4 ottobre 2009 Rasa di Varese (VA)

Nel Calendario degli eventi podistici del Comitato Provinciale di Varese molte sono le camminate che



hanno raggiunto e superato la 30 edizione, nel 2010 una arriverà alla 40ª. A testimonianza dell'impegno che contraddistingue alcuni dirigenti e organizzatori che, nonostante il passare degli anni, si impegnano ancora per dar modo ad altri di passare qualche ora tra boschi, campagne e sentieri usufruendo in modo salutare del tempo libero, purtroppo però c'è anche chi, non trovando ricambi, non ce la fa più e dice basta. Troppi oneri e nessuno che si fa avanti e allora è meglio lasciare, così con la 30ª edizione della "Marcia delle due cime" si è conclusa una bella manifestazione che il Circolo E.N.D.A.S. di Varese ha organizzato sempre a scopo benefico a favore dell'ANF-FAS che si occupa di bambini con qualche problema psicofisico. La marcia si è svolta lo scorso 4 ottobre, festa di San Francesco, patrono dei camminatori, e ha visto al via quasi 700 appassionati che si sono cimentati sui tre percorsi di km 5-10 e 14 molto impegnativi dal punto di vista altimetrico ma anche molto affascinanti dal punto di vista paesaggistico e naturalistico. La camminata ha preso il via dall'Oratorio Parrocchiale della Rasa, ameno rione alle porte di Varese, posto sulla strada che dal capoluogo porta al Brinzio e poi a Luino, io con gli amici Sandro e Luciano con la cagnolina Dolly ci siamo incamminati sul percorso dei dieci chilometri che si inerpica subito sopra la Chiesa Parrocchiale e attraversa tutte le stradine fra le case del borgo per poi salire sino al pianoro che porta alla "Casa Garibaldi", un vecchio rudere dove pare l'Eroe dei due Mondi soggiornò durante le battaglie che qui si svolsero durante la guerra di indipendenza, si entra poi in un bel sentiero boschivo coperto di ricci, con molti podisti che si fermavano per raccogliere castagne. Dopo un bel tratto si arriva in località Molinette e sulla strada asfaltata, in salita, si arriva alle porte di Bregazzana



dove si prende la vecchia strada militare che porta al centro del borgo citato. Dopo poco si raggiunge l'Agriturismo dei Mirti e si rientra nel bosco risalendo un bel sentiero che costeggia un antico roccolo, per riprendere poi la strada che, costeggiando alcune belle ville, riporta nel sentiero che riconduce nel paese della Rasa dove, dopo circa due ore, facciamo il nostro rientro attesi da un abbondante ristoro e dal suono delle campane quasi a festeggiare il nostro arrivo. Dopo una breve sosta salutiamo gli amici organizzatori ai quali va comunque il nostro grazie per averci permesso, per trent'anni, di godere di queste bellezze naturali e rammaricandoci per la loro decisione di non più mettere in calendario questa bella manifestazione, peccato ma anche le cose belle hanno una fine, speriamo che ci ripensino perché a noi podisti piace sempre dire "arrivederci".

Gianluigi Bosoni

30° GIRO DELLA CARLETTA 4 ottobre 2009 Rimini

Domenica 4 ottobre, in una stupenda giornata di sole, 1283 podisti hanno festeggiato il "trentennale" godendosi il percorso predisposto su tre distanze, km 3, 8, 12, tutti inseriti nello spettacolo entro terra riminese girando attorno al colle di Covignano attraversando il parco naturale della "Valle Degli Angeli". La manifestazione era articolata per il

settore degli amatori e per il settore degli agonisti. Se il settore degli amatori è risultato il più partecipativo, anche nella parte competitiva si è visto un bel duello fra il cesenate Luca Benini ed il marocchino Abdellati Fraiha, mentre fra le donne il podio ha visto le sorelle Borghini contendersi i primi due posti con Fausta prevalere su Gigliola. La classifica di merito per le Società con più partecipanti con ottrofeo e prosciutto dell'ospitalità è stata così distinta: ENDAS Cesena, Riccione Corre, Riccione Podismo, Atletica Rimini, SEVEN Savignano. Da fuori provincia sono state premiate: G.S. Rocca Formigine, CIBENO Carpi, G.P. Italia Nuova Bologna, anch'esse premiate con trofeo e prosciutto dell'ospitalità. Altri riconoscimenti sono stati elargiti ai Gruppi presenti sino ad esaurimento. La manifestazione era dotata di quattro punti di ristoro forniti di ogni ben di Dio, addirittura all'ultimo chilometro un agricoltore era presente con vino bianco novello filtrato. Il lavoro di tanti mesi da parte degli organizzatori è stato ben ripagato dai tantissimi complimenti ricevuti dai partecipanti. La manifestazione è stata omologata per il settore amatoriale dal Comitato Provinciale F.I.A.S.P. della Romagna. Arrivederci al 3 ottobre 2010.

Aldo Canini

LA TRE FIUMI, IL TORRENTE, LA LOMELLINA 8 ottobre 2009 Sannazzaro de Burgondi (PV)

La Tre fiumi il Torrente e la Lomellina, è una manifestazione podistica che oltre ai gruppi organizzatori cioè G.P. Pedemontana di Zinasco (PV) e Avis Aido di Sannazzaro de Burgondi (PV), vede la collaborazione di ben nove Amministrazioni Comunali limitrofe che partecipano con le loro pro loco o con i loro assessorati alla realizzazione di quella che vuole essere qualche cosa di unico nel suo genere. Quest'anno alla manifestazione già molto ricca di per sé, si è voluto dare una connotazione particolare, una caratterizzazione che voleva tenere conto e quindi dare seguito alla importante serata divulgativa dal titolo eloquente di Due Passi per il Cuore che si era svolta la settimana prima a Sannazzaro de Burgondi e che aveva visto la presenza graditissima del nostro presidente Nazionale FIASP il Dott. Giuseppe Colantonio, e lo si è fatto aggiungendo un terzo giorno di attività ai due tradizionali. Il Venerdì 2 ottobre, veniva proposta una dieci ore che prevedeva un percorso di undici chilometri che si snodava tra le risaie e gli argini della nostra Lomellina, un percorso molto caratteristico e a tratti suggestivo, molto apprezzato dai podisti che si sono cimentati in questa avventura. Ma noi ricorderemo questo venerdì non solo per la partecipazione dei nostri compagni podisti, ma e soprattutto lo ricorderemo perché l'invito di fare partecipare alcune classi ad una camminata che a suo tempo era stato rivolto alle scuole dei plessi scolastici limitrofi, ha dato come esito la presenza di più di cento ragazzi. E' stato molto bello vedere le vie del Paese invase dagli studenti accompagnati dai loro Professori, allegri e curiosi di portare a termine la loro "impresa" sportiva, e poi una volta arrivati alla



fine li aspettava un ristoro che li ha resi tutti felici, non solo per la buona pasta proposta ma soprattutto per il fatto di poter mangiare assieme in una struttura che non ricordasse la mensa scolastica. Ma come si dice, la giornata doveva regalarci ancora delle altre e più intense emozioni. Oltre alle scuole elementari e medie, l'invito era stato esteso al gruppo di ragazzi del centro Melograno, una struttura dove i ragazzi con problemi fisici e mentali lavorano assemblando oggetti forniti da uno stabilimento vicino, e anche ai ragazzi del Centro Diurno Disabili. Provate ad immaginare una ventina di ragazzi felici all'inverosimile, gioiosi e decisi di marciare accompagnati dai loro assistenti, e provate ad immaginare la nostra soddisfazione nel vedere che il programma proposto aveva prodotto molto ma molto di più di quanto si poteva immaginare. La tre giorni è proseguita come da programma e sia il sabato che la domenica tutto è andato molto bene vedendo una grande affluenza di pubblico e anche tanta soddisfazione per l'ottima organizzazione che è stata più volte espressa dagli amici podisti, e dai molti, circa 200, commensali che hanno gustato il ricco e pregiato menù proposto dalla cena "Tipica Pavese" che si è svolta il Sabato all'interno della tensostruttura che il giorno prima e quello dopo sarebbe servita a dare ospitalità ai podisti sia

piccoli che veterani. La cena Tipica Pavese è nata dalla collaborazione delle varie Confraternite Gastronomiche della nostra provincia, ognuna delle quali propone i propri prodotti tipici e quindi dall'antipasto a base di salame di Varzi e d'oca di Mortara, ai risotti alla pasta di salame e fagiolini dell'occhio, ai cotecchini magri e ai dolcetti di riso, il tutto cucinato e servito dai volontari che qualche ora prima avevano allestito i tavoli con centro tavola veramente molto belli e avevano abbellito i bordi della tensostruttura con i richiami autunnali della vite e del riso, tanto belli da non sfigurare al confronto con il più rinomato ristorante, si è percorso una sorta di marcia culinaria attraverso la nostra bella provincia. Di cose da scrivere per dare una panoramica più completa di questa manifestazione ce ne sarebbero ancora molte, ma forse quella che non si deve tralasciare è che durante tutta la manifestazione si è proceduto alla raccolta differenziata dei rifiuti proprio per rispettare il carattere di ecosupermaratona come descritto sul manifestino. Spero che queste poche parole facciano sorgere in chi non ha ancora partecipato alla nostra tre fiumi, una forte curiosità e soprattutto una voglia irrinunciabile alla partecipazione.

William Castellana

Manifestazioni FIASP attraverso i Comitati



RIUSCITA LA MARCIA SULLA STRADA PER IL TARTUFO 10 ottobre 2009 Bonizzo di Borgofranco sul Po (MN)

Buon esito della manifestazione di Bonizzo di Borgofranco sul Po giunta alla 5ª edizione. Ben 320 partecipanti. Fra 15 gruppi presenti, 1° classificato quello dei Podisti Mirandolesi. Se avete un amico trifulin che vi porta una giornata con lui, (dopo aver fatto le dovute promesse firmate con il sangue), non potrete che rimanerne conquistati, in primis dal rapporto, trifulin e il suo cane, dove più che affiatamento, è simbiosi. La trifula (tartufo), al trifulin (raccoglitore di tartufi), al can da trifula (il cane del trifulin), la tera e li pianti (l'habitat): questi sono gli elementi essenziali del mondo del tartufo, che da anni raccoglie attorno a sé atmosfere, leggende, fantasie. È proprio con questi sinonimi che destano notevoli interessi atti a far conoscere alla gente cosa voglia dire tartufo. Ma non solo tartufo nella festa Provinciale del famoso tubero, ma anche sport, il podismo, che ha avuto il suo momento clou, sabato 10 Ottobre a Bonizzo di Borgofranco sul Po la 5ª "Marcia sulla strada del tartufo" organizzata dal G.P. Arci Goodwin. La stessa ha avuto i patrocini dal Comune di Borgofranco sul Po,

dall'Associazione "La strada del tartufo", dal Circolo Ricreativo Bonizzese e dalla Pro Loco di Borgofranco sul Po. La manifestazione omologata dal Comitato FIASP di Mantova ha avuto un buon esito con 320 partecipanti che avevano la possibilità di scegliere tra due itinerari: uno di Km 6 e l'altro di km 12. Per la cronaca, l'assessore dello sport Clarissa Ferrari e l'assessore all'ambiente Antonella Panzetta dello stesso Comune hanno premiato i 15 Gruppi provenienti in gran parte dal Mantovano, ma anche dalle province di Verona e Modena, il primo classificato è stato il Gruppo Podisti Mirandolesi a seguire Gennari Schivenoglia, Avis Suzzara, Podistica Finale Emilia, G.P. Villafranca, Fidas Pedemonte, Le Rane Vangadizza, G.P. Arci Sport Nuvolato, Avis S. Giovanni del Dosso, G.P. Buscoldo, G.S. San Brizio, G.P. Casaleone, G.P. Mogliese, G.P. Andes, G.P. Villa Poma. Per debellare le partenze anticipate, è stato consegnato un riconoscimento particolare individuale ai primi tre arrivati maschili e femminili, che si sono attardati alla partenza delle 16,30. Il Presidente Bisi Paolo del G. P. Arci Goodwin e tutti i soci collaboratori dal canto loro, si sono accomiati con un ringraziamento speciale alla Protezione Civile "Delta" e alla Croce Rossa di Ostiglia per il servizio dato.

