



**Asi** ASSOCIAZIONE  
SPORTIVA  
TICINESE

calendario  
**2019**

Podismo / Montagna salita e vertical / Orientamento / Staffette





%

# SCONTO DEL 15%

Buono da presentare in negozio.

Non cumulabile con altri sconti.

SPORT TO THE PEOPLE

**INTERSPORT Grossi**  
6500 Bellinzona  
Via Codeborge 5

Telefon 091 825 51 31  
grossisport@bluewin.ch  
www.grossisport.ch

**INTERSPORT®**  
GROSSI Bellinzona



# calendario 2019

Podismo / Montagna salita e vertical / Orientamento / Staffette





# GRAFICPRESS S A

dà forma alle tue idee dal 1973

un punto di riferimento per  
i vostri stampati!



\*esperienza \*qualità \*a due passi dall'autostrada

tipografia Graficpress SA - Via d'Argine 4a, 6930 Bedano - Telefono 091 825 91 76

# Indice

Calendario generale .....	9
Inserzioni gare .....	23
Regolamenti ASTi, coppe e trofei .....	49
Calendari coppe e trofei .....	69
Risultati e classifiche .....	75
Comitato ASTi e commissioni .....	83
Indirizzi società ASTi .....	89



# Nuove e vecchie gare per tutti



Il calendario podistico dell'ASTi quest'anno racchiude oltre quaranta manifestazioni tra podismo, montagna, salita, vertical e staffette di paese.

Dopo un solo anno di pausa torna in calendario la Sementina - San Defendente, la prova d'apertura per tradizione che darà il via alla Coppa ASTi montagna salita e vertical il 31 marzo. Ad organizzarla sarà per la prima volta il Runner's club Bellinzona che non proporrà più, invece, la GoAndRun. La Coppa ASTi di montagna avrà quindi 13 gare valide. In contrapposizione, la Coppa di podismo perde qualche gara. La Gravesano running si ferma a otto edizioni, mentre la Pontironese non si correrà più dopo ben 32 anni. Nelle pagine di questo calendario potete scoprire quali gare saranno valide nel 2019 per la coppa di podismo, che ripropone le graduatorie per le categorie oltre alle classifiche generali. Il trofeo per società è stato solo leggermente rivisto e premia sia la partecipazione sia la prestazione degli atleti delle società ASTi. Qualche cambiamento ci sarà pure per i giovani che sull'arco della stagione potranno partecipare alle dieci gare di Coppa e, a fine anno, essere invitati a partecipare con l'ASTi alla trasferta alla Transviamala. Confermate le otto staffette del TAS che anche nel 2019 attireranno sulle strade di alcuni borghi cantonali moltissimi giovani, giovanissimi e meno giovani. Da annotare che la staffetta dell'AS Monteceneri tornerà ad essere una prova primaverile, in maggio, coinvolgendo quindi oltre ai più piccoli anche le categorie U16 e più grandi.

Qualche lieve accorgimento è stato apportato anche ai regolamenti che si possono consultare integralmente sul sito [www.asti-ticino.ch](http://www.asti-ticino.ch), mentre in questa guida ne riportiamo un estratto.

Ricordiamo che per poter allestire correttamente le classifiche delle

Coppe ASTi, gli atleti devono imperativamente iscriversi correttamente alle gare ASTi, indicando sempre cognome e nome, anno di nascita, categoria, società e domicilio.

Con lo scopo di promuovere il podismo e nel contempo di riconoscere l'impegno dei podisti, l'ASTi ripropone anche nel 2019 alcune iniziative per tutti. Nel corso della stagione in diverse manifestazioni podistiche del calendario ASTi vi saranno dei pettorali a sorteggio tra i partecipanti. Si potranno vincere delle iscrizioni a una delle manifestazioni podistiche del calendario ASTi. Non mancate.

Anche nel 2019, tra tutti coloro che nel corso della stagione podistica parteciperanno ad almeno 5 gare della Coppa ASTi di podismo oppure ad almeno 5 gare della Coppa ASTi di salita montagna e vertical (e che non saranno già premiati per le classifiche di coppa), verranno sorteggiati tre premi. Partecipate.

In questo calendario la gara Orselina-Cimetta è contrassegnata con la distinzione di "miglior gara podistica ASTi", grazie al voto del pubblico. Chi sarà il vincitore nel 2019? Sul sito [www.asti-ticino.ch/podismo](http://www.asti-ticino.ch/podismo) sarà possibile esprimere la propria preferenza a fine stagione. Per sapere chi votare la cosa migliore è partecipare alle gare del calendario ASTi.

*Un'ottima stagione a tutti,  
Commissione tecnica podismo e staffette*



# Orientamento sullo slancio degli EOC



Dopo i fasti del 2018, caratterizzati dal grande successo dei Campionati Europei élite, il 2019 degli orientisti punta all'inserimento competitivo dei molti ragazzi e adulti che si sono avvicinati alla CO grazie all'eco mediatica e popolare degli Europei. Con una stagione fitta di 12 prove del Trofeo miglior orientista/società e di 7 gare speciali e un'agenda nazionale altrettanto densa, si vuole fare un ulteriore passo avanti, anche per assicurare a lungo termine il ricambio ai vertici. L'aumento di praticanti obbliga a formare nuovi istruttori Gioventù e Sport per garantire a tutti l'apprendimento corretto dei fondamentali di lettura della carta e della corsa nei boschi e nei paesi. Molto è previsto di fare nelle scuole, con il progetto sCOOL@school e con la gara cantonale Banca Stato sCOOL Cup a Bellinzona.

Per la Selezione giovanile Ticino, forte di 18 ragazzi e diretta da Gianni Guglielmetti, il 2019 è l'anno del record di qualificati per i team nazionali: oltre agli élite Elena Roos e Tobia Pezzati, sono stati chiamati a difendere i colori rossocrociati gli juniores Elena Pezzati, Elisa Bertozzi, Reto Corsi e Manuele Ren.

Gli altri giovani potranno migliorare rapidamente la loro tecnica orientistica al campo cantonale ASTi. Dopo diversi anni di direzione, Simona Mondada lascia a Michela Bianchi e Davide Cola il compito di organizzare il raduno del centinaio di ragazzi iscritti. Cambio di gestione anche per la sempre apprezzata cucina del campo; dopo 10 anni di attività al vertice, Claudio Fonti cede grembiule e mestoli a Elena Bertozzi e aiutanti.

Sul piano gare spiccano il ritorno della 2-giorni Ticino e la prima edizione del raid orientistico *Orienteering Trail Run*, proposto il 1° maggio in Capriasca. Nel settore delle cartine si aggiorneranno quelle basi cartografiche che necessitano di maggiori interventi per i mutamenti

del territorio e per l'adattamento ai nuovi simboli internazionali. Le cartine di boschi e paesi figurano nel portale Internet dedicato *OmapTi*, realizzato da Camilla Moreni e accessibile dal sito [www.asti-ticino.ch](http://www.asti-ticino.ch). Vi si aggiungeranno anche le cartine delle aree scolastiche, descritte in dettaglio e geolocalizzate. Proseguirà anche l'aggiornamento del materiale tecnico necessario per l'organizzazione delle gare, al fine di mantenere l'eccellente standard raggiunto grazie all'esperienza degli EOC.

Di tutto ciò si occupa la Commissione tecnica cantonale di CO dell'ASTi, presieduta da Tulla Spinelli. La Commissione ha in vista nuovi progetti in ambito giovanile e dovrà seguire da vicino anche l'iter della consultazione sul decreto cantonale riguardante le "Zone di tranquillità" per la selvaggina e gli uccelli selvatici, che potrebbe limitare parzialmente l'accesso libero ad alcune zone boschive.

