

Montagna/

SEMENTINA LANCIA LA COPPA TICINO 2016

Leonida Stampanoni

Domenica alle 9.45 da Sementina con la 36^a edizione della Sementina San Defendente prenderà il via la stagione podistica dell'ASTi. La gara della Visnova, che tradizionalmente è l'aperitivo della Coppa Ticino, ha spesso ospitato, lungo i suoi 4.6 km, atleti di valore che nel periodo intermedio di primavera affinano la forma in vista dei grandi appuntamenti estivi. Si spiegano così i recenti successi di Adriano Engelhardt ed Ivan Pongelli.

L'emergere delle gare di Trail ha forse mandato un po' in crisi la coppa Ticino di corsa in montagna che si presenta per questa stagione con sette appuntamenti comunque ricchi di fascino. La Tesserete Gola di Lago, che da una quindicina di anni richiama in Capriasca quasi 300 atleti, sarà la seconda tappa il 23 aprile. Il 19 giugno si correrà poi la Orselina Cimetta che nel 2014 ospitò i campionati svizzeri di specialità. La settimana dopo si salirà al Convento del Bigorio con la quarta edizione della Cronoascesa, una gara a misura d'uomo, spontanea e ricca di atmosfera.

L'estate vedrà gli atleti impegnati sugli aspri versanti delle vallate sudalpine: il 3 luglio il Cama Granprix porterà su fino all'Alp del Iagh. Il 24 luglio ci sarà la Rodi Tremorgio già sede del campionato europeo di salita estrema. Chiusura il 3 luglio con la spettacolare cronometro del Nara.

Nella corsa al titolo di campione ticinese verranno conteggiati i migliori 5 risultati. Attualmente il campione nazionale U20 Roberto Delorenzi è sicuramente un ottimo ambasciatore della specialità. Nel mirino dell'atleta di Sigirino ci sono i campionati europei di Arco di Trento ed i mondiali di Sapareva Banya in Bulgaria a settembre. Il Ticino con Angela Haldimann Riedo vanta pure una campionessa del mondo a squadre. Questi atleti d'élite sono cresciuti sulle nostre montagne come Claudia Riem, Silvano Turati, Massimo Maffi capaci in passato di difendere i colori della nazionale.

Turati e Maffi, che anche nella stagione 2016 saranno tra i pretendenti al titolo, rimangono un esempio di fedeltà alla coppa Ticino, così come il campione uscente degli M50 Fiorenzo Birra. Tra gli M20 il titolo lo scorso anno è andato a Lukas Oehen che ha saputo brillare anche in pista. Vedremo se, tra i mille impegni, riuscirà a difendere il titolo. Tra le donne Rosalba Vassalli Rossi proverà a difendere il titolo. Tra le W40 Jeannette Bragnolo non avrà vita facile.

Il Lunedì di pasqua tornerà per la 32^a volta il Giro Media Blenio che lancerà sia la coppa Ticino Podismo che la coppa Giovanile.

Leonida Stampanoni

Podismo/Sfida intensa nella coppa Ticino giovanile tra le ragazze.

5000 m ASTI Biasca la prima stagionale in pista.

Leonida Stampanoni

Domenica erano quasi 200 gli atleti che hanno partecipato alla Stralosome, Tra i 125 che hanno partecipato alla 10 km valida per la coppa Ticino la vittoria è andata al forte atleta azzuro Alessandro Turrone che in 33'57 ha piegato Bruno Invernizzi 34'15. Tra le donne la più veloce è stata l'italiana Giulia Malagoni 39'14 davanti a Susanna Serafini in 40"22.

Mercoledì la SFG Biasca al Vallone ospiterà il primo 5000 m ASTi .La prima batteria dedicata agli atleti più veloci partirà alle 19.30 a seguire scenderanno in pista i più lente. I 5000m ASTi sono pensati per avvicinare gli appassionati della corsa alla pista ed offrire loro un ideale metro di paragone con i protagonisti della regina delle Olimpiadi

La coppa Ticino giovanile dovrà invece aspettare giugno per gareggiare sui 2000m a Tesserete. Dopo tre uscite la corsa tra le ragazze è vivacissima con 4 ragazze raccolte in tre punti. Nel derby tra Virtus Locarno e US Capriaschese al comando troviamo Janet Silva (62) davanti a Cristina Maggetti (61). La detentrica del titolo Valentina Tanner, battuta a Losone solo dall'italiana Veronica Bona, tocca quota 60, al quarto posto troviamo Matilde Stampanoni (59).Tra i ragazzi seconda vittoria per Andrea Alagona (60),che deve recuperare una gara nei confronti di Alex Balestra (80) seguito al terzo posto dal fratellino Ruben (42).

Tre gare sono invece solo un terzo del percorso della coppa Ticino.

Tra le attive Manuela Maffongelli (60) comanda Clarissa Gaggini (50) Alessandra Rodoni e Lisa Conza (36) guidano ora l'inseguimento.