Angelo Regattieri



Manifestazioni FIASP attraverso i Comitati

33^a A PEE PAR CASSAN
11 ottobre 2009
Cassano Magnago (VA)

Sono venuti in tanti (oltre 1250) a Cassano Magnago (Varese) per la 33^a edizione della "A pee par cassan" organizzata dal locale Gruppo Podistico che ha proposto per questa camminata nuovi percorsi, nuovo luogo di partenza, ma vecchie e collaudate capacità organizzative che hanno fatto di questa classica autunnale uno degli eventi podistici fra i più frequentati della nostra provincia. Dicevamo dei partecipanti, veramente tanti in rappresentanza di 34 gruppi e società provenienti, oltre che da Varese, da Milano, Como, Pavia, Piacenza, Bergamo, dalla Valle D'Aosta e dalla Liguria con molte famiglie e tanti singoli che hanno preso il via dal piazzale antistante il nuovissimo Bar Bakery formando un coloratissimo serpentone e anche noi amici, con Sandro, Luciano, ci siamo incamminati con l'intenzione di fare il percorso medio di km 13 (gli altri percorsi erano di km 6-18 e 24) si è così attraversato, nel centro di Cassano Magnago, il parco della Magana fino alla maestosa chiesa di Santa Maria per prendere poi, quasi subito, un bel sentiero boschivo che si inoltra sino alla zona della "Bozza Naturale" così chiamato il piccolo laghetto attorno al quale si trova un centro di ripopolamento per molte specie di uccelli, per poi attraversare un tratto di campagna e rientrare nel bosco sino al rifugio Carabelli dove

abbiamo trovato il ristoro e il controllo. Dopo una breve sosta si prosegue attraverso un bosco di castagni sino alla strada sterrata che costeggia tutto il centro sportivo "Milanello" dove si allenano i campioni del Milan. Si riprende il sentiero nel bosco sino ad arrivare nella periferia di Carnago e, dopo un breve tratto asfaltato, si rientra sul sentiero che porta a toccare il comune di Cairate prima e Bolladello poi sino ad arrivare, dopo una ripida salita, alla chiesa di San Calimero, in località Peveranza, e dopo un breve tratto ancora di bosco si esce sull'asfalto e, attraverso la salita di Sant'Anna, si rientra a Cassano e all'arrivo. E' stata dura ma ne valeva la pena, bellissimo percorso, come al solito ben segnalato con tanto personale agli incroci, ottimi i ristori ma da un gruppo così non ci si potevano aspettare che cose positive. All'arrivo grande era la soddisfazione di Lattuada e soci non solo per l'elevato numero di partecipanti, ma per la riuscita di questa manifestazione che nonostante il passare degli anni, il cambio dei percorsi riesce sempre ad affascinare richiamando qui sempre più numerosi appassionati. Amici di Cassano, a Voi va il nostro grazie per averci offerto, ancora una volta, la possibilità di fare un percorso Interessante lontano dai clamori del traffico in mezzo ai boschi che circondano il vostro accogliente paese di Cassano Magnago. Ci vediamo l'anno prossimo.

Gianluigi Bosoni



Gruppo Marciatori dell'Olmo

Di Selz-Ronchi dei Legionari (GO)

Organizza:

Domenica 16 maggio 2010

A Selz di Ronchi dei Legionari (GO) la

33^a Marcia dei Tre Laghi

Trofeo Cassa Rurale e Artigiana di Savogna e Doberdò del Lago

Marcia internazionale

Non competitiva di Km. 5-11-18-28

Partenza ore 8.30 - 10.00

I percorsi si snoderanno lungo i sentieri che fanno da cornice ai laghi di Doberdò, Pietrarossa e Mucille toccando la parte più bella del Carso Monfalconese.

I marciatori della 28 Km. oltrepasseranno il confine italo-sloveno per toccare la località di Opacchiasella.

Per informazioni: Tel. 0481 777553 / 0481 777716 / 347 1182875

Gruppo marciatori dell'Olmo





CALENDARIO MANIFESTAZIONI

Gennaio - Febbraio 2010

*Sportinsieme, compilando questo
Calendario non può ritenersi responsabile
del regolare svolgimento
delle manifestazioni, né può garantire
che i dati esposti siano confermati dagli
Organizzatori*



L'Associazione Sportiva
Dilettantistica Marciatori

«DA NICO»

Povolare (VI)

organizza

Domenica 7 Febbraio 2010
a POVOLARO (VI)

**36^a Marcia
del Redentore**

**33^o TROFEO MENEGHINI SILVANO
10^o TROFEO BATTISTELLA REDENZIO**

Manifestazione Podistica non competitiva di Km 8 - 13 - 21
Valida per il concorso Nazionale FIASP,
Piede Alato ed Internazionali IVV

ISCRIZIONI E INFORMAZIONI: e-mail: francescovl@alice.it

CONTRIBUTO DI PARTECIPAZIONE:
Per soli servizi marcia € 2,00 per Km 8 - 13 - 21

Trofei coppe o ceramiche alle associazioni con un minimo di 20 partecipanti
Premi vari fra tutte le associazioni iscritte

Vi aspettiamo tutti a Povolaro!

1 GENNAIO

**21^a TRAVERSATA MONTE
GRANDE E MONTE DELLA
MADONNA, Teolo (PD),**
[Piazza Per lasca], Inf. Calore
Giampaolo, Tel. 049.634115,
Partenza ore 8:30/9:30. Km.
10-12

**38^a TRADIZIONALE
INCONTRO PER SALUTARE
L'ANNO NUOVO, Avesa
(VR),** Inf. Sartori G./Gini A.,
Tel. 045.528154/346.4181539,
Partenza ore 8:00/9:00, Km. 17,
sartori.giancarlo@alice.it

2 GENNAIO

**5^a MARATONINA DELLA
CITTA' MURATA, cittadella
(PD),** Inf. Rebellato G., Tel.
049.9401442/348.4444004-
333.7330495, Partenza ore
8:00/9:30, Km. 6-12-21

3 GENNAIO

**13^a CORRENDO
INSIEME TRA BOSCHI
E FONTANILI, Lurano
(BG),** Inf. Brogni Maurizio, Tel.
035.800316/348.5430815,
partenza ore 7:30/9:00, Km.
8-12-18

**LA CHIAVE DEL BAGNO,
Bologna (BO),** Inf. Tolomelli
Paolo, Tel. 338.4890223,
Partenza ore 9:00/9:30, Km.
3-7-13

**2^a CAMPESTRE A PICEDO,
Picedo di Polpenazze
del Garda (BS),** [Polo
Fieristico Enogastronomico del
Garda], Inf. Felzer Costantino,
Tel. 0365.651389 anche fax,
Partenza ore 9:00, Km. 8

**28^a STRADESIO, Desio
(MB),** Inf. Schiatti Mirella Paolo,
Tel. 338.7691936, Partenza ore
8:00/9:00, Km. 7-14-21

**1^a MARCIA SERATICENSE,
Sarego (VI),** Inf.
Giacomuzzo Mario, Tel.
320.0804831/0444.409241,
Partenza ore 8:00/9:00, Km.
6-10-18 giacomuzzo.m@
latrivenetacavi.com

**18^a CAMINADA DEI
QUATTRO CAMPANILI,
Bevilacqua (VR),** Inf. Dal
Santo Elio, Tel. 0442.93380,
Partenza ore 8:00/9:00, Km.
7-12-18

6 GENNAIO

**TRA L'SERE E CASTEI
INSEMA L'AIDO, Ghisalba
(BG),** Inf. Ghilardi/Zini, Tel.
0363.92123/333.3495954,
Partenza ore 7:30/9:00, Km.
6-11-19

**CAMMINATA
DELL'EPIFANIA, Castenaso
(BO),** [Centro Commerciale
Stellina], Inf. Pareschi Angelo,
Tel. 333.8506123, Partenza ore
9:00, Km. 3-7-11.

**23^a CROSS A BEDIZZOLE,
San Vito di Bedizzone (BS),**
[Ristorante Due Cignin], Inf.
Porrini Luigi, Tel. 030.676090,
Partenza ore 9:00, Km. 3-9

**36^a SGAMBATA DELLA
BEFANA, Lomaniga di
Missaglia (LC),** Inf. Canzi
Alessandro, Tel. 039.9200475,

Partenza ore 8:00/9:30, Km.
6-11-16

**6^a MARCIA DELLA
BEFANA, Podenzano
(PC),** Inf. Vitali Luciano, Tel.
0523.559507, Partenza ore
8:00, Km. 6-12-18

**25^a QUATTRO PASSI
VISSIN AL TRENO, Peraga
di Vigonza (PD),** [Castello
dei Da Peraga], Inf. Facco
Mariacarla, Tel. 049/8090331,
Partenza ore 8:30/9:30, Km.
7-11-19

**CORSA DELLA BEFANA
San Pancrazio (RA),**
Inf. Zaccaria Giovanni, Tel.
0544.534139, Partenza ore
9:00/9:30, Km. 2-4-9

**16^a CORRIPEGAZZANO
MARCIA DELLA BEFANA
- 6^o MEMORIAL PIER
MANLIO BIBIANO
Pegazzano (SP),** [Palazzina
ex Arcimboldo], Partenza ore
8:30, Inf. Comitato Marce,
Tel. 0187.712211 anche fax,
Km. 7-14, comitato marce@
gmail.com

**37^a CIASPOLADA, Fondo
(TN),** Inf. Bertoldi Franca, Tel.
0463.830180-830535, Partenza
ore 10:30, Km. 10

**27^a CORSA DELLA
BEFANA, Terni (TR),**
Inf. Fiorini Giuliano, Tel.
0744.733616/360.960179-
333.2841435, Partenza ore
10:00/10:30, Km. 5-10, info@
amatoripodistica.it

**19^a MARCIA DEI MAGI
Campolunghetto di
Bagnaria Arsa (UD),**
[Campolunghetto Chiaramad],
Inf. Tiussi Cristiano, Tel.
0432.996027, Partenza ore
9:00/10:00, Giacomo, 1, Km.
8-15

**4^a LA PRIMA DELL'ANNO,
Varese (VA),** Inf. Lattuada
Giuseppe, Tel. 0331.775894,
Partenza ore 8:30/9:30, Km.
10-20

**24^a CAMINADA DE BACO,
Bovolone (VR),** [da Via
Casella], Inf. Bistaffa Francesco,
Tel. 045.7102565, Partenza
ore 8:00/9:00, Km. 6-12-18,
gsscassella@email.it

10 GENNAIO

**29^a CAMINADA INTUREN AL
CAMPANEL DE SABE, Sabbio
di Dalmine (BG),** Inf. Lupini/
Ghilardi, Tel. 035.372888-564606,
Partenza ore 7:30/9:00, Km.
7-14-17-21

**CAMMINATA DEI PRESEPI,
Mascarano (BO),** [Fraz. di
Castel d'Argile], Inf. Pareschi
Angelo, Tel. 333.8506123,
Partenza ore 8:00/9:00, Km.
3-7-11

**26^a QUATER PASS A LUNA',
Lonato del Garda (BS),**
[Centro Sportivo Lonato2],
Inf. Gallina Angelo, Tel.
030.9131137/339.5617060,
Partenza ore 9:00, Km. 4-11

**6^a CORRICREMA
D'INVERNO, Crema (CR),** Inf.
Piacentini Luigi, Tel. 389.6710021,
Partenza ore 8:00/8:30, Km. 7-13-
20, p.scorsetti@cosimpresa.it

**29^a GIRO DELLE CASCINE,
Monticello Brianza
(LC),** Inf. Pozzi Enrico, Tel.
039.9205224, Partenza ore
7:30/9:00, Km. 7-14-21

**4^a CAMMINATA DEL
VOLONTARIATO,
Ponte dell'Olio (PC),**
Inf. Marani/Villa, Tel.
0523.550011/320.6933487-
335.5234156, Partenza ore
8:00/9:00, Km. 6-11-18