*Un'ottima stagione a tutti,  
Commissione tecnica CO*

# Calendario generale

## Legenda



Coppa ASTi montagna salita e vertical

---



Coppa ASTi podismo

---



Coppa ASTi giovanile

---



Gara salita

---



Gara podistica

---



Trofeo ASTi staffette

---



Corsa d'orienteamento

---



Trofeo miglior orientista ASTi

---



Partenza individuale (cronometro)

---



Miglior gara podistica ASTi 2018

---



Ulteriori informazioni (vedi inserzioni gare)

---


# Calendario ASTi generale 2019

Manifestazioni podistiche   

## FEBBRAIO

16  **3. SNOW RUN TICINO- BOSCO GURIN** ⓘ I run to you trail  
8,5 km 550 m Nicola Maciariello 079 337 17 89

## MARZO


31  **46. STAFFETTA CAPRIASCHESE** USC Capriaschese  
Pt 14.30 Sergio Stampanoni 079 579 44 28

31   **1. SEMENTINA – SAN DEFENDENTE** ⓘ RCB Bellinzona  
4,8 km 400 m Pt 10.00 079 617 60 28

## APRILE

6  **55. STAFFETTA SAV** Società atletica Vacallo  
Pt 16.45 Nadia Sandrinelli 079 623 12 36

7   **39. TESSERETE - GOLA DI LAGO** ⓘ USC Capriaschese  
7,2 km 494m Pt 10.30 Sergio Stampanoni 079 579 44 28

13  **35. STAFF. MAGNIFICO BORGO** Atl. Mendrisiotto-SFG Mendrisio  
Pt 18.00 Matteo Croci 079 721 57 39

14   **35. PICCOLO GIRO DI STABIO** ⓘ SFG Stabio  
3 km Pt 10.00 Marie Noëlle Beretta


14   **35. CORSA PODISTICA DI STABIO** ⓘ 078 828 73 66  
10,5 km Pt 10.15

22  **35. GIRO MEDIA BLENIO** ⓘ Gruppo atletico Dongio  
5 km Pt 10.40 Linda Gianella

  10 km Pt 10.45 091 871 19 73

22   **MINIGIRO MEDIA BLENIO** ⓘ  
0,7/1/2 km Pt 13.45

Con lo scopo di promuovere il podismo e nel contempo di riconoscere l'impegno dei podisti e degli organizzatori, la Commissione tecnica podismo e staffette dell'ASTi, Associazione sportiva ticinese, propone queste iniziative:



## Partecipate a cinque gare e vincete un premio!!!

Tra tutti coloro che nel corso della stagione podistica partecipano ad almeno 5 gare della Coppa ASTi di podismo oppure ad almeno 5 gare della Coppa ASTi di salita montagna e vertical, vengono sorteggiati 3 vincitori. Sono esclusi dal sorteggio gli atleti già premiati. I premi sono da ritirare in occasione della premiazione ASTi di novembre.

## Votate e designate la miglior gara podistica dell' ASTi!



Dal 22 settembre al 27 ottobre sul sito [www.asti-ticino.ch/podismo](http://www.asti-ticino.ch/podismo) sarà possibile votare la gara podistica preferita della stagione ASTi. Entrano in considerazione tutte le gare del calendario ASTi (podismo e montagna), che vanno valutate secondo i criteri: percorso, organizzazione, ambiente, accoglienza,...

Ogni partecipante può votare una sola gara. **La gara vincitrice riceverà un omaggio in occasione della premiazione ASTi di novembre.**

Gli organizzatori della gara prescelta verranno informati personalmente e, nel calendario 2020, la gara verrà distinta con la menzione "miglior gara podistica ASTi 2019", distinzione che gli organizzatori potranno utilizzare pure nella promozione della loro gara.

Il premio è da ritirare in occasione della premiazione.

★ **Miglior gara del 2018 è stata designata la Orselina -Cimetta organizzata dalla SP Locarnese.**

## MAGGIO

- 
- 1 🏆👉 **15. PICCOLO GIRO DI LOSONE** ⓘ Società podistica Locarnese  
2,5 km Pt 9.35 Adriano Beretta
- 1 🏆👉 **25. STRALOSONE** ⓘ 079 658 93 39  
10 km Pt 10.30
- 
- 5 🏆👉 **46. CORSA PODISTICA MALVAGLIESE** ⓘ Gruppo Sportivo Orino  
6/12 km Pt 10.00 Bruno Guidinetti 079 280 69 86
- 
- 18 🏆🏔️ **4. PIOTTA - RITOM** ⓘ Associazione Scenic Trail  
1,3 km 800 m Pt 10.00 ⌚ Aaron Rezzonico 079 261 06 06
- 
- 18 🏆👉 **5. STAFFETTA BANCA STATO** AS Monteceneri  
Pt 13.00 Patrick Crescini 079 701 49 69
- 
- 19 🏆👉 **1. COMANO RUN** ⓘ Associazione Comano Run  
8 km 36 m Pt 11.15 Fabrizio Moghini 079 254 43 11
- 
- 22 🏆👉 **1000m ASTI - TESSERETE** USC Capriaschese  
1 km Pt 19.00 Sergio Stampanoni
- 22 🏆👉 **5000m ASTI - TESSERETE** 079 579 44 28  
5 km Pt 19.50
- 
- 25 **14. STRALUGANO** ⓘ Associazione Stralugano  
🏆 KidsRun Walter Lisetto  
🏆👉 KidsRun U14 e U16 2.1 km Pt 17.00 079 413 81 77  
🏆 10 km CityRun Pt 20.00
- 
- 26 **14. STRALUGANO** ⓘ Associazione Stralugano  
🏆 21,1 km Pt 10.00 Walter Lisetto  
🏆 21,1 km Relay Run Pt 10.00 079 413 81 77  
🏆 5 km Run4Charity Pt 14.00
- 
- 26 🏆🏔️ **2. MONTE BRÈ VERTICAL RACE** ⓘ Scenic Trail-Stralugano  
9 km 650 m Pt 09.30 Aaron Rezzonico 079 261 06 06

## GIUGNO

- 
- 1 🏆👉 **5. STRAMASSAGNO GIOVANILE** ⓘ Società atletica Massagno  
2 km Pt 17.00 Paolo Dermitzel
- 1 🏆👉 **5. STRAMASSAGNO** ⓘ 079 353 95 26  
8 km 30 m Pt 17.25
- 
- 1 🏆👉 **64. STAFFETTA VIGOR** Vigor Ligorretto  
Pt 15.30 Andrea Salvadé 079 423 83 84

## ***Promozione podismo***

*Con lo scopo di promuovere il podismo e nel contempo di riconoscere l'impegno dei podisti, l'ASTi, Associazione sportiva ticinese, sarà presente con alcune squadre alla staffetta StraLugano relay del 26 maggio 2019.*

# **Con l'ASTi alla StraLugano!**

Gli atleti ASTi che sono interessati a correre sotto i colori dell'ASTi nella staffetta StraLugano sono invitati ad annunciarsi all'ASTi entro il 25 aprile 2019, ritornando le informazioni riportate qui di seguito all'indirizzo [tas@asti-ticino.ch](mailto:tas@asti-ticino.ch).

La Commissione tecnica podismo e staffette deciderà in seguito chi selezionare e l'attribuzione delle tratte di 10.5 km, 6.5 km e 4.6 km. L'ASTi si assumerà una parte della tassa di partecipazione e provvederà all'iscrizione.

Dati da inoltrare entro il 25 aprile 2019: nome, cognome, anno di nascita, società e preferenze di tratta (10.5 km, 6.5 km oppure 4.6 km).

**Nota:** Chi partecipa alla StraLugano relay non può partecipare alle altre gare individuali competitive della StraLugano in programma la domenica 26 maggio.



9	 	<b>3. LODRINO - ALPE ALVA</b> ⓘ	Skyrace Lodrino-Lavertezzo
		5,5 km 1300 m Pt 8.00	Andrea Cairoli 079 444 13 40
16	 	<b>4. VERTICAL DELLA CROCE</b> ⓘ	Associazione Scenic Trail
		4,5 km 890 m Pt 10.00	Aaron Rezzonico 079 261 06 06
20	 	<b>7. CRONOASCESA AL BIGORIO</b> ⓘ	USC Capriaschese
		3,2 km 201 m Pt 18.00 ☺	Elia Stampanoni 079 742 33 07
23	 	<b>8. ORSELINA-CIMETTA</b> ⓘ ★	Società podistica Locarnese
		8,7 km 1270 m Pt 10.00	Adriano Beretta 079 658 93 39
30	 	<b>4. GORDEVIO - MONTI DI BRUNESCIO</b> ⓘ	I run to you trail
		4,4 km 1000 m Pt 10.00	Nicola Maciariello 079 337 17 89
<b>LUGLIO</b>			
14	 	<b>7. SANBERUN</b> ⓘ	Moesa Runners
		10 km +/- 260 m Pt 10.00	Massimo Marta
14	 	<b>1. SANBERUN GIOVANILE</b> ⓘ	076 693 00 73
		2 km Pt 11.00	
21	 	<b>20. RODI - TREMORGIO</b> ⓘ	GORT Rodi-Tremorgio
		5,5 km 910 m Pt 10.00	Damiano Pedimina 079 722 63 12
28	 	<b>24. CRONOMETRO DEL NARA</b> ⓘ	Sci Club Negrentino
		5,5 km 750 m Pt 9.30 ☺	Norberto Mandioni 079 420 96 11
<b>AGOSTO</b>			
1		<b>12. COPPA FRODA</b> ⓘ	Gruppo Coppa Froda
		6 km 238 m Pt 9.30	Remy Lampert
1	 	<b>12. COPPA FRODA GIOVANILE</b> ⓘ	079 282 20 94
		3 km 97 m Pt 10.30	
3	 	<b>6. GRAN PREMIO ROSSA</b> ⓘ	Moesa Runners
		10 km +271/-113 m Pt 16.00	Massimo Marta 076 693 00 73
18	 	<b>3. FAIDO - LAGO DI CARÌ</b>	Gruppo Podisti Leventina
		8 km 1600 m Pt 09.30	Daniele Zanzi 077 481 50 17
24	 	<b>5. CRISTALLINA CHALLENGE</b> ⓘ	Associazione Scenic Trail
		9.2 km 1370 m Pt 10.00	Aaron Rezzonico 079 261 06 06
25	 	<b>2. GREINA TRAIL</b> ⓘ	Associazione Greina Trail
		27 km 1500 m pt 8.30 / 55 km 4000 m pt 5.00	www.greinatrail.ch
31	 	<b>23. CRONOMETRO MALCANTONESE</b> ⓘ	Società Unitas Malcantone
		4,650 km Pt 18.00 ☺	Stefano Bettelini 079 262 65 32