Tra gli uomini Elia Stampanoni (81) seguito da Toto Notari (58) dettano subito il ritmo. La coppia Massimo Maffi (90) Marco Oberti (75) firmano la terza doppietta stagionale tra di loro a Losone il fortissimo Elio Belluschi. Tra i quarantenni guida Silvano Turati (71) seguito Bruno Invernizzi con due vittorie e da Edo Rossetti (58). La regolarità premia Katia Bossi (66) davanti alle favorite Susanna Serafini (60) e Jeannette Bragagnolo (55). Tra i sessantenni ha già preso il ritmo Christoph Schindler (81) inseguito da Soccorso Cresta (54). Alessio Brusorio guida tra gli U20 davanti a Dave Sestito-Prima vittoria per Marco Delorenzi che prova ad entrare nella corsa al titolo mentre il fratello Roberto si concede una vittoria assoluta al Lago Maggiore Trail correndo in 1h50'20 i 21 km con 1300 m di dislivello.

I prossimi due appuntamenti saranno dunque nell'alto Ticino mercoledì il 5000m a Biasca, mentre la domenica di Pentecoste si correrà per la 43 volta la corsa Malvagliese.

Leonida Stampanoni

Podismo/Il podismo riparte con la Selma Rossa

SILVANO TURATI VINCE AL NARA

In coppa Ticino festeggiano Nicola Calabresi, Maria Gennari, Susanna Serafini, Paola Engelhardt, Massimo Maffi, Dino Bersacola e Alessio Brusorio.

Leonida Stampanoni

Domenica erano in 75 al Nara per l'ultima tappa della coppa Ticino di corsa in montagna Silvano Turati correndo i 5.5 km con 750 di dislivello in 35'28 si è assicurato la coppa Ticino M40 a spese di Christian Sonderegger terzo tempo assoluto in 36'28. Il cinquantenne Massimo Maffi si è assicurato il secondo tempo assoluto in 36'11. Tra gli M20 Nicola Calabresi in 38'37 ha ottenuto la vittoria in gara agguantando pure la coppa a spese del favorito Lukas Oehen che chiude la stagione imbattuto. Completa il podio di coppa Toto Notari quarto di giornata. Tra le donne miglior tempo per la W40 Susanna Serafini in 42'41. Tra le W20 vince gara e coppa Maria Gennari in 46'04 spuntandola di misura su Manuela Leonardi 46'20 . L'italiana Giovanna Cavalli in 43'47 con il secondo tempo assoluto, vince tra le W50 davanti alle tre premiate di coppa Paola Engelhardt, Graziella Quadri e Maria Soldini. Negli M60 vince l'italiano Flavio Mangili davanti al campione ticinesi Dino Bersacola. Tra gli U20 Rossi Jacopo vincendo in 44'00 agguanta il terzo posto in coppa alle spalle di Alessio Brusorio e Roberto Delorenzi.

Lunedì gli U16 hanno corso la Fontana Foroglio quinta prova di coppa Ticino che ha confermato i valori in campo. Vittoria tra i ragazzi per Andrea Alagona che difende l'imbattibilità davanti ai fratelli Alex e Ruben Balestra. Doppietta Virtus tra le ragazze con Valentina Tanner e Cristina Maggetti che in coppa prenotano i primi due posti terza Janet Silva. Venerdì 27 agosto la penultima prova di coppa alla GO & Run di Bellinzona.

Sabato in Calanca ripartirà la coppa Ticino Podismo con la terza edizione della Selma Rossa prova organizzata dal gruppo sportivo MoesaRunners. Alle 16.00 si partirà per la panoramica prova sui 10 km, le preiscrizioni sono già aperte scrivendo a Moesarunnes@gmail.com. La stagione ha già vissuto i due terzi della sua storia le ultime prove estive definiranno i dettagli delle varie classifiche.

Tra gli M20 Elia Stampanoni comanda nei confronti di Toto Notari. Tra le donne la sfida dovrebbe essere tra Clarissa Gaggini e Alessandra Rodoni con l'imbattuta Manuela Maffongelli che non può più sbagliare. Grandi protagonisti della coppa sono le categorie dei quarantenni, Tra le donne sfida più che mai aperta tra Susanna Serafini e Manuela Falconi .Tra gli uomini Silvano Turati ha già intascato la vittoria dietro lottano Edo Rossetti e Valerio Lorenzetti.

Tra i cinquantenni sfida tra il campione uscente Marco Oberti e Massimo Maffi nei panni del favorito. Tra le donne comanda Maria Soldini ma la favorita è Cinzia Ruggeri. Situazione definita tra gli M60 in testa Christoph Schindler davanti a Dino Bersacola e Mario Maffongelli. Tra gli U20 comanda Alessio Brusorio davanti a Dave Sestito.