**27^a CAMINADA PA'
FIMISEO, Fiumicello di
Campodarsego (PD),**
Inf. Ruffato Giancarlo, Tel.
049.5565452/339.5937347,
Partenza ore 8:30/9:30, Km.
8-12-18, zenofasolo@yahoo.it

**17^a STRAGUADENSE,
San Pietro in Gù
(PD),** Inf. Bredo Luca, Tel.
049.5991401/329.4274584,
Partenza ore 8:00/9:00, Km.
6-12-20, luca.bredo@virgilio.it

**35^a MARCIA DI VERSUTTA,
Versutta Casarsa della
Delizia (PN),** Inf. Bertolin
Luigi, Tel. 0434.870503,
Partenza ore 9:00/10:00, Km.
6-10

**6^a AL GIR D'LA COVA
DAL GOSEN, Sorbolo
(PR),** Inf. Melli Giovanni, Tel.
0522.680250, Partenza ore
8:30/9:00, Km. 5-8-12-18

**MARCIA DEI
RONCOSAURI, Roncaro
(PV),** Inf. Campana Marco, Tel.
339.6246224, Partenza ore
8:00/9:00, Km. 6-12-18

**9^a MARCIA DEL TRIM,
Sempeter (SLO),** Inf. Kokot
Silvo, Tel. 003865.3031012,
Partenza ore 9:30/10:30, Km.
6-10-14

**13^a MARCIA CON L'ARCI,
Favaro (SP),** Inf. Scordamaglia
R., Tel. 330.436089, Partenza
ore 8:30/9:30, Km. 7-14

**11^a PASSEGGIATA DEL 3^o
MILLENNIO, Cervignano
del Friuli (UD),** Inf. Ragusa
Giovanni, Tel. 340.4878536,
Partenza ore 9:00/10:00, Km.
8-14

**20^a GIRO DEI CINQUE
PAESI, Sumirago (VA),**
Inf. Mirtini Massimo, Tel.
331.1746285, Partenza ore
8:30/9:30, Km. 6-10-21

**36^a MARCIA DELL'AMORE,
Mirabella di Breganze
(VI),** Inf. Pasin Amerigo, Tel.
0445.874608/340.8579379,
Partenza ore 8:00/9:00, Km.
6-13-18, amerigo.pasin@alice.it

**14^a CAMINADA DE LE
TRE FRAZIONI, Prova di
S.Bonifacio (VR),** Inf. Rizzotto
Renato, Tel. 045.7610260,
Partenza ore 8:30/9:00, Km.
7-12-21

**13^o EL GIRO DEL
TARTARO, Vigasio (VR),**
Inf. Finezzo Fabrizio, Tel.
045.7364445/347.5268761,
Partenza ore 8:30/9:00, Km.
7-15, fabrizio.finezzo@tele2.it



16 GENNAIO

STAFFETTA SERENISSIMA, Mirano (VE). [Arrivo a Monteforte d'Alpone (VR)], Inf. Gusella Andrea, Tel. 345.2487891, Partenza ore 10:00, Km. 100, comitato@fiaspadova.it

15° PER IL SORRISO DEI BIMBI, Monteforte d'Alpone (VR). Inf. Pasetto Gianluigi, Tel. 338.2663474-45.6103277 fax, Partenza ore 10:00/10:30, Km. 5-10, info@montefortiana.org

"PASSI NEL TEMPO" - 3° MARCIA GUIDATA MONTEFORTE/ SOAVE Monteforte d'Alpone (VR). Partenza ore 13:30/16:30, Inf. Padoan Prof. Pierluigi, Tel. 348.0065799/045.6103277 fax, Km. 10, picipadoan@alice.it

17 GENNAIO

9° BUON ANNO PASSEGGIANDO SUI COLLI DI BERGAMO, Bergamo (BG). Inf. Teani Luisa, Tel. 035.531326/393.7003445, Partenza ore 7:30/9:00, Km. 7-13-20

CAMMINATA AVIS CALDERARA, Calderara di Reno (BO). Inf. Righetti Domenico, Tel. 051.720124, Partenza ore 9:00/9:30, Km. 3-7-13-20

26° CAMMINATA DI SANT'ANGELA MERICI - 16° TROFEO PATATINE AMICA CHIPS, Desenzano del Garda (BS). [Piazza Malvezzi], Inf. Ruffoni Giovanni, Tel. 030.9141606, Partenza ore 9:00, Km. 4-11

CIASPOLANDO - PRIMA EDIZIONE, Colma di Sormano (CO). Inf. Bianchi Daniele, Tel. 393.5788890, Partenza ore 8:00/10:00, Km. 5-10

22° MARCIA DELLA CROCE ROSSA, Solferino (MN). Inf. Vivaldini Giuseppina, Tel. 0376.673687, Partenza ore 8:30/9:00, Km. 6-12-18

30° MARCIA DI S. VALENTINO 1° MARCIA DI S. ANTONIO, Montale (PC). [Cantine 4 Valli], Inf. Don Silvio Pasquali, Tel. 0523.614256/333.1493595, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 5-12-18

34° MARCIA DI S. ANTONIO, Zinasco Vecchio (PV). Inf. Fasolato Massimo, Tel. 0382.901219, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 7-12-18

AD CURSA DA CASCION A LA SALENA, Castiglione di Cervia (RA). Inf. Sede, Tel. 0544.950634-952053, Partenza ore 9:30, Km. 2-13

TROFEO SAN SEBASTIANO, Coriano (RN). Inf. Gnoli Luigi, Tel.

0541.759422, Partenza ore 9:30/11:00, Km. 5

6° CAMMINIAMO INSIEME, Sarzana (SP). Inf. Baratta Donatella, Tel. 0187.626881-624478, Partenza ore 8:30/9:00, Km. 7-12-22, ardigrisei@alice.it

17° MARCIA DELLA SOLIDARIETA', Ruda (UD). Inf. Quargnal Franco, Tel. 338.1525764, Partenza ore 9:00/10:00, Km. 7-12

33° GIRO DELLA VALLE OLONA, Gorla Minore (VA). Inf. Bietti Antonio, Tel. 0331.601649, Partenza ore 8:30/9:30, Km. 7-12-21

31° MARCIA DELLA FRATERNITA', Monticello Conte Otto (VI). Inf. Guarino Luigi, Tel. 0444.946442/335.7249199, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 6-12-18, luigi.guarino@satef-ha.it

35° MONTEFORTIANA - S. ANTONIO ABATE DE MEGNI Monteforte d'Alpone (VR). Inf. Pasetto Gianluigi, Tel. 338.2663474/045.6103277 fax, Partenza ore 8:30/9:00, Km. 9-14-21-28, giangi.pa@alice.it

24 GENNAIO

26° TRI PASS INTUREN A ERDEL, Verdello (BG). Inf. Locatelli Riccardo, Tel. 333.8708570/035.872142 sede, Partenza ore 7:30/9:00, Km. 7-12-18

5° TROFEO IMPERADORI COPERTURE - 3° TROFEO BAR PALUMA - MEMORIAL GIUSEPPE PIANTONI, Pozze di Lonato del Garda (BS). Inf. Zubani Giuliano, Tel. 030.9907378, Partenza ore 9:00, Km. 7

GALAVERNA DI PIANORO, Pianoro (BO). Inf. Faggioli Luciano, Tel. 051.776091, Partenza ore 9:00/9:30, Km. 3-7-10-15-17-21

4° CORRICARUGO, Carugo (CO). Inf. Foti A./Marelli E., Tel. 347.8547010-347.6172196, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 7-14-21

CAMMINATA DEL DONATORE, Malvicina di Roverbella (MN). Inf. Piccoli Davide, Tel. 0376.696379/340.7788640, Partenza ore 8:30, Km. 5-9-14

22° MARCIA DELLE FONTANE, Fontana Fredda di Cadeo (PC). Inf. Proveni Giuseppe, Tel. 0523.509612, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 5-10-15

2° MARCIA DEI TALENTI, Murelle di Villanova di Campo Saniero (PD). Inf. Callegaro Arrigoni, Tel. 348.0427610-346.5107130, Partenza ore 8:30/9:00, Km. 6-12-18

37° MARCIA DI S. AGNESE, Rorai Piccolo di Porcia (PN). Inf. Fracas

Edda, Tel. 334.3636923, Partenza ore 8:30/9:30, Km. 6-12-18

LE DUE PROVINCE, Passignano di Cervia (RA). Inf. Sede, Tel. 0544.951097, Partenza ore 9:30, Km. 2-6-12

MINI CALENDARIO LUDICO MOTORIA Rimini (RN). [Via Casalecchio], Inf. Paganelli Agostino, Tel. 0541.383711, Km. 2-8

6° ORTONOVO E DINTORNI, Ortonovo (SP). Inf. Ferrari Mirco, Tel. 339.6944906, Partenza ore 8:30/9:00, Km. 6-12, ortonovo.comunale@avis.it

6° SANT'AGATA RUN, Fossalunga di Veduggio (TV). Inf. Minotto Roberto, Tel. 347.4272332, Partenza ore 9:00, Km. 6-12-21

1° PROSECCO RUN, Vidor (TV). [Centro Polifunzionale], Inf. Zanetti Aldo, Tel. 0438.500550, Partenza ore 10:00, Km. 15

MARCIA DI SANT'AGNESE, Joannis di Aiello del Friuli (UD). Inf. Pilot Marco, Tel. 335.7045163, Partenza ore 9:00/10:00, Km. 7-13

2° ARANCIONA, Olgiate Olona (VA). Inf. Sergio Bruno, Tel. 348.3814746, Partenza ore 8:30/9:00, Km. 7-12-20

21° STAROSSANO - 13° MEMORIAL "ALBINO BERTON", Rossano Veneto (VI). Inf. Miliani Matteo, Tel. 0424.540192-848120, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 4-6-12-18, photoimmagine@libero.it

29° CAMINADA DE SAN BIAGIO, Bovolone (VR). Inf. Bissoli Damiano, Tel. 347.7040259, Partenza ore 8:30/9:00, Km. 7-11-17, damiano@geometra@alice.it

30 GENNAIO

FIACCOLATA AL CHIAR DI LUNA CON CIASPOLE, Val di Non (TN). [Rifugio Predaia], Inf. Bussolati Franco, Tel. 0463.467072, anche fax, Partenza ore 19:30, Km. 10

31 GENNAIO

18° MARCIA DELLA CROCE AZZURRA, Almegno S. Salvatore (BG). Inf. Battaglia Piergiorgio, Tel. 035.641837/333.2971287, Partenza ore 7:30/9:00, Km. 9-14-18

23° STRACOLOGNOLA, Bergamo (BG). Inf. Giuliani Fausto, Tel. 035.312102/335.6562434, Partenza ore 7:30/9:00, Km. 6-12-18

22° MARATONA DELLE PREALPI BIELLESI, Strona Biellese (BI). Inf. Perin Mantello Silvio, Tel. 015.742648, Partenza ore 7:30/9:00, Km. 7-13-23-31-45

1° GARA PODISTICA, Moniga del Garda (BS). [Piazza S. Martino], Inf. Turina Alessandro, Tel. 338.2113937, Partenza ore 9:00, Km. 4-8

30° CAMMINATA PANDINESE, Pandino (CR). Inf. Mazzeri Alberto, Tel. 0363.340761, Partenza ore 8:00/8:30, Km. 9-14-21, podisti.pandino@tiscali.it

5° STRABIAGIO, Cavriana (MN). Inf. Trivini Raffaele, Tel. 0376.82172, Partenza ore 8:30/9:00, Km. 6-12-17

15° MARCIA DEI MULINI, Pontemano (PD). Inf. Ambrosini Franca, Tel. 049.9115127, Partenza ore 8:30/9:30, Km. 7-13-19

24° CAMMINATA CAORSANA, Caorso (PC). Inf. Ambrogio Renzo, Tel. 0523.821952, Partenza ore 7:30/9:00, Km. 6-11-17

23° MARCIA DEL'ANZUL, Cordenons (PN). Inf. Magri Alteo, Tel. 0427.96660, Partenza ore 9:00/10:00, Km. 6-10-21