## **Promozione giovanile**

*Come tradizione la Commissione tecnica podismo e staffette ASTi riproporrà anche quest'anno una giornata sportiva con l'ASTi dedicata ai giovani. Come nel 2018 torneremo a gareggiare Oltralpe con i giovani più meritevoli e costanti delle gare ASTi della stagione.*

# **I giovani ASTi in trasferta alla Transviamala!**

La manifestazione scelta per il 2019 è la corsa **Transviamala a Thusis**, in programma il 20 ottobre.

La Commissione tecnica dell'ASTi convocherà gli **atleti U16** meritevoli che hanno partecipato alle gare della Coppa Ticino ASTi di podismo giovanile.

I giovani invitati alla trasferta verranno informati tramite le rispettive società. L'ASTi organizzerà la trasferta assumendosi le spese d'iscrizione e di viaggio.

- 31 🏃 **FAIDO RUNNING KIDS MINI TRAIL** ⓘ Gruppo podisti Leventina  
3.6 km Pt 17.00 Gianmaria Bernasconi
- 31 🏃 **11. FAIDO RUNNING NIGHT E RELAYRUN** ⓘ 078 618 19 70  
10 km Pt 20.00

## SETTEMBRE

- 7 🏃 **2. GIRO ATTRAVERSO BIASCA - MARCHETHON CF** SFG Biasca  
6 km Pt 11.00 Martino Rossetti 079 239 07 77
- 7 🏆🏃 **8. PENZ...IAMO** SFG Chiasso  
10 km +/-100 m Pt 17.30 Davide Dosi 076 679 67 91
- 11 🏆👏 **1000 M ASTI - LOCARNO** Società Podistica Locarnese  
1 km Pt 19.00 Adriano Beretta
- 11 🏆🏃 **5000 M ASTI - LOCARNO** 079 658 93 39  
5 km Pt 19.15
- 14 🏆🏃 **4. CORSA 7 CHIESE GIORNICO** ⓘ Corsa delle 7 Chiese Giornico  
7 km +/-165 m Pt 11.00 Luca Orsega
- 14 🏆👏 **4. CORSA 7 CHIESE GIORNICO MINI** ⓘ 079 505 04 92  
1.9 km Pt 14.00
- 21 🏆🏔️ **7. BASODINO SKYRACE** ⓘ CAS Locarno  
6.13 km+1025 m Pt 10.00 ⌚ Fabio Bernasconi 078 744 07 34
- 22 🏃 **23. SAGRA STAFFETTA ISONE** SA Isone-Medeglia  
Pt 14.30 Vittorino Buloncelli 091 946 28 88

## OTTOBRE

- 6 🏃 **20. STAFFETTA DI SAGNO** SVAM Muggio  
Pt 14.00 Cinzia Pagani 079 542 00 87
- 12 🏃 **ASCONA-LOCARNO KIDS RUN** ⓘ SPL-Virtus-USA  
1.2 - 1.8 km Pt 17.00 www.ascona-locarno-run.ch
- 12 🏃 **ASCONA-LOCARNO CITY RUN** ⓘ  
5 km Pt 19.00
- 13 🏃 **5. ASCONA-LOCARNO RUN** ⓘ SPL-Virtus-USA  
21.1 km Pt 9.30 - 10 km Pt 12.15 www.ascona-locarno-run.ch
- 13 🏃 **43. STAFFETTA RIVENSE** ASSPO Riva San Vitale  
Pt 14.00 Domenico Pellegrini 079 206 81 00



Articoli pubblicitari che lasciano l'impronta!

**melago**  
SA

Member:

PSI



VICTORINOX

HARVEST  
sports & wear

Printer  
ACTIVE WEAR

Zona Industriale 1/2 - Via ai Ronchi 41  
C.P. 466 - CH-6802 Rivera

Tel. +41 91 649 92 56 - Fax +41 91 649 66 35

www.melago.ch - info@melago.ch

Skype: melagosa

Esposizione permanente: su appuntamento

prodირ.

CLIQUE

NewMooc.

BIC



Al vostro servizio da oltre 30 anni!

**tecnocopia**

document solutions



via Cantonale 41 | Lamone | tecnocopia.ch

# Corse d'orientamento



## MARZO

---

17	T	1. TMO ASCO	Tesserete
31	T	2. TMO CTCO SCOM	Serpiano

## APRILE

---

7	T	3. TMO GOLD	Carona
28	T	4. TMO O-92	Camorino-Minerva

## MAGGIO

---

1		1. Orienteering Trail Run <b>i</b>	Capriasca
4	T	5. TMO - 2 Giorni Ticino CO AGET	Isonne
5	T	5. TMO - 2 Giorni Ticino CO AGET	Medeglia
17		2. Banca Stato sCOOL Cup	Richterswil
19	T	6. TMO CO UTOE	Arcegno
24		1. Fragori CO AGET	Campestro-Cagiallo
26	T	7. TMO UNITAS	Monti Mondini

## GIUGNO

---

5		2. Fragori CO AGET	Sonvico
---	--	--------------------	---------

## AGOSTO

---

28		3. Fragori CO AGET	Arbedo
----	--	--------------------	--------

## SETTEMBRE

---

14		Sprint Cup GOV	Foroglio-Roseto
15	T	8. TMO GOV	Val Bavona
20		LUI + LEI CO AGET	Sorenago
22	T	9. TMO GOLD	Lucomagno

 **MAGICHA**  
**SPORT**



MIGLIORA LE PRESTAZIONI SPORTIVE  
**ACIDO IALURONICO NATIVO**

 **MAGICHA**  
**SPORT**

[www.elisamagicha.com](http://www.elisamagicha.com)



 Eliso Cosmeceutical

## OTTOBRE

---

5	T	10. TMO 0-92	Pian San Giacomo
12/13		ARGE ALP	Savognin
20	T	11. TMO CT Sprint SCOM	Mendrisio
27	T	12. TMO ASCO	Gola di Lago

## NOVEMBRE

---

10		Staffetta Sele	Breno
----	--	----------------	-------

- T Trofeo miglior orientista ASTi (TMO)
- Corsa d'orientamento
- Ulteriori informazioni (vedi inserzioni gare)

**Nota:** per il trofeo miglior società orientistica ASTi (TMS) valgono tutti i TMO, la Lui e Lei e la Staffetta Sele.





# Inserzioni gare



**SnowRun  
Ticino  
Bosco Gurin**

**Snowrun  
8.5Km/550mdsl**

**[www.snowrun-ticino.ch](http://www.snowrun-ticino.ch)**

**16.02.2019**

Domenica 31 marzo 2019

# 1. Sementina – San Defendente



valevole per la Coppa ASTi  
montagna  
salita e vertical

Organizzazione:	Runner's Club Bellinzona
Percorso:	4.8 km – 400 m dislivello , interamente su asfalto
Spogliatoi:	Scuola Elementare di Sementina
Iscrizioni:	sul posto fino a 45 minuti oppure <a href="http://www.mysdam.ch">www.mysdam.ch</a>
Partenza	Gara podistica ore 10.00 Partenza walking e nordic walking ore 09.30
Categorie:	ufficiali ASTi + Walking e Nordic Walking (non competitivo) non ufficiali ASTi: W60 e M70
Tassa iscrizione:	CHF 20.- sul posto o online
Premiazione:	premi in natura ai primi 3 classificati di ogni categoria ASTi ricordo a tutti i partecipanti
Assicurazione:	a carico di ogni partecipante. La Società organizzatrice declina ogni responsabilità in caso di incidenti o furti
Informazioni:	<a href="http://www.rcbellinzona.ch">www.rcbellinzona.ch</a> 079 617 60 28