Leonida Stampanoni

Podismo/

5000 m ASTi Al comunale l'ultimo sforzo in pista

Leonida Stampanoni

Mercoledì sera al comunale di Bellinzona il GAB organizzerà il terzo ed ultimo 5000 m ASTi valido per la coppa Ticino di podismo. I primi a partire saranno i giovani e le ragazze U16 che alle 19.00 gareggeranno sui 2000 m. Dalle 19.30 spazio alla batteria degli atleti più veloci sui 12 giri e in seguito in ordine di tempo previsto crescente le altre batterie. Sabato buona la partecipazione alla Stramassagno con vittorie per Roberto Dimiccoli e Manuela Maffongelli nella gara principale e degli imbattuti Valentina Tanner ed Andrea Alagona tra i giovani.

Nella coppa giovanile prima dell'ultima prova il titolo è già nelle mani di Valentina Tanner della Virtus, mentre la lotta per il secondo posto coinvolge l'altra locarnese Cristina Maggetti e le capriaschese Janet Silva e Matilde Stampanoni. Andrea Alagona, dell'US Ascona, dovrà invece terminare il 2000 m per suggellare la sua stagione da imbattuto con lui sul podio i fratelli Alex e Ruben Balestra dell'USC.

I 5000 m varranno il titolo degli M50 il favorito Massimo Maffi (Comacina) che deve assolutamente tagliare il traguardo il miglior tempo per ora è il 16'56"33 di Marco Oberti (SFG Biasca). Raccolti in pochi secondi anche i pretendenti al podio. Silvano Turati (Vigor) primo tra gli M40 dovrà pure lui cimentarsi in pista, attualmente il più veloce è Valerio Lorenzetti in 17'15"75. Tra le W50 Cinzia Ruggeri che insegue Maria Soldini deve anche scendere in pista per ora il tempo da battere è il 22'46.6 di Mara Rossinelli con Iria Togni a soli 3".

Lukas Oehen (FGM) in 15'20'82 e la neocampionessa W20 Manuela Maffongelli (Vigor) in 18"38 sono stati i più veloci in assoluto finora. Tra gli M20 il titolo è però di Elia Stampanoni. Tra le W20 Susanna Serafini (RCB) 19'11"90 è la più veloce ed ha il titolo in tasca come tra gli M60 Christoph Schindler (FGM) 19'05.45.

Sabato a Camignolo ci sarà l'ideale passaggio di testimone tra la coppa Ticino ed il trofeo ASTi Staffette, l'AS Monteceneri organizzerà infatti a partire dalle 14.00 un intenso pomeriggio atletico con la Staffetta scolari ed il Giro Podistico con partenza alle 17.00.

Leonida Stampanoni

PODISMO/Gran finale a Camignolo

COPPA TICINO A BELLINZONA ASSEGNATI GLI ULTIMI TITOLI

(Leonida Stampanoni)

Sabato dopo l'aperitivo giovanili della Staffetta scolari, L'AS Monteceneri propone il Podistico di Camignolo che alle 17.00 chiuderà la coppa Ticino di podismo. La gara si svilupperà sul circuito di 3 km ricco di saliscendi da ripetere quattro per le categorie M20/M40 e tre per tutte le altre categorie. La classica montecenerina nacque negli anni 90' e vanta vincitori illustri come Giuseppe Maffei già finalista ai giochi olimpici di Atene sui 3000m siepi.

Mercoledì al comunale di Bellinzona una cinquantina di podisti si sono misurati per l'ultima volta in pista.

Sui 5000 m due giovani hanno firmato la serata Roberto Delorenzi 16'29"31 e Dave Derigo 16'39"19, il vincitore di coppa Alessio Brusorio che ha corso in 19'31.06. A Camignolo Derigo, Marco Delorenzi e Dave Sestito lotteranno per il podio. Tra le W40 Jeannette Bragagnolo ha corso in 18'58.32 e si porta così al secondo posto in classifica dietro la vicintra Susanna Serafini. La lotta aspra per il podio coinvolge anche Angela Borgna, Simonea Lazzeri, Katia Bossi, Manuela Falconi. Tra gli M40 Silvano Turati correndo in 17'10"27 si assicura la coppa come Massimo Maffi con 17'48"29 tra gli M50 e Cinzia Ruggeri tra le W50 in 22'28"90. Alle spalle del campione Christoph Schindler Dino Bersacola e Mario Maffongelli sono separati da soli 6 punti tra gli M60. Nelle categorie principali tutto chiaro con le vittorie di Manuela Maffongelli ed Elia Stampanoni che il prossimo anno arricchirà la categoria M40.

2000 m giovanili hanno definito la classifica della coppa giovanile tra i ragazzi spettacolare duello tra Andrea Alagona 6'31"89 e Alex Balestra 6'32"05 che hanno chiuso nell'ordine anche in coppa con Ruben Balestra 7'38"19 a completare il podio davanti a Emil Rossi 6'59"45. Tra le ragazze assente la vincitrice di coppa Valentina Tanner, Janet Silva (7'34"64) e Matilde Stampanoni (7'39"26) hanno conquistato il podio a spese di Cristina Maggetti.

Tra un mese con il padrinato di Viktor Röthlin la Ascona Locarno Marathon chiuderà la stagione podistica assegnando i titoli cantonali nella maratona e nella mezza maratona

Tutte le info su www.ASTI-Ticino.ch

Leonida Stampanoni