34° GLO PODISTICO DEI COLLI SALESI, Salsomaggiore Terme (PR). Inf. Bocelli Rinaldo, Tel. 0524.577145, Partenza ore 8:30/9:00, Km. 5-11-16

27° MARCIA DELLA MERLA, Sannazzaro de' Burgondi (PV). Inf. Cosio Claudio, Tel. 0382.996119, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 7-14-18-25

6° TROFEO CENTRO SOCIALE I GIRASOLI, Alfonsine (RA). Inf. Sede, Tel. 347.2384362, Partenza ore 9:30, Km. 2-9-14

7° CIASPOVEZZENA (CON CIASPOLE), Lavarone (TN). Inf. Perin Michele, Tel. 320.6652052, Partenza ore 10:15, Km. 8, info@ciaspovezzena.it

MARCIA DI SAN BLAS, Martignacco (UD). Inf. Gasparini Claudio, Tel. 335.8033622, Partenza ore 9:00/10:00, Km. 6-12-21

34° CAMMINATA VEDANESE, Veduggio Olona (VA). Inf. Fontolan Stefano, Tel. 0331.280873, Partenza ore 8:30/9:00, Km. 7-11

37° CAMINADA DE SAN BASTIAN, Cornedo Vicentino (VI). Inf. Pretto Giuseppe, Tel. 0445.952772/334.5496578, Partenza ore 8:00/9:30, Km. 6-10-20

1° MARCIA DEL PALLADIO, Quinto Vicentino (VI). Inf. Miazzolo Andrea, Tel. 349.6183451, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 7-12-20, andreamiazzolo@yahoo.it

34° CAVALCATA DELLA VAL SQUARANO, Montorio (VR). Inf. Corsi Renato, Tel. 045.557976, Partenza ore 8:30/9:00, Km. 5-9-17

7 FEBBRAIO

26° MARCIA DELLA SOLIDARIETA', Grumello del Monte (BG). 7 feb Inf. Ravelli Giovanni, Tel. 338.6850376/035.830929 Sede, Partenza ore 7:30/9:30, Km. 6-10-14-21-26-31

3° QUATER PASS INTUREN A CHIGNOL, Chignolo d'Isola (BG). Inf. Esposito Daniel, Tel. 347.4548698, Partenza ore 7:30/9:00, Km. 7-12-21-25

TROFEO MAMMA E PAPA' GABUSI ALLA MEMORIA - 2° TROFEO MAURO FORTI ALLA MEMORIA, Brescia (BS). [Villaggio Sereno], Inf. Gabusi Renata, Tel. 030.349637/347.8006150, Partenza ore 9:00, Km. 4-12

15° AL GIR DALE LAME - "RICORDANDO IL PICCOLO MATTIA E L'ARCH. MARAZZI", Cremona (CR). Partenza ore 8:00/9:00, Inf. Della Torre Demetrio, Tel. 0373.274422/347.4484312, Km. 7-13-20

LE CINQUE VILLE, Bertinoro (FC). Inf. Sede, Tel. 0543.445330, Partenza ore 9:30, Km. 2-6-13

33° QUATER PASS TRA EL CASIN EL CAF, Villanova di Bernareggio (MB). Inf. Brambilla Giuseppe, Tel. 039.6900993, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 7-15-22

28° CAMMINATA A ROBBIANO, Giussano (MI). Inf. Galimberti Maurizio, Tel. 339.6433700, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 7-15-25

18° SU E ZO PAR LA FRATA, S. Salvatore di Urbana (PD). Inf. Boggian Gianluca, Tel. 0429.809193, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 5-13-18, gianluca.boggian@libero.it

31° MARCIA DEE BUGANSE, Padova (PD). [C.S. Brentella, Via Pelosa], Inf. Casarin Lucio, Tel. 049.8712628, Partenza ore 8:30/9:30, Km. 7-12-20

12° MARCIA BOSCO DEI SANTI, Piacenza (PC). [Morizza Bosco dei Santi], Inf. Baldini Fabrizio, Tel. 335.8352987, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 7-10-17

35° PODISTICA VALLENONCELLO VALLENONCELLO DI Pordenone (PN). Inf. Marson Giorgio, Tel. 0434.578395, Partenza ore 8:30/9:30, Km. 6-12-22-35

34° LUNGO I CONFINI DI VICOFERTILE, Vicofertile (PR). Inf. Gerbella Marcello, Tel. 338.1765405, Partenza ore 8:30/9:00, Km. 6-12

IN PREDAIA CON LE CIASPOLE, Predaia (TN). [Val di Non - Rifugio Sores], Inf. Bussolati Franco, Tel. 0463.467072 anche fax, Partenza ore 10:30, Km. 11

30° MARATONINA DI SAN VALENTINO, Terni (TR). Inf. Torchio Maurizio, Tel. 0744.422095, Partenza ore 10:00/10:30, Km. 6-11

1° CROSSROAD, Vittorio Veneto (TV). Inf. Maratona di Treviso, Tel. 0438.413255, Partenza ore 9:00, Km. 10

RACCHETTEINVALLE, Pragelato (TO). Inf. Sede/Blatto Mario, Tel. 011.4559959/338.3919800, Partenza ore 10:00, Km. 6-10, marioblatto@alice.it

9° SOLIDARIETA' IN CAMMINO, Castronno (VA). Inf. Zambolin Angelo, Tel. 0332.892035-893172-Partenza ore 8:30/9:30, Km. 5-10-17

36° MARCIA DEL REDENTORE, Povolara di Dueville (VI). Inf. Valente Francesco, Tel. 335.7588332, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 8-13-21, francescovi@alice.it

14 FEBBRAIO

22° STRAPAEANO, Prezzate (BG). Inf. Valsecchi Guaffero, Tel. 035.909195, Partenza ore 7:30/9:00, Km. 6-14-19

10° TOCC INSEMA PER LE STRADE DE PUNTIROL, Pontirolo Nuovo (BG). Inf. Radolfi Redaelli, Tel. 0363.88537-88939/333.3557533, Partenza ore 7:30/9:00, Km. 7-11-15-21

23° GIRO DEI DUE PONTI, Brescia (BS). [Via Interna], Inf. Taglietti Francesco, Tel. 333.4003238, Partenza ore 9:00/9:30, Km. 7-12

17° TROFEO AVIS DESENZANO, Desenzano del Garda (BS). [Centro Sportivo Comunale] Inf. Bonomini Dario, Tel. 030.9912457, Partenza ore 9:00, Km. 4-11

10° GIR DELE MADUNINE DA UMBRIA 1° CORRI PER IL MYANMAR, Ombriano di Crema (CR). Partenza ore 8:00/9:00, Inf. Margheriti Fulvio, Tel. 0373.30397, Km. 8-15-22-28, demetrio.dellatorre@alice.it

32° TROFEO AMBROGIO LONGONI, Bevera di Sirtori (LC). Inf. Panzeri Giuseppe, Tel. 039.958288, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 6-13-20

34° ASPETTANDO LE VIOLE, Cesano Maderno (MB). [Frazione Cassina Savina], Inf. Giussani Edoardo, Tel. 0362.501744, Partenza ore 8:15/9:00, Km. 6-14-22

2° MASCHERATA PER LE VILLE DI NOVENTA, Noventana (PD). Inf. Bettella Carlo, Tel. 049.626338/340.2622582, Partenza ore 8:30/9:30, Km. 6-13-22

25° TROFEO CASA CULTURALE, San Miniato Basso (PI). Info, Tel. 0571.419493, Partenza ore 8:00, Km. 3-6-12-17-24



14° DURAN D'INTURAN, Dorno (PV), Inf. Orii Giovanni, Tel. 0382.84519, Partenza ore 8:00/9:00, Km 5-12-21

16° MARCIA DELLE RISORGIVE, Zoppola (PN), Inf. Feltrin Silvano, Tel. 0434.630184/339.3282210, Partenza ore 9:00/10:00, Km 7-14-21

27° STRABUSSETO IN MASCHERA, Busseto (PR), Inf. Dion Marilena, Tel. 0524.91155, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 6-12-21

8° TROFEO RISTORANTE RIO GRANDE, Igea Marina (RN), [Via Abba, 18], Inf. Canini Aldo Mario, Tel. 328.9196995, Partenza ore 9:30, Km. 3-6-11

1° MARCIA DELLA CROCE GIALLA, La Pieve (SP), Inf. De Fraia Elisa, Tel. 339.7117510, Partenza ore 8:30/9:00, Km. 6-14, p.a.crocegiaila@hotmail.it

11° MARATONINA DI SAN VALENTINO, S.Maria di Campagna Cessalto (TV), Inf. Zampieri Luigi, Tel. 0421.327046, Partenza ore 8:30/9:00, Km. 6-12-21-33

14° MARCIA DI SAN VALENTINO, Pains di Pagnacco (UD), Inf. Benolich Fiorentino, Tel. 0432.567031, Partenza ore 9:00/10:00, Km. 6-12

27° CAMINAVA SOTA L'URSA, Besano (VA), Inf. Pistoletti Terenzio, Tel. 0332.916135, Partenza ore 8:30/9:30, Km. 6-15

32° MARCIA DI SAN VALENTINO, Malo (VI), Inf. Romagnoli Sandro, Tel. 0445.605192/339.6416996, Partenza ore 8:00/9:00, Piazza Zanini, 1, 36034 MALO (VI), Km. 6-12-20, sandroromagnoli@tele2.it

13° MARCIA CONCA PAR LA SANO, Concamarise (VR), Inf. Bresciani Claudio, Tel. 347.0782483, Partenza ore 8:30/9:00, Km. 6-13-19, concamarise@verona.avisveneto.it

21 FEBBRAIO

17° PONTERANICA I SUOI COLLI E DINTORNI, Ponteranica (BG), Inf. Ceruti Silvano, Tel. 035.573385, Partenza ore 7:30/9:00, Km. 7-15-20

33° MARCIA CLASSICA CALUSCHESE, Calusco d'Adda (BG), Inf. Boschini Leone, Tel. 035.4948047, Partenza ore 7:30/9:00, Km. 7-12-18-31

20° MEMORIAL RENZO ROSSETTI, Roncadelle (BS), [Centro Sportivo Comunale], Inf. Micheletti/Andreati, Tel. 030.2583772-2582826, Partenza ore 9:00, Km. 4-11

27° MARCIA DELLA SOLIDARIETA', Missaglia (LC), Inf. Maggioni Andrea,

Tel. 039.9242108, [Centro Parrocchiale], Partenza ore 7:45/9:00, Km. 6-12-18

21° LA LODIGIANA, Lodi (LO), Inf. Mai Mario, Tel. 0371.412929/333.7309527, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 7-13-20, m.mai.18@alice.it

26° PORCARI CORRE, Porcari (LU), Inf. Diodati Gino, Tel. 0583.298120, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 3-5-12-17-20-25

24° MARCIA AIDO, San Nazzaro di Monticelli (PC), Inf. Persico Lorenzo, Tel. 0523.829468, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 6-11-17

34° QUATTRO PASSI IN CARNEVALE, Mestrino (PD), Inf. Carraro Luciano, Tel. 049.9001161/348.8440679, Partenza ore 8:30/9:30, Km. 6-13-21

23° TROFEO AVIS MONTECHIARUGOLO, Basilicanova (PR), [C.S. Don Bosco], Inf. Frascari Mauro, Tel. 0521.314271, Partenza ore 8:30/9:00, Km. 6-12

PASSEGGIATA VERSO IL MARE, Ravenna (RA), Inf. Sede, Tel. 347.4160979, Partenza ore 9:30, Km. 2-11

TROFEO EUROMARKET MEMORIAL DON PIPPO DON ALVARO, Rimini (RN), [Località Casetti Parco Don Pippo], Inf. Guerri Vittorio, Tel. 0541.53419/334.4222266, Partenza ore 9:00, Km. 4-7-15

QUATTRO PASSI IN ATTESA DELLA POLENTA E MORTADELLA, Varone di Riva del Garda (TN), Inf. Marchi Luigi, Tel. 0464.553640/347.9613288, Partenza ore 9:00/10:00, Km. 3-6-9-17

2° PANORAMICA SUL GOLFO, Opicina (TS), Inf. Sgubin Tiziano, Tel. 040.383777, Partenza ore 9:30/10:00, Km. 7-14-21