**Domenica 7 aprile 2019**

## **39. TESSERETE - GOLA DI LAGO**

*Corsa valida per la Coppa ASTi montagna salita e vertical*

Organizzazione: **Unione Sportiva Capriaschese**

Orari: 08.30 Ritrovo, spogliatoi e ritiro pettorali:  
Arena Sportiva Capriasca  
**10.30 PARTENZA GARA TESSERETE-GOLA DI LAGO**  
10.57 Arrivo dei primi concorrenti al traguardo  
12.45 Premiazione  
13.00 Pranzo offerto a tutti i partecipanti

Spogliatoi: Arena Sportiva  
Iscrizioni: CHF 15.-  
Via e-mail entro giovedì 4 aprile  
Sul posto entro le ore 9.45

Premi: Ricordo a tutti i partecipanti  
Buoni acquisto e in natura ai primi 5 di ogni categoria  
Per il record assoluto (1'000 CHF) e di categoria

Info: [www.uscatletica.ch](http://www.uscatletica.ch)  
[info@uscatletica.ch](mailto:info@uscatletica.ch)  
Sergio Stampanoni  
091 943 36 73 | 079 579 44 28



**BancaStato**

BANCA DELLO STATO DEL CANTONE TICINO

**Domenica 14 aprile 2019**



## **35. CORSA PODISTICA DI STABIO**

*Valida per la Coppa ASTi di podismo / Coppa ASTi giovanile*

**Iscrizioni:** **online:** [www.sfgstabio.ch/corsa-podistica](http://www.sfgstabio.ch/corsa-podistica),  
oppure il giorno della gara 30 minuti prima della partenza.  
Prezzo maggiorato di CHF 5.- per iscrizione la domenica.  
[Eccezioni per categorie U12, U14 e U16].

**Costo:**  
In contanti U12, U14 e U16 CHF 8.-/€ 5.-  
pranzo incluso U20M | W | M | M40/50/60 | W40/50 CHF 18.-/€ 15.-  
Accomp. CHF 5.- / € 4.- Classifiche Ind. CHF 2.-/€ 2.-  
Walking / Nordic Walking CHF 12.-/€ 10.-

**Ritrovo:** Stabio – Scuola Media

**Partenze:**

ore 09.30	U12 M/W	2 km
ore 09.45	U14/16 W	2 km
ore 10.00	U14/16 M	3 km
ore 10.15	U 20 M	10,5 km
	M 20-40-50-60	10,5 km
	W- 40-50	10,5 km
ore 10.30	Walking / Nordic Walking	6 km

**Premiazione:** Dopo le ore 12.30 o sul sito [www.asti-ticino.ch](http://www.asti-ticino.ch)

**Premi:** Ricordo a tutti i partecipanti  
Buoni acquisto ai primi 3 di ogni categoria  
Premio al 1° e 1° ticinese della categoria U20M e W.

**Organizzazione:** SFG STABIO

**Info:** Marie-Noëlle Beretta-Salamin - Tel. 078 828 73 66  
mail: [beretta\\_salamin@sunrise.ch](mailto:beretta_salamin@sunrise.ch)

Lunedì 22 aprile 2019

## 35. GIRO MEDIA BLENIO



- Categorie:** **Giro Podistico:**  
U 20 M, Attivi, M 40, M 50, M 60, U 20 W, Attive, W 40, W 50  
Distanze: per tutte le categorie km 10 oppure km 5
- Walking - Nordic Walking**  
km 15 - km 12 - km 6
- Iscrizioni:** **online:** [www.mediablenio.com](http://www.mediablenio.com), [www.datasport.com](http://www.datasport.com)  
(specificando nome, cognome, anno di nascita, indirizzo e società)  
e-mail: [info@mediablenio.com](mailto:info@mediablenio.com)  
**Datasport App** fino al giorno della gara. L'app è scaricabile da App Store per iPhone e da Google Play per Android.
- Termine:** **7 aprile 2019, dall'8 aprile al 19 aprile solo online con sovrattassa di CHF 10.- (€10)**
- Tassa:** CHF 40.- (€ 40.-) corsa 10 km  
CHF 35.- (€ 35.-) W e NW 17 km  
CHF 30.- (€ 30.-) corsa 5 km, W e NW 12 km  
CHF 25.- (€ 25.-) W e NW 6 km  
Supplemento iscrizioni sul posto CHF 10.- (€ 10.-)
- Partenza:** ore 10.15 Walking e Nordic Walking 15 km  
ore 10.20 Walking e Nordic Walking 12 km  
ore 10.40 Corsa 5 km  
ore 10.45 Corsa 10 km  
ore 12.00 Walking e Nordic Walking 6 km

### Mini Giro Media Blenio - 700m, km 1.0/2.0 ore 13.45

- Categorie:** Cuccioli W/M (gara non competitiva), U 10 W/M, U 12 W/M, U 14 W/M, U 16 W/M
- Iscrizioni:** entro il 7 aprile 2019 a: **online:** [www.mediablenio.com](http://www.mediablenio.com);  
**e-mail:** [info@mediablenio.com](mailto:info@mediablenio.com). Eventuali iscrizioni sul posto dalle 09.30 alle 13.00 il giorno della gara. Per clienti Banca Stato gratuita, da effettuare agli sportelli della banca entro il 5 aprile 2019.
- Tassa iscrizione:** CHF 5.- / € 5.-

#### Sponsor Ufficiali:



orientering  
trail run

capriasca 1.5.19

**Mercoledì 1 maggio 2019**

**1°**

# ORIENTERING TRAIL RUN IN TICINO

*un innovativo mix di corsa d'orientamento e corsa in montagna*

<b>Percorsi</b>	<b>Short: 18 Km, +1300 m</b> <b>Long: 26 Km, +2000 m</b>
<b>Categorie</b>	squadre da due concorrenti: Women-Mixed / Men
<b>Informazioni</b>	<a href="http://www.otrailrun.ch">www.otrailrun.ch</a> <a href="mailto:info@otrailrun.ch">info@otrailrun.ch</a> +41 76 384 63 35
<b>Iscrizioni</b>	<a href="http://www.otrailrun.ch">www.otrailrun.ch</a>
<b>Sponsor</b>	



**Johnson  
Controls**



Con il sostegno di



**Mercoledì 1. maggio 2019**



## **25. STRALOSONE e 15. PICCOLO GIRO DI LOSONE**

*Validi per la Coppa ASTi di podismo e Coppa Ticino ASTi giovanile*

**NOVITÀ:** Per festeggiare la 25. edizione dopo la gara sarà offerto il pranzo (risotto e luganighetta) ai partecipanti

Organizzazione: Società Podistica Locarnese

Ritrovo e partenza: Losone, piazzale Municipio, dalle ore 08.15

Iscrizioni: [www.splocarnese.ch](http://www.splocarnese.ch) entro il 27 aprile  
oppure sul posto fino a 45 minuti prima della partenza

Ritiro pettorali: Fino a 30 minuti prima della partenza di ogni gara

Tassa d'iscrizione: Cat. Coppa ASTi pod. CHF 25.- (30.- sul posto)  
Cat. Coppa TI giovanile CHF 10.-  
U16M/W e U12M/W  
Popolari CHF 15.- (CHF 20.- sul posto)  
Piccoli e Cuccioli (2010 e dopo) gratis  
**Pranzo incluso**

Percorso: Mini giro: 440 m (Piccoli e Cuccioli)  
Giro medio: 850 m (Coppa TI Giovanile e U12M/W)  
Giro lungo: 2 km (Coppa ASTi podismo e popolari)

Partenza:  
09.10 U12 (2008-2009) 1,7 km (2 giri medi)  
09.35 U16 (2004-2007) 2,5 km (3 giri medi)  
10.00 Piccoli/e (2010-2013) 440 m  
10.10 Cuccioli (2014 e dopo) 440 m  
10.30 Coppa ASTi podismo: 10 km (5 giri lunghi)  
Popolari: 4 km (2 giri lunghi)

Categorie: Ufficiali ASTi (Coppa ASTi)

Premiazioni: Dopo ogni gara

Premi: - in contanti ai primi 5 classificati delle cat. Coppa ASTi

- in natura ai primi della categoria popolari

- premio ricordo a tutti i partecipanti

- 25 premi a sorteggio tra tutti i partecipanti presenti al pranzo

Assicurazione: A carico di ogni partecipante. La Società organizzatrice declina ogni responsabilità prima, durante e dopo gara

Spogliatoi e docce: presso le scuole comunali di Losone

Informazioni gara: Elio Decarli (tel. 076 679 79 57)

e sul sito SPL: [www.splocarnese.ch](http://www.splocarnese.ch)



**Domenica 5 maggio 2019**

## **46. Corsa Podistica Malvagliese**

Gara valida per la Coppa ASTi di podismo



**Partenza e arrivo al campo di calcio al boschetto**

Categorie:

**Coppa Ticino (Regolamento ASTi)**

W (attive)	14-39 anni	6 km	(1 giro)
W40 (donne 35)	40-49 anni	6 km	(1 giro)
W50 (donne 45)	50 e più	6 km	(1 giro)
U20M (juniori)	14-19 anni	12 km	(2 giri)
M20 (attivi)	20-39 anni	12 km	(2 giri)
M40 (veterani 1)	40-49 anni	12 km	(2 giri)
M50 (veterani 2)	50-59 anni	12 km	(2 giri)
M60 (veterani 3)	60 e più	12 km	(2 giri)

**Coppa Amatori (non valida per la classifica ASTi)**

Tutti	14/60 e più	km 6	(1 giro)
-------	-------------	------	----------

Iscrizione:

CHF 15.- per la gara di Coppa Ticino ASTi  
CHF 5.- per la mini corsa giovani.