8° PASSEGGIATA VITTORIA ALATA, Vittorio Veneto (TV), Inf. Zanetti Aldo, Tel. 0438.413255, Partenza ore 9:30, Km. 4-10-21

8° CAMMINATA D'INVERNO, Magnano in Riviera (UD), [Centro], Inf. Goi L./Pascolo T., Tel. 0432.784754/339.4579740, Partenza ore 8:30/10:00, Km. 7-13-19

6° QUATTAR PASS INTURNA AL VELMEE, Velmaro di Arcisate (VA), Inf. Felice Salvatore, Tel. 0332.333812, Partenza ore 8:30/9:30, Km. 6-12-20

12° MARCIA DELL'ARCOBALENO, Trivignano (VE), Inf. Zancanaro Gilberto, Tel. 041.906093/329.9742060, Partenza ore 8:30, Km. 7-14-21-28

38° SCAMPAGNADA MARANESE - 6° MEMORIAL "OTTORINO MARCANTE" Marano Vicentino (VI), Partenza ore 8:00/9:00, Inf. Tessarolo Sergio, Tel. 0445.588020/338.6519792, Km. 5-10-18

29° CAMINADA AI CASONI, Casoni di S. Pietro di Legnago (VR), Inf. Pavan Giorgio, Tel. 0442.27253, Partenza ore 8:00/8:30, Km. 6-12-18, giorgio.pavan@1958@libero.it

28 FEBBRAIO

9° MARCIA DELLA CROCE BIANCA, Boltiere (BG), Inf. Cagnoli Giuseppe, Tel. 035.881090/349.1060161, Partenza ore 7:30/9:00, Km. 7-12-16-21

LA FILDEFERADA, Salò (BS), [Chiesa Parrocchiale di Campoverde], Inf. Apollonio Silvano, Tel. 0365.41596, Partenza ore 9:00, Km. 3-10

2° CAMMINATA DEL POMPIERE, Lomazzo (CO), Inf. Ferrario Ettore, Tel. 02.96779750, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 6-12-20

36° FESTIVAL NAZIONALE DEL PODISTA, Crema (CR), Inf. Ambrosini L. Tel. 0373.419210-250252/338.3421010, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 7-15-21-30 valmore. vallati@tin.it

VECCHI RIONI, Lecco (LC), Inf. Spreafico Enrico, Tel. 0341.282629, Partenza ore 7:30/9:00, Km. 7-15-20

37° AVISADA, Rho (MI), Inf. Bonomini Giovannaria, Tel. 02.2403254, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 8-13-21

MARCIA VIRGILIANA, Olfino di Monzambano (MN), Inf. Martini Remo, Tel. 339.6312226/0376.370805, Partenza ore 8:30/9:00, Km. 6-12-18

33° MARCIA AVIS, S.Nicolò di Rottofreno (PC), Inf. Casaroli Nicoletta, Tel. 0523.760104, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 6-12-18

29° MARCIA DELLA MAGNOLIA, Tribano (PD), Inf. Castello Armando, Tel. 049.5342941, Partenza ore 8:30/9:30, Km. 7-13-21-30

24° MARCIA DEL MUFLONE, Fanna (PN), Inf. Rosa Sergio, Tel. 0427.77266, Partenza ore 9:00/10:00, Km. 5-10-15

10° PALIO QUARTIERE PAVIA EST, Pavia (PV), Inf. Meneghetti Giorgio, Tel. 0382.960814, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 6-13-18

2° MARCIA DELLA SOLIDARIETA', Forte di Montalbano (SP), Inf. Castellini Pietro, Tel. 328.4539218, Partenza ore 8:30, Km. 6-12

31° CAMINADA AI PIE DEL GRAPPA, Borso del Grappa (TV), Inf. Bresolin Sergio, Tel. 0423.561028-561197, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 6-12-20

26° ALLA SCOPERTA DEL FIUME STELLA, Teor (UD), Inf. Di Lazzaro Bruno, Tel. 333.9558126, Partenza ore 9:00/10:00, Km. 6-12-21

4° CAMMINATA CIRCOLO ACLI, Cassano Magnago (VA), Inf. Fontolan Stefano, Tel. 0331.280873, Partenza ore 8:30/9:30, Km. 5-11-17

11° MARCIA LA BRENDOLANA, Brendola (VI), Inf. Lazzari Lodovico, Tel. 0444.409241, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 7-12-20

19° MARCIA DEI TRE MULINI, Minerbe (VR), Inf. Jordan G./Costale R., Tel. 0442.641275, Partenza ore 8:00/9:00, Km. 5-10-18

Comune di Legnago ASSESSORATO ALLO SPORT E CULTURA

Podismo Legnago

Federazione Italiana Atleti Sport Per Tutti

Gruppo Podistico LE RANE VANGADIZZA

DOMENICA 21 MARZO 2010

"QUATTRO SALTII CON LE RANE"

22^a EDIZIONE VI ASPETTIAMO A VANGADIZZA (VR)

Manifestazione podistica non competitiva di Km. 12, 18 e mini marcia di Km. 7, 1 e V.V. approvata dal Comitato F.I.A.S.P. di Verona con nota n° 63 del 08/9/2008.

Manifestazione valida per i concorsi Pado Alato - F.I.A.S.P. Internazionale L.V.V. - Podismo Italia Provinciale.

ASSOCIAZIONE MARCIA DELLE PRIMULE

DOMENICA 14 MARZO 2010

MAGRÈ - SCHIO (VI)

37^a MARCIA DELLE PRIMULE

MANIFESTAZIONE PODISTICA NON COMPETITIVA DI KM. 5-10-21

OMOLOGATA FIASP - VALIDA PER I CONCORSI IVV FEDE ALATO

Ritiro di partenza: Circolo Cattolico di Magrè - Schio (VI).

Ora di partenza: libero dalle 8,00 alle 9,20.

Chiusura Manifestazione: ore 14,30

Iscrizioni ed informazioni: Associazione Marcia delle Primule Tel. 0445.531155 Francesco Marangoni Tel. 0445.531503

COMUNE DI SCHIO

MARCIA DELL'ANNO 1976

Marcia delle Primule



IERI, COME OGGI...

La violenza sulle donne

I numeri sono allarmanti. La violenza contro le donne è un reato ignobile, soprattutto perché consumato al riparo delle pareti domestiche. Poco è cambiato nel tempo. Ieri, come oggi, continuano i soprusi nascosti alla vista degli "altri" non tanto dai muri, ma dall'inesauribile capacità femminile di perdonare i violentatori nella remota speranza di difendere l'unità della relazione, l'interesse dei figli, nella fiducia, sistematicamente tradita, del ravvedimento del marito-padrone.

Una donna su tre è oggetto di violenza fisica o psicologica; un accanimento che ha origini antiche e che la moderna cultura non è riuscita a estirpare. Le ragioni risiedono in una differenziazione del ruolo sociale assegnato dalla genetica e dalla società ai due sessi, impostato su una presunta supremazia del maschio, autorizzato, così, a esercitare anche fisicamente le 'leggi' del dominio.

Nonostante le vicende dell'umanità siano tutte orientate a indicare come gli avanzamenti si realizzino con l'apporto di ambedue i sessi, la diversità fisica segna una separazione di valenza animalesca, fino a manifestazioni aggressive per le quali ogni maschio deve, oggi, provare sincera vergogna.

Dualismi e diversificazioni sono alla base di ogni discriminazione. Che si applichi al sesso, alla razza, al colore, al censo, alle religioni o alle idee, l'irrinunciabile impulso a distinguere è all'origine di conflitti violenti.

Se nell'attuale società, che ci ostiniamo

a chiamare moderna, persistono ancora spinte del genere, significa che poco si è fatto a livello culturale e di educazione nella costruzione di una organizzazione sociale più equa.

L'uomo è forse il più spietato essere dell'universo nel difendere il territorio e l'idea di supremazia nei confronti di chiunque.

In ogni civiltà, gli esseri umani si sono divisi in nazioni, in popoli, in razze, in tribù, cercando, dove possibile, di far proprio ogni ulteriore elemento distintivo e settario per dichiarare diversi gli altri e porsi fra i diversi.

Questa istintiva tendenza, utile a farlo sopravvivere ai pericoli veri o presunti che la storia gli ha fatto incontrare nel lungo percorso della sua evoluzione, si manifesta quasi intatta nell'organizzazione sociale odierna.

In tale disegno egemonico la violenza sulle donne è l'atto più meschino, il più avvilente, il più aberrante perché consumato nei confronti di chi è più debole, più remissivo e meno strutturato a difendersi. L'odierna informazione di massa non aiuta le giovani generazioni a imboccare la strada del cambiamento: la mercificazione del corpo, come appare nei media, la funzione puramente estetica in cui la donna è stata relegata, rendono difficile la sensibilizzazione dei ragazzi verso la pratica del rispetto e l'esercizio di valori che dovrebbero essere universalmente condivisi.

Il primo passo per il riconoscimento del ruolo femminile in una comunità evoluta

ha una chiave interpretativa unica: il rispetto; atteggiamento che presuppone una pratica costante, un'attenzione continua, capace di elevare un valore sociale, a principio e fine educativo. Si tratta di un procedimento lungo, complesso e non demandabile a un solo formatore sociale, ma a ogni componente responsabile della crescita di una comunità.

Le priorità di intervento devono essere chiare e accettate come impegno della collettività: in famiglia prima che a scuola, a scuola prima che nella società, la quale dovrà disporre di leggi severe per i trasgressori e fissare i limiti entro cui le funzioni relazionali fra uomo e donna devono realizzarsi per trovare compimento nella crescita armonica del contesto sociale in cui si vive.

Ciascuno è chiamato a svolgere la sua parte, promuovendo gli atteggiamenti opportuni per uno sviluppo armonico in ogni fase dell'organizzazione sociale e condannando le manifestazioni incoerenti con i principi formativi dati.

E' avvilente riconoscere che i segnali in tal senso sono deboli; ma se la speranza di invertire la rotta si scontra ancora con retaggi ancestrali e con colpevoli disimpegni, singoli e collettivi, l'obiettivo di perseguire progetti di avanzamento sociale non deve sfuggire a nessun adulto, perché investe la sua dignità di essere umano caricato del compito di trasmettere nel tempo i più scontati principi di civile convivenza.



I PRINCIPI NUTRITIVI

L'energia non è il solo componente che gli alimenti forniscono all'uomo. Da essi è infatti possibile prelevare le sostanze capaci di costruire gli organi e gli apparati, ed anche quelle in grado di regolare i complessi processi metabolici necessari per la costruzione e la riparazione dei tessuti. La quasi totalità degli alimenti è costituita da un mix di composti, rappresentate da sostanze più o meno complesse, denominate principi alimentari, per effetto della digestione dai principi alimentari si ricavano i principi nutritivi. L'ingestione degli alimenti consente anche l'assunzione di altri composti, organici ed inorganici, come vitamine e

e Sali minerali). Per i macronutrienti si può affermare che a seconda delle calorie che sviluppano bruciando, hanno un valore calorico e quindi un potere energetico più o meno elevato. Infatti, 1 grammo di grasso sviluppa 9kcal, mentre 1 grammo di proteine e carboidrati sviluppano 4 kcal. Mentre per quanto concerne i micronutrienti si trat-

ascoltatori. Ormai il "dibattito è aperto", di recente con le nuove ricerche, si sono un po' stravolte le Piramidi alimentari della Dieta Mediterranea, dell'Alimentazione Americana etc. In passato si consigliavano 60% di carboidrati, 15% di proteine e 25% dei grassi. Ma attualmente con le nuove ricerche e tenendo presente l'indice glicemico che esprime la velocità con cui i carboidrati arrivano nel sangue dopo essere stati assimilati e del carico



sali minerali, oltre che l'acqua. I nutrienti possono essere divisi in tre categorie in relazione alla loro funzione. Avremo i nutrienti energetici che forniscono energia per il compimento di qualsiasi lavoro, e per il mantenimento della temperatura corporea, nutrienti plastici, utilizzati per la costruzione e riparazione dei tessuti, nutrienti regolatori, rappresentati da vitamine e Sali minerali. Ovviamente ciascun soggetto ha un proprio fabbisogno di natura energetica e nutrizionale. Tale fabbisogno varia da soggetto a soggetto, e varia nell'arco della propria vita. Ogni sostanza introdotta nel nostro organismo e metabolizzata sotto forma di cibo è un alimento. La distinzione che viene fatta riguardo ai principi alimentari è quella che dei macronutrienti (carboidrati, proteine, grassi) e micronutrienti (vitamine

ta di nutrienti che non apportano energia e quindi calorie, ma la loro funzione è fondamentale per un corretto e completo funzionamento dell'organismo. Essi vengono definiti micronutrienti perché agiscono a dosi molto basse. Molte volte in stati di affaticamento e eccessivo allenamento possiamo andare incontro a una carenza che sarebbe opportuno colmare con una integrazione mirata, iniziando ad eseguire degli esami del sangue o del mineralogramma per verificare la reale necessità dei Sali minerali da integrare. Per quanto concerne invece l'assunzione giornaliera dei macronutrienti tanto si è detto e tanta confusione si è creata negli

glicemico che tiene conto, oltre che dell'indice glicemico dei cibi, anche della densità dei carboidra-

ti presenti in un certo volume, si è arrivati alla conclusione che, secondo Dott. Sears autore della Dieta a Zona le percentuali dei macronutrienti sono 40% Carboidrati; 30% Proteine; 30% Grassi. Nei prossimi articoli quando parlerò in maniera dettagliata di Carboidrati, Proteine e Grassi potrete valutare meglio le scelte alimentari e capire perché questo cambio di "percentuali (%)" nelle quantità totali di Kcal giornalieri.