Termine:

Entro **sabato 4 maggio 2019** tramite i seguenti canali:  
**Posta** GSO, Via Dragone 25, 6713 Malvaglia  
**Fax** 091 870 24 18 **E-mail** info@gsomalvaglia.ch  
**Online** www.gsomalvaglia.ch  
oppure sul posto dalle ore 8.00 alle 9.15 per le gare di Coppa Ticino  
ASTi e fino alle 10.45 per mini corsa giovani.

Partenze:

Gara di Coppa ASTi podismo	Ore 10.00
Mini corsa per giovani	Ore 11.15

Informazioni:

www.gsomalvaglia.ch  
**Ore 12.00: MACCHERONATA GRATUITA AL CAPANNONE**  
**Ore 13.15: PREMIAZIONE**  
GRUPPO SPORTIVO ORINO MALVAGLIA

**REZZONICO**  
**RUN**  
EXCELLENCE IN COMPETITION

## Le gare da non mancare...

18.05.2019

### **Stairways to Heaven Vertical**

1,3Km / +790m

26.05.2019

### **Monte Brè Vertical Race**

9Km / +730m

16.06.2019

### **K4 Vertical Scenic Trail**

4,5Km / +900m

23.06.2019

### **Grin Vertical (GR)**

5,5Km / +1350m

24.08.2019

### **Cristallina Challenge**

9Km / +1300m



**Domenica 19 maggio 2019**



# 1° Comano Run

Luogo: Sala multiuso Comano

(ritiro pettorali, iscrizioni sul posto, partenza e arrivo)

<i>Ora</i>	<i>Categoria</i>	<i>Età</i>	<i>km</i>	
09.30	Walking	libera	6 km	percorso unico
09.30	Nordic Walking	libera	6 km	percorso unico
09.40	Piccoli	dal 2014	0.2 km	
09.55	Bambini	2013-2011	0.6 km	
10.10	Ragazzi	2010-2008	1.3 km	2 giri percorso piccolo
10.30	Giovani U16	2007-2004	2.7 km	2 giri percorso piccolo
11.15	Gara adulti	2003 e prima	8 km	4 giri percorso grande
11.15	Popolari	libera	4 km	2 giri percorso grande

## **Iscrizioni**

*online*

[www.comanorun.ch](http://www.comanorun.ch) (nome sul pettorale per le iscrizioni pervenute entro giovedì 9 maggio 2019) Termine ultimo d'iscrizione 9 maggio 2019 alle ore 24.00.

*sul posto*

Sala Multiuso Comano dalle ore 08.00 alle ore 10.45

Giovanili

gratis fino al 09.05 / CHF 10.- sul posto, fino a 30 min. della partenza

Walking

CHF 15.- fino al 09.05 / CHF 25.- sul posto, fino a 30 min. della partenza

Nordic Walking

CHF 15.- fino al 09.05 / CHF 25.- sul posto, fino a 30 min. della partenza

Categorie Adulti

CHF 15.- fino al 09.05 / CHF 25.- sul posto, fino a 30 min. della partenza

## **Premi**

ai primi 3 di ogni categoria. Premio ricordo a tutti i partecipanti e premi speciali. 3 premi ad estrazione categorie walking e nordic walking.

## **Pranzo**

maccheronata offerta a tutti i partecipanti.

## **Premiazioni**

alle ore 13.30, presso Piazza Nag Arnoldi

## **Spogliatoi/docce**

Scuola elementare Tavesio, Comano

## **Regolamento:**

[www.comanorun.ch](http://www.comanorun.ch)

## **Assicurazione:**

a carico dei singoli partecipanti. Gli organizzatori declinano ogni responsabilità in caso di incidenti, danni o furti.

## **Informazioni:**

[www.comanorun.ch](http://www.comanorun.ch)

## **Contatto:**

Associazione Comano Run, Casella Postale 9, 6949 Comano

E-mail: [info@comanorun.ch](mailto:info@comanorun.ch) / Natel 079 254 43 11



BANCA DELLO STATO DEL CANTONE TICINO



Main Sponsor  
**MIGROS**

Main Partner  
**LV**  
Città  
di  
**GA**  
Lugano

**straLUGANO+**

**SWISS HALF MARATHON 25-26 MAY 2019**

**25 MAGGIO 2019**

17h00 **KidsRun**

20h00 **10Km CityRun**

**26 MAGGIO 2019**

09h30 **Monte Brè Vertical Race**

10h00 **21Km Half Marathon**

10h00 **21Km HM RelayRun**

14h00 **5Km Run4Charity**

**WWW.STRALUGANO.CH**

Sabato 1 giugno 2019

**SAM** SOCIETÀ ATLETICA  
MASSAGNO

## 5. StraMassagno

Valevole per la Coppa ASTi Podismo e Coppa ASTi Ticino Giovanile

**Programma orari provvisori, consultare [www.sammassagno.ch](http://www.sammassagno.ch):**

Orario	Categoria	Età	Distanza m.	Giri	Tassa CHF
Ore 16.25	Piccole/i	2012 e dopo	500	1 piccolo	.-
Ore 16.40	U10W/M	2010 - 2011	800	1 medio	.-
Ore 17.00	U12W/M	2008 - 2009	2'000	1 grande	.-
	U14W/M	2006 - 2007	2'000	1 grande	8.-
	U16W/M	2004 - 2005	2'000	1 grande	8.-
Ore 17.25	M	1980 e dopo	8'000	4 grandi	20.-
	M40	1979 - 1970	8'000	4 grandi	20.-
	M50	1969 - 1960	8'000	4 grandi	20.-
	M60	1959 e prima	8'000	4 grandi	20.-
	U20M	2000 e dopo	8'000	4 grandi	20.-
	W	1980 e dopo	8'000	4 grandi	20.-
	W40	1979 - 1970	8'000	4 grandi	20.-
	W50	1969 e prima	8'000	4 grandi	20.-
Ore 18.15	ALL4ALL INTEGRATI DI CORSA				
Ore 18.20	Popolari	.-	4'000	2 grandi	12.-

**Luogo:** Partenza/arrivo Parco Pasquee – Via Madonna della Salute (Cap. sagra)  
**Percorso:** gara in circuito stradale con anello di 2 km

**Iscrizioni:**  
a) **online** entro mercoledì 29 maggio (pagamento online non rimborsabile) [www.sammassagno.ch](http://www.sammassagno.ch) (pettorale personalizzato)  
b) entro mercoledì 29 maggio a [info@sammassagno.ch](mailto:info@sammassagno.ch) (cognome e nome - età - categoria - società e domicilio)  
c) eventuali cambiamenti e nuove iscrizioni sono possibili **sul posto fino a 40 min. prima** dell'orario di partenza della singola categoria

**Premi:**  
ai primi 3 classificati (categoria Popolari: premi estratti a sorte tra i partecipanti) + premio ricordo a tutti. Premi non ritirati il giorno della gara restano alla società organizzatrice.  
Categorie U14/U16: Premiazione categoria U16 ASTi (comprende U16/ U14 e più giovani). La società premierà separatamente anche la categoria U14

**Dalle 19:00 grigliata per tutti al capannone delle feste di Massagno**

(ai partecipanti alla gara offerta)

La manifestazione di regola si svolge con qualsiasi tempo, info al N. 1600.

Per informazioni: [www.sammassagno.ch](http://www.sammassagno.ch)  
091 968 15 72 | 079 353 95 26

**Domenica 9 giugno 2019**

## **Lodrino - Lavertezzo**

**Skyrace 2200+/21 km**

*Traversata non competitiva popolare*



## **Lodrino - Alpe Alva**

**5,5km / 1300m**

*Valevole per la Coppa ASTi di montagna salita e vertical*

Ritrovo: Campo sportivo Lodrino  
Partenza: Entrambe le gare alle ore 08.00  
Iscrizioni: Sabato 8 giugno dalle ore 16.00 alle 18.00  
Domenica 9 giugno dalle 06.00 alle 07.00  
Per info: [www.lodrino-lavertezzo.ch](http://www.lodrino-lavertezzo.ch) | [skyrace@lodrino-lavertezzo.ch](mailto:skyrace@lodrino-lavertezzo.ch)  
tel. 0041 79 444 13 40

**Giovedì 20 giugno 2019**



## **7. Cronoascesa al Bigorio**

*Prova valida per la Coppa ASTi montagna salita e vertical*

**Percorso:** Tesserete - Convento Santa Maria di Bigorio  
3,2 chilometri con 201 metri dislivello

**Partenza:** individuale dalle ore 18.00 e ogni 15''

**Iscrizioni:** [info@uscatletica.ch](mailto:info@uscatletica.ch) entro il 15.6 ore 23.59  
sul posto dalle 16.45 e entro le 17.30

**Tassa:** CHF 8.-

**Premi:** ai primi classificati e a sorteggio tra tutti i partecipanti.

**Info:** [www.uscatletica.ch](http://www.uscatletica.ch), Elia Stampanoni, 079 742 33 07

**Domenica 23 giugno 2019**



## **8. ORSELINA-CIMETTA**

*Valevole per la Coppa ASTi di montagna salita e vertical*

- Organizzazione:** Società Podistica Locarnese, Cardada Impianti Turistici SA e Pro Cardada
- Ritrovo:** Orselina, Casa comunale di Orselina dalle ore 8.00
- Iscrizioni:** [www.splocarnese.ch](http://www.splocarnese.ch) **entro il 21 giugno** (CHF 25.-) oppure **sul posto fino a 60 min** prima della partenza (CHF 30.-)
- Ritiro pettorali:** Entro le ore 09.00
- Trasp. Bagagli:** Con funivia, consegna entro le ore 09.15
- Partenza gara:** Ore 10.00 alla Chiesa Orselina (nordic walking, ore 09.45)
- Tassa d'iscrizione:** CHF 25 online o CHF 30 sul posto (sono compresi il pranzo, ritorno in funivia e la t-shirt tecnica)
- Percorso:** km 8,7, disliv. 1270 m (km 1 su strada, km 7,7 su sterrato) Per nordic walking arrivo a Cardada oppure Cimetta Tempo massimo 3h, chiusura arrivo ore 13.00
- Categorie:** Ufficiali ASTi + nordic walking (non competitivo)
- Premi:** Premi in contanti ai primi 5 classificati di ogni categoria ASTi. Premio combinato Stralosome/Orselina-Cimetta (vengono sorteggiati 20 premi tra i partecipanti alle due gare presenti alla premiazione). Premio ricordo ad ogni partecipante
- Premiazione:** a Cardada, dopo il pranzo, alle 13.30 (festa con musica)
- Classifica:** A disposizione su sito Internet entro 48 ore
- Prezzo speciale:** per gli accompagnatori dei podisti: andata-ritorno Orselina/Cardada adulti CHF 20.- / bambini CHF 10.-
- Assicurazione:** A carico di ogni partecipante. La società organizzatrice declina qualsiasi responsabilità prima, durante e dopo gara.
- Spogliatoi/docce:** a Cardada
- Posteggi:** nei dintorni
- Informazioni gara:** Elio Decarli (076 679 79 57) e sito SPL: [www.splocarnese.ch](http://www.splocarnese.ch)
- NOVITÀ:** **Nuovo percorso nordic walking S.Bernardo – Cimetta**  
**Partenza dalla stazione intermedia di S.Bernardo alle 10:00**  
**Vedi inserzione seguente per maggiori info**

**Domenica 23 giugno 2019**



# **NORDIC WALKING** [2 percorsi]

## **ORSELINA-CIMETTA / S.BERNARDO – CIMETTA**

**NOVITÀ:** Nuovo percorso nordic walking S.Bernardo – Cimetta  
Partenza dalla stazione intermedia di S.Bernardo alle 10:00

**Organizzazione:** Società Podistica Locarnese, Cardada Impianti Turistici SA  
e Pro Cardada

**Ritrovo:** Orselina, Casa comunale di Orselina dalle ore 8.00  
**Iscrizioni** [www.splocarnese.ch](http://www.splocarnese.ch) entro il 21 giugno [CHF 25] oppure sul  
posto fino a 60 min. prima della partenza [CHF 30]

**Ritiro pettorali:** Entro le ore 09.00

**Trasporto bagagli:** Con funivia, consegna entro le ore 09.15

**Partenza:** Orselina-Cimetta  
Ore 09.45 alla Chiesa Orselina  
S. Bernardo-Cimetta  
Ore 10:00 dalla fermata intermedia di S.Bernardo  
Corsa speciale funivia Cardada-S.Bernardo alle 9:30

**Tassa iscrizione:** CHF 25 online o CHF 30 sul posto  
(sono compresi il pranzo, ritorno in funivia e la t-shirt tecnica)

**Percorso:** 8.7 km disliv. 1270 m (1 km su strada, 7.7 km su sterrato)  
Arrivo a Cardada oppure Cimetta  
oppure  
5.3 km disliv. 640m  
Arrivo a Cimetta  
Chiusura arrivo a Cimetta ore 13.00

**Categorie:** Non competitivo

**Premi:** Premio ricordo ad ogni partecipante

**Prezzo speciale:** Per gli accompagnatori dei podisti: andata-ritorno  
Orselina/Cardada adulti CHF 20 / bambini CHF 10

**Assicurazione** A carico di ogni partecipante. La società organizzatrice declina  
qualsiasi responsabilità prima, durante e dopo gara

**Spogliatoi/docce:** A Cardada  
**Posteggi:** Nei dintorni

**Informazioni gara:** Elio Decarli (076 679 79 57) e sito SPL: [www.splocarnese.ch](http://www.splocarnese.ch)



www.vallemaggiatrail.com

VALLEMAGGIA



28.06.2019

23.2 Km

14.0 Km

29.06.2019

42.0 Km

30.06.2019

Vertical

14 luglio 2019

con Dog Endurance, Walking e Nordic Walking

gara podistica  
San Bernardino

Partenza  
ore 10 - Capannone Feste  
San Bernardino

Lunghezza  
10 km dislivello 260m  
5 km Dog Endurance, Walking

Iscrizione  
sul posto, dalle ore 08.00, fino  
alle 09.30 o su [sanberun.ch](http://sanberun.ch)

Novità

Coppa  
ASTI  
Giovanile

Partenza ore 11 - Capannone  
Feste San Bernardino  
Lunghezza 2 km



**grazie**  
per non gettare  
il mozzicone nella natura!



USA IL MOZZIQUINO



# **RODI-TREMORGIO**

*Corsa in salita valida per Coppa Ticino e ASTI,  
Nordic Walking*

**Domenica 21 luglio 2019**

## **20. RODI – LAGO TREMORGIO**

### **11. Edizione nordic walking**

- Caratteristiche:** lunghezza 5.5 km - Dislivello 910 m
- Iscrizioni:** si raccomanda l'iscrizione sul sito [www.rod-tremorgio.ch](http://www.rod-tremorgio.ch) entro giovedì 19 luglio. Saranno comunque ancora accettate iscrizioni fino a 1 ora prima dell'inizio della gara.
- Tassa:** CHF 25.- da pagare online (iscrizione online) o sul posto (iscrizione sul posto): comprende rifornimenti, premio ricordo, biglietto per il ritorno a Rodi in teleferica e buono pasta.
- Partenza:** Nordic Walking ore 9.30.  
Corsa in salita ore 10.00 al campo sportivo Rodi.
- Ritiro pettorali:** Campo sportivo Rodi dalle ore 8.00
- Categorie:** ASTI, corse montagna
- Premi:** ai primi 3 di ogni categoria.  
Ricordo a tutti i partecipanti
- Tempo max. cronometraggio:** 1h e 20 minuti dall'arrivo del 1° concorrente
- Spogliatoi:** Presso il Campo sportivo di Rodi
- Assicurazione:** A carico di ogni partecipante. L'organizzazione declina ogni responsabilità in caso di incidenti o furti.
- Organizzazione:** Gruppo organizzazione Rodi-Tremorgio (GORT)
- Informazioni:** Balmelli Daniele  
079 306 32 61  
[dbalmelli@gmail.com](mailto:dbalmelli@gmail.com)  
[www.rod-tremorgio.ch](http://www.rod-tremorgio.ch)