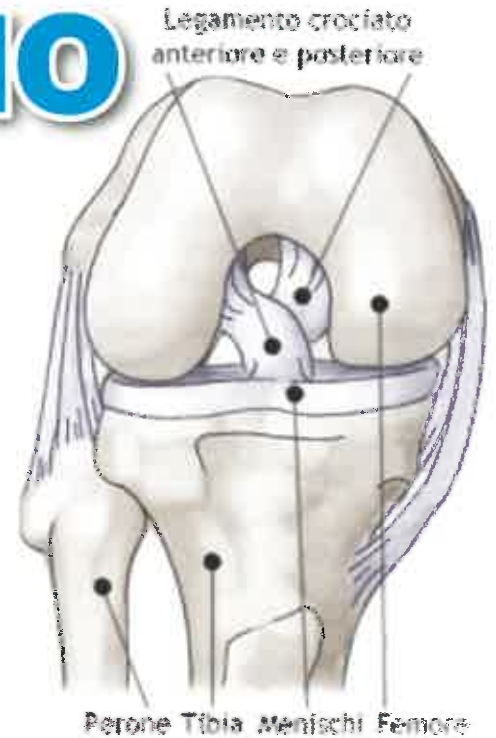
Buona corsa!



IL GINOCCHIO

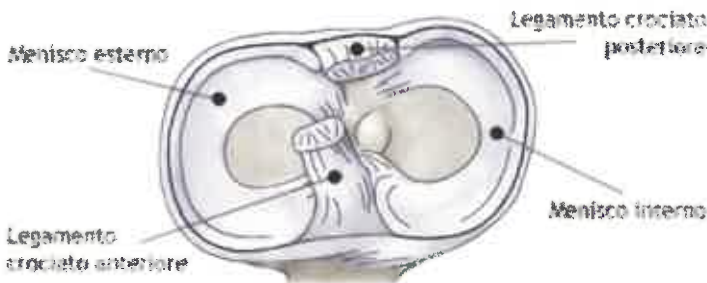
E' un'articolazione complessa, sottoposta a forze che si esprimono contemporaneamente su più piani, sottoponendo le strutture ossee, capsulari, meniscali, legamentose e miotendinee a notevoli sollecitazioni; l'esecuzione scorretta del gesto atletico, un improvviso sovraccarico funzionale al ginocchio, un contrasto con piede fisso a terra possono produrre lesioni acute.

Tra le strutture maggiormente colpite da fatti acuti vi sono sicuramente i menischi. Per ogni ginocchio ve ne sono due, uno detto mediale l'altro laterale, di forma grossolanamente a ferro di cavallo adagiati sulla superficie tibiale dell'articolazione del ginocchio. Essi sono addossati e fusi con la capsula articolare, possiedono una discreta mobilità e deformabilità che consente loro di adattarsi ai mutamenti spaziali che si verificano durante i diversi movimenti articolari; la loro funzione è di stabilizzare il movimento di scivolamento e rotolamento dell'estremità femorale, grossolanamente sferica, su una superficie piatta quale è quella della tibia.



ROTTURA DEL MENISCO

Quando una od entrambe queste strutture, o per un movimento sbagliato o per uno sbilanciamento dell'atleta, rimangono "intrapolate" tra il femore e la tibia vengono contuse o lacerate.



Diagnosi

Il quadro clinico solitamente è di vivo dolore, con impossibilità a poggiare a terra l'arto colpito; soventemente il ginocchio si gonfia rendendo il dolore più acuto.

Diagnosi e trattamento

La diagnosi di rottura meniscale nella gran parte dei casi indirizza all'intervento chirurgico, solitamente condotto in artroscopia; mediante tale intervento che prevede piccole incisioni si procede a seconda dei casi a riparazione meniscale o più frequentemente a sezione della parte lesa del menisco. I postumi sono generalmente poco rilevanti nel medio periodo ed il recupero assai rapido.

ROTTURA DEI LEGAMENTI CROCIATI

I legamenti crociati, anteriore e posteriore, alloggiati all'interno del ginocchio sono tesi tra il femore e la tibia incrociandosi l'un con l'altro; la funzione biomeccanica è di stabilizzare reciprocamente durante il movimento l'articolazione del ginocchio. Come per i menischi un'anomala energia impressa ai legamenti da movimenti abnormi può causarne una distensione tale da provocarne la rottura parziale o totale.



Sintomi

La sintomatologia è simile a quella della rottura meniscale; raramente vi è la rottura di entrambi i legamenti ed è da sottolineare che quello che più frequentemente si danneggia è l'anteriore. Il grado di lesione e d'instabilità guida la scelta terapeutica. Nelle lesioni complete l'unica soluzione è l'intervento di plastica legamentosa, ovvero della ricostruzione del legamento rotto utilizzando dei segmenti tendinei.



LESIONE DEI LEGAMENTI MEDIALE E COLLATERALE

Oltre ai legamenti crociati esistono altri due legamenti assai importanti per la stabilità del ginocchio: Il legamento collaterale mediale e collaterale laterale. Essi decorrono ai lati del ginocchio ed il loro compito è di stabilizzare l'articolazione nei movimenti di traslazione laterale, parziale o totale. Tra i due il più frequentemente interessato da lesioni acute è il collaterale mediale che nella maggior parte dei casi subisce lesioni parziali che ben riparano con un'adeguata immobilizzazione. Altre volte invece la lesione è così profonda che l'unica soluzione è l'intervento chirurgico per riparare e ritendere il legamento rotto.



Distorsione di 1° grado



Distorsione di 2° grado

Distorsione di 3° grado
Rottura completa dei legamenti

LESIONI COMPLESSE DEL GINOCCHIO

Nei casi più gravi le lesioni vengono definite complesse quando due o più strutture articolari vengono coinvolte (p.e. rottura meniscale e lesione legamentosa sia del crociato anteriore che del collaterale mediale); la soluzione chirurgica diviene indispensabile per restituire stabilità al ginocchio, ma è evidente che vi saranno evidenti postumi del trauma subito ed i tempi di recupero risulteranno assai lunghi.

A destra: **la triade infausta**. Rottura dei legamenti collaterale tibiale e crociato anteriore con lesione del menisco mediale



LA VISITA DI IDONEITÀ

La pratica dell'attività sportiva ha numerosi benefici a livello fisico e psichico, ma sottopone l'organismo ad un impegno cardiovascolare, respiratorio, metabolico e nervoso che varia a seconda dello sport praticato e delle condizioni fisiche dell'individuo. Affinché i benefici ed il successo nell'attività sportiva siano evidenti è necessario che il Socio F.I.A.S.P. sia in uno stato di buona salute ed efficienza fisica. In alcuni casi, infatti, l'attività sportiva può indurre disturbi e rendere evidenti anomalie sino ad allora passate inosservate. Per verificare lo stato di salute ed evitare rischi connessi alla pratica sportiva è opportuno sottoporsi, prima di intraprendere l'attività, ad un controllo medico-sportivo. Da una statistica fatta per un mese a diverse manifestazioni F.I.A.S.P. in più province, è risultato che molti Soci F.I.A.S.P. "non" si sottopongono nemmeno una volta all'anno alla visita medica per paura di non più poter "correre" dopo aver conosciuto il loro stato di salute. Questa "attenuante" non trova nessuna giustificazione in quanto nel caso peggiore di una riscontrata malattia, è tramite questa visita che un domani si potrà continuare a correre dopo essersi ristabiliti. Quindi a margine delle disposizioni di leggi riguardanti la "tutela sanitaria delle attività sportive", la visita medico-sportiva deve essere fatta per il proprio bene indipendentemente che una persona si attivi per la corsa agonistica, oppure ludico motoria.



I TRENI DI PIANURA

Quando cammino con i miei compagni, mi ritrovo a parlare di persone, di luoghi di situazioni che mi fanno ricordare che il tempo è passato, ma l'emozione del fatto no. Ricordare, riassaporare le atmosfere rivivere quasi fisicamente il passato mi lascia un sapore dolce e amaro, un'ansia piacevole e nello stesso tempo tagliente. La stessa sensazione la provo quando vado in una stazione ferroviaria, e puntualmente un treno parte, e allora ricordo quella mattina che mia madre mi portò all'ospedale per farmi visitare. La nebbia che ci avvolgeva era talmente fitta che il treno a vapore si annunciava oltre che con il suo rumoroso incedere, anche con lo scoppio dei petardi posti dai ferrovieri sui binari allo scopo di rammentare la vicinanza della stazione. La nebbia sapeva di lavoro, del fumo delle sigarette degli operai che con la barba fresca e con il piglio di chi ha in mano il proprio destino si apprestavano ad affrontare una giornata di lavoro faticoso ma gratificante, un lavoro che li aveva elevati al rango di operai lasciando alle spalle il ricordo della qualifica di bracciante agricolo. Una nebbia che io respiravo e già mi vedevo proiettato in quel futuro immediato, anch'io adulto che lavoravo, che dicevo la mia, che avevo idee. Dopo tante fermate vicine, dopo che da ognuna salivano ragazzi festosi che cercavano gli sguardi delle ragazze che avevano tenuto un posto accanto a loro,

si arrivava a Pavia, dove altra nebbia ci aspettava e a diversità del mio paese, anche altri treni. Quando scesi dai gradini vidi una signora che si asciugava le lacrime e nello stesso tempo un treno lasciava lentamente dietro di se la signora e la stazione di Pavia. D'istinto strinsi la mano di mia madre, la quale sbigottita mi guardò e subito mi tranquillizzò. Ancora oggi lego ad un treno che parte questa immagine, questa angoscia di qualcuno a te caro che se ne va, ma crescendo ho anche elaborato il fatto che i treni portano, fanno riavvicinare e forse questa duplice funzione ha reso equilibrato il mio malessere. Sovente mi capita di sentire la canzone di Fossati che racconta del viaggio verso il mare delle ragazze di pianura che prendono un treno di pianura, e c'è una strofa che ho fatto mia forse perché mi identifica sotto il profilo umano, e cioè "dietro la curva il mare". Dietro alla curva ci deve essere il mare che

oltre ad essere immenso è carico di destini, di viaggi di storie di miti. Dietro quella curva c'è una frontiera da superare, una lingua da imparare un incontro, occhi che incrociano sguardi mani che si intrecciano, dietro l'angolo c'è una siepe fiorita, una macchia di colore. Io che sono di pianura mitizzo queste situazioni forse per poter scollarmi dalla realtà appiccicosa della nostra zona fatta di pochi colori e di confini marcati, di stagioni che si ricordano per il malessere generato dall'umidità. Comunque io amo la mia pianura, amo i miei grigi e i contorni diafani delle risaie d'estate, amo la nebbia e tutto quello che in lei si nasconde. La nostra società ormai ci ha imposto un modo di vivere e di pensare che va contro ogni qualsiasi logica, e lo fa facendoci credere ad esempio che una pelliccia sintetica sia ecologica e che il miglior modo di vivere sia quello di assomigliare a qualche altro magari sottoponendosi ad interventi chirurgici, o con altri mille esempi idioti che ormai noi abbiamo metabolizzato come verosimili, ed io, allora convinto come sono che dobbiamo essere noi stessi sempre e con tutti, mi crogiolo nel ricordo di quando una parola aveva valore di quando prima di chiedere altro ci si domandava come si stava, non con evanescente disinteresse ma con vero coinvolgimento.





TERNI MARATONA DELLE ACQUE

8 - 9 maggio 2010

È ormai giunta l'ora per pensare alla prossima "MARATONA DELLE ACQUE" la manifestazione che si svolgerà il prossimo 8-9 maggio nella cittadina di Terni. E la città è pronta ad accogliere i tanti podisti che non vorranno mancare all'appuntamento che celebra trentatré anni di successi e di indimenticabili incontri con tanti sportivi che hanno scelto l'incontro di Terni, per vivere insieme un fine settimana all'insegna del turismo, della cultura, dello sport attraverso questo semplice e appassionante sport che il camminare o il correre in sintonia con le proprie possibilità e grado di allenamento. Un modo nuovo di fare attività fisica per tanti che ormai, abbandonate pantofole e poltrone, si dilettano ad effettuare salutari camminate o brevi e leggere corse, rinnegando in tal modo quel vecchio luogo comune che vuole lo sportivo solo seduto in poltrona davanti ad un televisore o vocante sugli spalti di uno stadio o palazzetto dello sport. E così nella mattinata di domenica 9 maggio, in molti si cimenteranno nei vari percorsi previsti dagli organizzatori: km. 5,000 "Percorso cittadino"

per i meno allenati per le vie cittadine; Km. 10,000 "Percorso del turista" per chi vuole fare una bella camminata sulla "Valnerina" chiusa al traffico e conoscere i meravigliosi sentieri che si inerpicano a pelo d'acqua all'interno del Parco delle Cascate delle Marmore; per tutti questi sarà pronto un pullman-navetta che riporterà i podisti-turisti a Viale Trento in prossimità dell'arrivo; km 21,000 "Percorso dell'acqua" per i più allenati che, dopo aver scorrazzato per il Parco delle cascate, risaliranno il sentiero della Cascata e attraversato l'abitato di Marmore si immergeranno per i boschi di Miranda e giù giù per Laviano e Valenza fino a Terni; e da quest'anno il percorso di Km. 21,000 "Maratonina competitiva nella natura" una competizione sui generis con: salite, scalette, ripide discese, insomma molte difficoltà naturali ma di una bellezza senza pari. L'iniziativa vuole venire incontro a tutti quei podisti competitivi che amano confrontarsi con se stessi e gli altri. La "Maratonina competitiva nella natura" è aperta a tutti i podisti in regola con quanto previsto dalla vigente

normativa sulle manifestazioni competitive. Ma anche i più piccoli avranno il loro spazio all'interno del Campo Scuola "Casagrande" dove, con un giro di pista, saranno anche loro protagonisti di questa manifestazione sportiva insieme a tante altre attrazioni: il gruppo "Mac Donald", la banda folcloristica "La Rakkia", clown e altri gruppi musicali. Ma la grande attrazione della manifestazione resta la tradizionale "FESTA DEL PODISTA" di sabato 8 maggio con il suo programma molto allettante che prevede musica, folklore, amicizia, oltre alla straordinaria e tradizionale cena offerta dall'organizzazione che permetterà di gustare, oltre che i prodotti tipici umbri, anche la inconfondibile piadina romagnola preparata dal gruppo di Voltana e il grana padano offerto dagli amici di Mantova. Un'accoglienza particolarmente calorosa sarà riservata ai gruppi presenti che saranno premiati anche nel corso di questa festa a consolidare i vincoli di amicizia che legano, ormai da anni, gli amanti di questo sport.

SCEGLIETE IL VOSTRO PERCORSO

km 5,000 "PERCORSO CITTADINO"

Proposta per i meno allenati. Il tracciato si snoda nella periferia della città e non passa per il Parco delle Cascate delle Marmore.

km. 10,000 "PERCORSO DEL TURISTA"

Proposta, come dice il nome, per i turisti che vogliono visitare le Cascate delle Marmore. Il percorso prevede un primo tratto di 6 km che va dalla partenza alle Cascate delle Marmore, quindi l'escursione, km. 2, nel Parco delle Cascate, ritorno a Terni a mezzo Bus-navetta messo gratuitamente a disposizione dall'organizzazione, quindi camminata di km. 2 per raggiungere il traguardo.

km. 21,000 "PERCORSO DELL'ACQUA"

Proposta per i più allenati. Previsto il percorso completo con il passaggio per il Parco delle Cascate, la risalita del salto, il passaggio per l'abitato di Marmore, l'escursione nel bosco e il rientro a Terni.

km. 21,000 "MARATONINA COMPETITIVA NELLA NATURA"

Proposta per i podisti competitivi in regola con le vigenti norme sull'attività agonistica. È una gara particolare: ripide salite, scalette, discese, strade sterrate e tante altre difficoltà che la rendono quanto mai affascinante. Per tale percorso verrà stilata una classica individuale con premiazione dei primi 45 uomini e le prime 15 donne.



“Due eventi sportivi NON inseriti nel Calendario Nazionale F.I.A.S.P. ma già omologate per il 2010 dal Comitato Provinciale F.I.A.S.P. di Mantova e dalla Unione Marciatori Veronesi, che si inseriscono nella storia delle manifestazioni podistiche più eclatanti della terra “virgiliana.”

Domenica 17 Gennaio 2010
SOLFERINO (Mantova)

22^a Marcia della Croce Rossa

Itinerari di Km. 6, 12 e 18

Per informazioni: tel. 339.6312226



La Marcia della Croce Rossa, si svolge a Solferino, ha storia antica. Voluta dall'Assessorato allo Sport della Provincia di Mantova a metà degli anni ottanta il Gruppo Sportivo Andes, il Gruppo Podistico La Vaca Ad Main di Castiglione delle Stiviere, in collaborazione con l'allora costituito Gruppo Podistico La Tarma di Tarmassia, l'hanno sostenuta successivamente sino ai primi anni del '90, di seguito passò sotto l'organizzazione del G.S. Andes. Nei primi anni la sede di partenza ed arrivo era in Piazza Castello. Le prime edizioni la media dei partecipanti non superava le 400 unità. Le cose cambiarono successivamente nel momento stesso che la manifestazione venne omologata anche dalla Unione Marciatori Veronesi, e subito le presenze effettive furono più di 1000. Da allora, mutò anche la sede di partenza per motivi logistici e di ospitalità, presso il Centro Sportivo. Ed è ancora qui che i proponenti di questo evento, accoglieranno i partecipanti per far conoscere a loro il territorio dove Jan Henry Dunant ebbe l'idea di creare la Croce Rossa, in quanto testimone della sanguinosa battaglia che videro uniti gli eserciti Piemontesi e Francesi contro gli Austriaci. La partenza ufficiale è fissata alle ore 8:30 dal Centro Sportivo, contributo di partecipazione con riconoscimento e servizi marcia € 2,50, solo servizi marcia € 1,00.

Informazioni e prenotazioni, Signor Paolo Zanetti – Tel.0376. 45395-338.8838902

28 febbraio 2010 - OLFINO DI MONZAMBANO (MN)

MARCIA VIRGILIANA

Km. 7 - 13 - 18

Era l'anno 1981, Mantova festeggiava il bimillenario del sommo Poeta latino: Publio Virgilio Marone, nato a Pietole di Virgilio(MN) duemila anni fa. In questo contesto di grandi festeggiamenti culturali e storici ai quali parteciparono studiosi di tutto il mondo, scrittori, giornalisti, il Capo dello Stato Sandro Pertini, vi entro anche la 1^a Marcia Virgiliana. Già dalla prima edizione l'evento aveva la doppia omologazione: F.I.A.S.P. - Comitato Provinciale di Mantova con Presidente Elio Zavattini e Unione Marciatori Veronesi con Presidente Vincenzo Presutti. L'evento partiva da Pietole di Virgilio la dove il “borgo” lambisce il fiume Mincio, era decisamente un territorio “bucolico”, con partenza ed arrivo presso l'Antica Trattoria Andes di Guido Longhi. Venuto a mancare l'appoggio logistico di partenza ed arrivo per cessata attività della Famiglia Longhi, e altri motivi legati al territorio che più nulla avevano da offrire per la desertificazione dei boschi esistenti, per i lavori all'argine maestro del fiume Mincio, la manifestazione venne spostata sui Colli Morenici, precisamente nel borgo di Olfino di Monzambano, un territorio stupendo per camminare o correre, dove la natura accoglie a braccia aperte l'appassionato podista in una sorte di emozioni paesaggistiche, sportive e sociali meritevoli di essere conosciute. La partenza ufficiale è fissata alle ore 8:30 presso l'Agriturismo Olfino, contributo di partecipazione con riconoscimento e servizi marcia € 2,50, solo servizi marcia € 1,50.

Informazioni ed iscrizioni per i due eventi presso il Signor Paolo Zanetti, tel. 0376.45395-338.8838902



agriturismo
Corte Olfino

agriturismo
Corte Olfino

Via Vicolo Vecchio, 8
 46040 Olfino di Monzambano
 Mantova - Italy
 Tel. e Fax 0376 800272
 www.corteolfino.com
 e-mail: info@corteolfino.com



17^a MARCIA DELLA PUBBLICA ASSISTENZA CROCE AZZURRA

31 gennaio 2010

Il 31 gennaio 2010 si svolgerà la 17^a **Marcia della Pubblica Assistenza Croce Azzurra** di Almenno San Salvatore in provincia di Bergamo, lungo uno splendido percorso tra il verde e la storia del Romanico di cui il territorio degli Almenni è ricco.

La marcia ha inizio percorrendo una nuova pista ciclabile e presenta il suo primo ristoro nel cortile dell'Antenna Europea del Romanico che comprende un ex-convento femminile e il Tempio di San Tomè, pregevole capolavoro di arte romanica; proseguendo attraverso il sentiero del bosco che costeggia il fiume Brembo si giunge vicino al Santuario della Madonna del Castello nota in tutta la zona come la Madonna della Candelora e importante in quanto risulta costituita da tre corpi di fabbrica con caratteristiche architettoniche assai diverse essendo sorti in tempi distanti fra loro con il più' antico La Pieve risalente al VII-VIII secolo in periodo preromanico.

Continuando la marcia lungo un tratto cittadino attraverseremo un antico



Ponte Romano sul fiume Brembo passeremo davanti a una antica dogana per arrivare al Castello di Clanezzo, struttura edificata nel X secolo, dal quale si procede ancora per qualche chilometro fino alla chiesa di San Nicola, altra imperdibile testimonianza del XV secolo, posta nelle vicinanze della chiesa di San Giorgio del XI-XII secolo, tutt'ora in ristrutturazione, infine il traguardo in sede dell'associazione.

Ed ora non può mancare un cenno sulla nostra Associazione; fondata nel 1987 conta ad oggi sulla disponibilità di 170 volontari e copre con le sue attività un ampio territorio tra Bergamo città e la Valle Imagna con la Valle San Martino, con oltre 5000 interventi nel 2008, offrendo tutti quei servizi sociali e sanitari di cui la comunità necessita, per citarne alcuni: emergenza-urgenza 118, trasporto dializzati, assistenza manifestazioni sportive.

Speriamo con questa breve illustrazione d'aver stuzzicato la vostra curiosità e il

vostro interesse nel percorso proposto e perché no nell'attività che l'Associazione svolge quotidianamente per diventare parte attiva sul territorio.