**Domenica 28 luglio 2019**

## **24. CRONOMETRO DEL NARA**

### **LEONTICA – ADDI**

*Valevole per la coppa ASTI di montagna salita e vertical  
(con walking e nordic walking non competitivi)*

- Lunghezza:** 5500 m  
**Dislivello:** 750 m  
**Iscrizioni:** entro il 23 luglio sul ccp 65-9325-1 indicando cognome, nome, indirizzo, data di nascita e società; [www.sciclubnegrentino.ch](http://www.sciclubnegrentino.ch) oppure sul posto, ore 8.00-9.00
- Partenza:** dalle ore 09.30, Leontica, piazza centrale  
**Tassa d'iscrizione:** CHF 20.- (sono compresi pranzo e premio ricordo)  
**Premiazione:** alle ore 14.00 – ADDI  
premio ai primi 3 di ogni categoria (8 categorie)  
premio ricordo a tutti i partecipanti
- Assicurazione:** a carico di ogni partecipante. La società organizzatrice declina ogni responsabilità in caso di incidenti o furti
- Pranzo:** Addi
- Informazioni:** Mandioni Norberto – 6723 Prugiasco  
Tel. 091 880 10 53 oppure 079 420 96 11
- Organizzazione:** Sci Club Negrentino - 6723 Prugiasco  
La gara si svolgerà con qualsiasi tempo

**Walking e Nordic Walking non competitivi, partenza alle ore 09.00**  
**Tassa d'iscrizione CHF 15.- (sono compresi pranzo e premio ricordo)**

GIOVEDÌ 1. AGOSTO 2019

### **Festeggia il 1° Agosto con noi!**

Dalle ore 11.30 grande grigliata ai monti di Addi  
Organizza Sci Club Negrentino





**Sabato 3 agosto 2019**

## **6. GRAN PREMIO ROSSA**

### **1. CAMMINA ROSSA**

*Corsa podistica con manifestazione non competitiva di Walking e Nordic Walking*

- Lunghezza:** 10 km  
**Dislivello:** +271 / -113  
**Organizzazione:** Moesa Runners con la collaborazione del Comune di Rossa  
**Categorie:** ufficiali ASTI  
**Premi:** primi 3 di ogni categoria, a sorteggio per Walking e Nordic Walking  
**Fondo:** misto (sterrato, sentiero, asfalto, pavè)  
**Iscrizioni:** preiscrizione via internet su [performancetiming.ch](http://performancetiming.ch) entro il 31.07.2019 oppure sul posto entro 30 minuti prima della partenza  
**Partenza:** **ore 15.00 Cammina Rossa - ore 16.00 Gran Premio Rossa**  
**Tassa iscrizione:** CHF 20.- comprendente ricco pacco gara per tutti i partecipanti, buono pasto, servizio navetta da Rossa a Selma  
**Spogliatoi:** con docce presso Protezione Civile di Rossa  
**Assicurazione:** a carico di ogni partecipante. La società organizzatrice declina ogni responsabilità in caso di incidenti o furti  
**Informazioni:** Massimo Marta 076 693 00 73

# GREINA 2<sup>a</sup> edizione TRAIL

25.08.2019



  
**GREINA TRAIL**  
greinatrail.ch



*Respira  
la Greina!*

**Sabato 31 agosto 2019**

## **23. Cronometro Malcantonese**

*Gara podistica contro il tempo valevole per la Coppa ASTi di podismo*

**Percorso:** attorno al monte di Caslano - 4,650 km  
nella magnifica cornice tra monte e lago  
manifestazione organizzata nell'ambito della Festa nelle corti

**Partenza e arrivo:** Piazza al lago di Caslano

**Iscrizioni:** alla partenza dalle ore 16.30 alle 17.30

**Prima partenza:** ore 18.00 (partenza individuale)

**Informazioni:** Stefano Bettelini  
tel. 079 262 65 32  
unitasmalcantone@gmail.com

## **Pettorali ASTi**



Diverse società organizzatrici hanno aderito all'iniziativa dell'ASTi. Nel corso della stagione 2019 in alcune manifestazioni podistiche del calendario ASTi vi saranno dei premi a sorteggio tra i partecipanti.

Si potranno **vincere delle iscrizioni a una delle manifestazioni podistiche del calendario ASTi**. Non mancate.

**Sabato 31 agosto 2019**

# Faido Running Night

**Nuovo percorso 10 km, RelayRun e Kids Mini Trail**

**START:** 20.00 Ice Arena Faido

**Info gara:** Sport 2000 Faido - 091 866 20 21  
e-mail: sport2000@ticino.com



**Ice Arena:** posteggi e spogliatoi  
**Cronometraggio:** [www.performancetiming.ch](http://www.performancetiming.ch)  
**Classifiche:** [www.faidorunningnight.ch](http://www.faidorunningnight.ch) / [www.performancetiming.ch](http://www.performancetiming.ch)

**Premiazione:** 21.30 Ice Arena

**Assicurazione:** a carico dei singoli partecipanti  
**Regolamento:** ASTI

**Info tempo:** 1600

**Iscrizioni online:** [www.performancetiming.ch](http://www.performancetiming.ch)  
nome sul pettorale per iscrizioni entro domenica 25.8.19

**Termine ultimo:** mercoledì 28 agosto, ore 24.00  
**Iscrizioni sul posto:** buvette Ice Arena, sabato 31 agosto dalle  
14.00 alle 19.30 Faido Running Night  
Kids Mini Trail dalle 14.00 alle 16.30

**Tassa iscrizione:** **Faido Running Night.**  
Staffetta, RelayRun 5 x 2 CHF 25.-  
(Pettorale, premio ricordo e buono pasta party)

**Kids Mini Trail.**  
Primo Mini trail per bambini in Ticino!  
(Pettorale, premio ricordo e hamburger party) CHF 10.-

**Partenza gare:** ore 17.00 Kids Mini Trail  
ore 20.00 Faido Running Night e RelayRun

**Tracciato:** Faido Running Night 10 km  
Kids Mini Trail, percorsi diversi nella pineta di Faido



## *Giornico – Corsa delle 7 chiese*



Gara podistica attraverso i luoghi storici di Giornico (7 km)

Mini giri per categorie ragazzi (U6; U8; U10; U12; U14; U16)

Nordic Walking (8 km)

# SABATO 14 SETTEMBRE 2019

[www.corsa7chiesegiornico.org](http://www.corsa7chiesegiornico.org)

[corsa7chiesegiornico@gmail.com](mailto:corsa7chiesegiornico@gmail.com)

Iscrizioni: [www.performancetiming.ch](http://www.performancetiming.ch)



# Basòdino Skyrace

21 settembre 2019

6.13Km / +1'000m



**Partenza a cronometro  
ogni 15s/30s (prima partenza 10:00)**

## Iscrizioni:

Online fino al 19.09.2019 > 35.- (20.- fino a 15 anni)

Sul posto fino alle 9h15 > 45.-

Categoria WALKING > 30.-

5.- di sconto per le iscrizioni congiunte  
Basòdino Skyrace +  
Vertical Trail Vallemaggia

**[www.basodinoskyrace.ch](http://www.basodinoskyrace.ch)**

Gli iscritti sul posto partono dopo i corridori preiscritti.  
Valevole per la Coppa Ticino Montagna ASTI

**7ª edizione**

Ascona-Locarno  
**RUN** 

[WWW.ASCONA-LOCARNO-RUN.CH](http://WWW.ASCONA-LOCARNO-RUN.CH)  
@ASCONALOCARNORUN

**12 – 13 OTTOBRE**

**ISCRIZIONI APERTE APRILE 2019**

**SABATO: KID'S E CITY RUN 5KM**  
**DOMENICA: MEZZA MARATONA E 10KM**

# Regolamenti ASTi coppe e trofei

## Legenda



Coppa ASTi montagna salita e vertical

---



Coppa ASTi podismo

---



Coppa ASTi giovanile

---



Gara salita

---



Gara podistica

---



Trofeo ASTi staffette

---



Corsa d'orientamento

---



Trofeo miglior orientista ASTi

---



Partenza individuale (cronometro)

---



Miglior gara podistica ASTi 2018

---



Ulteriori informazioni (vedi inserzioni gare)

---

# Regolamento podistico cantonale

La versione integrale e completa è disponibile su [www.asti-ticino.ch](http://www.asti-ticino.ch)

## Art. 2 - Finalità

L'ASTI, tramite la CTPS, promuove e coordina l'attività podistica nel Canton Ticino e nel Moesano.

## Art. 5 - Regolamenti particolari

In generale valgono i regolamenti delle singole gare, che però non devono essere in contrasto con il presente regolamento e con gli altri regolamenti ASTI.