FANNA E I LUOGHI DELLA "MARCIA DEL MUFLONE"

In un paesaggio collinare ai piedi dei monti della Val Colvera e della Val Meduna, a metà via tra Maniago e Spilimbergo si trova il comune di Fanna. Nell'ambito della provincia di Pordenone, il Comune si situa nella zona di transizione fra l'alta pianura e la zona pre-alpina e si sviluppa fra quota 504 s.l.m. (montelieto) e quota 207 s.l.m., in corrispondenza della porzione più meridionale. Se si esclude il territorio che comprende il comune di Vajont, sorto dopo i tragici eventi del 1963, Fanna, è il comune meno esteso della provincia di Pordenone con una superficie di 10,20 kmq. Il suo nome deriva probabilmente da "Fanum" (bosco sacro). E' una zona tipica dell'area pedemontana pordenonese, con un dislivello accentuato tra la parte pianeggiante e la parte in altura. Le coline, verdissime, fanno da sfondo al paese e ospitano numerose località minori: Boscarini, Madonna di Strada, Sutila Cinkins, Mistris, Paiani, Vallavàn (appartiene a Frisanco anche se la popolazione che risiedeva gravitava su Fanna). L'origine del comune è chiaramente riconducibile al periodo romano, anche se non mancano resti di insediamenti umani di epoche precedenti, come dimostrano gli oggetti di pietra, catalogati dal gruppo archeologico locale, che farebbero pensare a presenze

di popolazione del neolitico. La prima documentazione ufficiale dell'esistenza di Fanna si trova in un testo dell'imperatore del Sacro Romano Impero, Ottone II, fatta risalire al 981 d.c. Vi viene citata la chiesa di Santa Maria del Marcadello (oggi nota come Santuario della Madonna di Strada, presso il guado del torrente Colvera). L'edificio era evidentemente luogo di culto per i viandanti e punto di riferimento per cavalieri che vi ponevano in loro difesa contro gli agguati di banditi e di orde barbariche. Dello stesso periodo è la notizia documentata della dipendenza della chiesa di San Martino di Fanna dall'abbazia benedettina di Pomposa, al confine tra Veneto ed Emilia Romagna, protrattasi fino al 1746. Fino al 1584 Fanna fu unita a Cavasso, sotto il dominio dei conti di Polcenigo-Fanna, signori del castello di Mizza, sulle alture che dominano la zona e l'interno Maniaghese. Le due comunità si separarono dopo contrasti plurisecolari. Due dei motivi dello storico contenzioso riguardano il possesso dell'oratorio di San Silvestro e del santuario di Madonna di Strada. Una volta acquisita la sua autonomia, la comunità di Fanna ottenne che la chiesa di San Martino diventasse sede della parrocchia. L'edificio fu ampliato e trasformato nel 1827. Al suo interno, una preziosa

pala del seicento ispirata allo stile di Giovanni Antonio da Pordenone, realizzata da componenti della sua scuola o da imitatori. Tra le opere più recenti, alcuni dipinti di Vittore Cadel, poeta e pittore scomparso in giovane età nel 1917. Anche la chiesa di Madonna di Strada reca affreschi dello stesso poeta e pittore Cadel, una delle personalità emergenti della cultura locale e friulana in generale, al quale è stata dedicata la civica biblioteca di Fanna. Un documento dell'imperatore Ottone II, datato 12 gennaio 981, attesta che già esisteva la chiesa "Madonna di Strada", della allora "Santa Maria di Mercadello". Il Santuario è per tanto uno dei più antichi del Friuli Venezia Giulia. Presso la chiesa passava l'unica via di comunicazione pedemontana; il guado del torrente Colvera era effettuato con l'aiuto del cavallo ("marcadellus"). La fama del santuario si diffuse nei secoli scorsi anche per miracolose guarigioni che avvenivano. L'edificio fu ricostruito più volte lungo i secoli in seguito a guerre e terremoti. L'attuale coro risale al 1357, la sacrestia e il campanile a prima del 1733, la chiesa al 1886, le campane al 1926: una di esse fu rifatta nel 1999 e è opporta incisa la scritta: "San Francesco - Anno Giubilare 2000". Si racconta che l'immagine della "Madonna di Sarda" in pietra dipinta, sia



l'ex voto di un castellano di Fanna del'400, salvato miracolosamente dalle acque impetuose del colvera che scorre a fianco del Santuario. Tra i personaggi del comune va citato padre Fedele di Fanna (Giorgio Maddalena 1833-1881), frate francescano e studioso, al quale l'Amministrazione comunale ha dedicato una strada ed ha pubblicato un libro. Il libro del religioso è custodito nel Santuario ed è oggetto di venerazione. Altro personaggio locale, il pittore-illustratore Gian Maria Càdel (1905- 1977). Durante tutto l'anno sono numerose le iniziative culturali e turistiche, grazie a un'intensa attività posta in essere dalle varie associazioni locali. Dopo le distruzioni e i danni minori provocati dal terremoto del 1976, la ricostruzione ha recuperato alcune delle antiche "corti promiscue", tipiche di quest'area, oggi caratterizzate da finalità abitative diverse, rispetto all'origine. Gli edifici si distinguono perché al loro interno racchiudono spazi a forma quadrata o circolare (le corti) nelle quali abitavano vari nuclei familiari e si allineavano stalle, fienili, laboratori artigiani. L'accesso era garantito da un portone in legno incardinato a una struttura laterale a pietra culminante in un arco, anch'esso in pietra. Sui lati, le abitazioni dotate di portico e loggiato e quelle più recenti di tipo prealpino con scale esterne e ballatoi. Nello spiazzo interno, l'aia per la battitura del grano; il forno per la cottura di grandi pagnotte di pane e il pozzo. Ogni corte ha un suo nome, spesso riferito alla moglie del proprietario. Tra i vari sistemi di denominazioni adottati, prevaleva quello tipico delle popolazioni slave: il cognome del marito al femminile, soprattutto nei casi di omonimia (Maria Stelòna, Ma-

ria Calderaia, Maria Boscarina, Adele Stelona). A ricordo delle sue usanze, ogni fine estate, negli antichi cortili viene organizzata una serie di spettacoli di canti e di musica della tradizione friulana. L'iniziativa, della Pro loco, delle Associazioni culturali locali e del Comune, viene dedicata agli emigranti e ai loro discendenti che ancora giungono in paese da varie parti del mondo. Le tradizioni rivivono anche con la Festa di San Martino (ogni anno in novembre), grazie a spettacoli teatrali in friulano, danze tipiche locali e avvenimenti folcloristici. Altra occasione tradizionalmente condivisa è il Lunedì dell'Angelo, con manifestazioni religiose e culturali nel Santuario di Madonna di Strada. E il maggio si ripete puntualmente la festa dei "Sapori". Tutte le feste popolari sono realizzate con il concorso delle Associazioni, del Comune e della Parrocchia, sempre per

tenere vive le tradizioni e la friulanità, alle quali la comunità fannese è molto legata. Due concorsi richiamano l'attenzione nazionale: quello biennale "Fiori nel tunnel" per giovani fumettisti (premiazioni in gennaio) e quello di narrativa inedita "Raccontiamoci", per gli studenti fannesi. Fanna fa parte inoltre del circuito dei centri della provincia di Pordenone impegnati nel "Progetto di cultura" internazionale "Salam-Shalom". Suggestive le zone nella parte alta del comune, soprattutto nel periodo estivo per il verde lussureggiante e per la possibilità di visitare le località dell'entroterra collinare oggi pressoché abbandonate. Da segnare un tratto del Sentiero naturalistico Frassati che si snoda su più comuni limitrofi. E' unico nel suo genere in regione Friuli - Venezia - Giulia; impegna il viandante, in due giorni di cammino. Parte da Maniago e attraversa Madonna di Strada, Fanna, Madonna della Stangjàda, Frisanco, Casasola, Pofabro, Monastero delle Benedettine (Santa Maria in Raut), Pian delle Mèrie, le Malghe a quota 980, Pala Barzana, Cristo di Andreis, Maniagolìbero, Maniago (Duomo di San Mauro). Grazie al Gruppo Marciatori A.D.O di Fanna presieduta dalla presidentessa sig. Giacomini Paola, per le vie del paese il 28 febbraio 2010, si snoderà la marcia denominata "Marcia del Muflore". E' per gli organizzatori motivo di vanto poter offrire ai propri marciatori la possibilità di stare a diretto contatto con le bellezze di un territorio così ricco di storia, cultura e bellezze nascoste come il comune di Fanna.



Con il patrocinio di:

Con il patrocinio di:



CONI G.S.A.I.N.

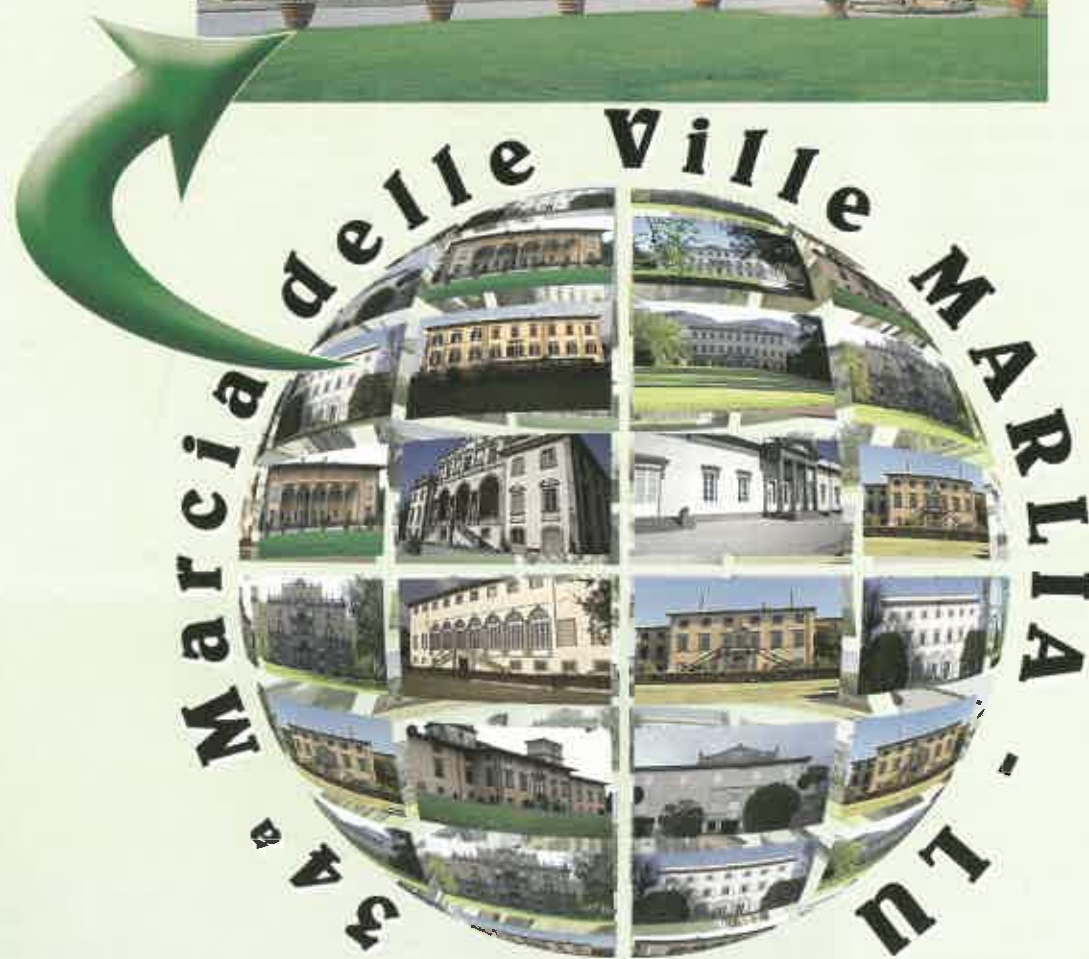


ASSOCIAZIONE PODISTICA



MARCIATORI MARLIESI

Domenica 25 Aprile 2010



*... Una passeggiata
tra l'arte e la cultura delle Ville Storiche Lucchesi...*

www.marciatorimarliesi.it

GARA PODISTICA DI KM 3/6/12/18/24