## Art. 6 - Calendario e disposizioni

La CTPS allestisce ogni anno il calendario podistico cantonale e stabilisce i regolamenti delle manifestazioni ufficiali dell'ASTI.

## Art. 7 - Partecipanti

La partecipazione alle gare podistiche è aperta a tutti e non è richiesta alcuna tessera. Gli atleti possono partecipare come indipendenti o affiliati a una società.

## Art. 8 - Categorie di età

U10M	9 anni e meno	U10W	9 anni e meno
U12M	10-11 anni	U12W	10-11 anni
U14M	12-13 anni	U14W	12-13 anni
U16M	14-15 anni	U16W	14-15 anni
U18M	16-17 anni	U18W	16-17 anni
U20M	18-19 anni	U20W	18-19 anni
M20	20-39 anni	W20*	20-39 anni
M40	40-49 anni	W40	40-49 anni
M50	50-59 anni	W50	50 anni e più
M60	60 anni e più		

\*solo W dove non è prevista la categoria U20W

L'assegnazione alla rispettiva categoria decorre dal 1° gennaio dell'anno del compimento dell'età determinante.

I regolamenti specifici delle manifestazioni ufficiali ASTi stabiliscono quali categorie d'età entrano in considerazione per le diverse Coppe e Campionati.

#### **Art. 11 - Tasse di iscrizione**

La CTPS ha la facoltà di fissare un massimo per le tasse d'iscrizione alle gare ASTi.

Per le iscrizioni sul posto è tollerato un sovrapprezzo che in linea di massima non deve superare i 5.- e dev'essere introdotto al massimo a partire da 5 giorni prima dello svolgimento della gara. Fanno eccezione gare con più di 300 partecipanti.

#### **Art. 12 Percorso gare**

Il percorso delle gare ufficiali deve essere approvato dalla CTPS. Le corse su strada o con attraversamenti di strade pubbliche devono essere autorizzate dalla Sezione circolazione.

#### **Art. 13 Demarcazione percorso e sicurezza**

Il percorso deve essere chiaramente segnalato (per esempio con bandierine, transenne, corde o nastri) in modo da evitare deviazioni o scorciatoie. La demarcazione deve assicurare la massima sicurezza dei concorrenti e del pubblico.

#### **Art. 19 Rifornimenti e assistenza sanitaria**

Il rifornimento con acqua sul percorso deve sempre essere garantito; il numero dei rifornimenti deve essere adeguato alla lunghezza del percorso e alle condizioni climatiche.

All'arrivo dev'essere garantita l'assistenza sanitaria (servizio samaritani). Sul percorso va garantita la sicurezza e l'assistenza.

#### **Art. 21 - Accompagnamento e mezzi ausiliari**

Persone non in gara non possono accompagnare i concorrenti, facendo loro l'andatura, anche per brevi tratti. L'infrazione comporta per il concorrente sanzioni che possono arrivare fino alla squalifica.

Nelle gare ufficiali ASTi è fatto divieto dell'uso di mezzi non compatibili con

la corsa che possono favorire l'atleta o creare pericoli d'intralcio o infortunio (una decisione in merito spetta comunque al singolo organizzatore). Come da regolamento internazionale, durante le competizioni, è sconsigliato l'uso degli auricolari per ascoltare musica o qualsiasi altro strumento simile. L'ASTi invita gli organizzatori a vietare il loro utilizzo durante le manifestazioni ASTi.

#### **Art. 23 - Delegato ASTi**

La CTPS designa un delegato ASTi a tutte le gare ASTi. Il delegato ASTi è di supporto all'organizzatore in caso di reclami o ricorsi. Il delegato ASTi fa parte della giuria in caso di reclami o ricorsi. Il delegato ASTi redige il rapporto di gara in accordo con l'organizzazione.

#### **Art. 24 - Definizione società**

Sono considerate società quelle costituite ai sensi degli art. 60 e seguenti del CCS. Non possono essere considerate società quelle costituite ad hoc per partecipare a singole manifestazioni (per esempio: classi scolastiche, scuole reclute, squadre composte da atleti di più società podistiche, ecc.)

#### **Art. 25 - Responsabilità**

Ogni società organizzatrice di gare podistiche deve essere in possesso di un'assicurazione responsabilità civile.

Ogni società organizzatrice è responsabile della sicurezza e svolgimento della propria manifestazione, vedi anche articolo 28.

#### **Art. 26 - Affiliazione**

Nel corso di un anno civile un atleta deve svolgere la propria attività podistica (podismo, montagna e staffette) per una sola società.

#### **Art. 28 - Responsabilità**

Ogni concorrente corre a proprio rischio e pericolo. L'atleta deve presentarsi in buone condizioni fisiche. È auspicabile un controllo medico regolare.

#### **Art. 31a - Reclami singole gare**

Reclami inerenti le manifestazioni sono da inoltrare all'organizzatore secondo i singoli regolamenti in vigore.

### **Art. 31b - Reclami classifiche ASTi**

Reclami inerenti le classifiche ASTi sono da inoltrare all'ASTi come stabilito nei rispettivi regolamenti.

**Art. 33** - Per tutto quanto non è previsto dal presente regolamento faranno stato le decisioni della CTPS, prese dopo aver consultato i regolamenti e le prassi in uso in campo nazionale.

*Commissione tecnica podismo e staffette - 14 dicembre 2017*







## Regolamento Coppe ASTi di podismo e Coppe ASTi di montagna salita e vertical 2019

La versione integrale e completa è disponibile su [www.asti-ticino.ch](http://www.asti-ticino.ch)

1. L'ASTi assegna la Coppa Ticino ASTi di podismo, rispettivamente la Coppa Ticino ASTi di montagna e salita vertical agli atleti e nelle categorie elencati al punto 2.

L'ASTi assegna la Coppa ASTi generale di podismo, rispettivamente Coppa ASTi generale di montagna salita e vertical agli atleti e nelle categorie elencati al punto 3.

2. Per la Coppa Ticino ASTi di podismo, rispettivamente la Coppa Ticino ASTi di montagna salita e vertical valgono le seguenti categorie:

- **M20** nati dal 1999 al 1980      **U20M** nati nel 2000 o dopo
- **M40** nati dal 1979 al 1970      **W** nate nel 1980 o dopo
- **M50** nati dal 1969 al 1960      **W40** nate dal 1979 al 1970
- **M60** nati nel 1959 o prima      **W50** nate nel 1969 o prima

- 2.1 Partecipano alla Coppa Ticino ASTi di podismo, rispettivamente alla Coppa Ticino ASTi di montagna salita e vertical:

- atleti domiciliati o residenti in Ticino o Moesano dal 1° gennaio dell'anno corrente, facenti parte da inizio stagione di una società affiliata all'ASTi e che nelle singole gare partecipano per questa società ASTi (nell'iscrizione alle singole gare è tollerata l'aggiunta di uno sponsor alla società di appartenenza, stranieri solo con permesso di soggiorno B o C);
- atleti originari del Ticino ma residenti fuori Cantone, facenti parte da inizio stagione di una società affiliata all'ASTi e che nelle singole gare partecipano per una società affiliata all'ASTi (nell'iscrizione alle singole gare è tollerata l'aggiunta di uno sponsor alla società di appartenenza), che ne fanno richiesta scritta alla Commissione tecnica podismo e

staffette entro il 15 marzo dell'anno in cui si assegna il titolo.

3. Per la Coppa ASTi generale di podismo, rispettivamente Coppa ASTi di montagna salita e vertical valgono invece le seguenti due categorie:

- Maschile: età libera
- Femminile: età libera

3.1 Partecipano alla Coppa ASTi generale di podismo, rispettivamente Coppa ASTi generale di montagna salita e vertical:

- Tutti gli atleti classificati nelle rispettive prove, indipendentemente dalla nazionalità, domicilio o società di appartenenza.

4.1 Per il 2019, per le Coppe ASTi di podismo valgono le seguenti 12 gare:

- Giro Media Blenio (Giro podistico 10 km)
- Corsa podistica di Stabio
- Stralosone (gara principale)
- Corsa podistica Malvagliese
- StraMassagno (gara principale)
- 5000 m Tesserete
- SanBeRun
- Gran Premio Rossa (Selma-Rossa)
- Cronometro Malcantonese
- 5000 m Locarno
- Corsa delle 7 chiese Giornico
- Penz...iamo Chiasso

4.2 Per le Coppe ASTi di podismo vengono sommati i 7 migliori punteggi nelle 10 gare di podismo su strada e il punteggio ottenuto nella classifica finale dei 5'000 m in pista (totale 8 risultati).

5.1 Per il 2019, per le Coppe ASTi di montagna salita e vertical valgono le seguenti 13 gare:

- Sementina - San Defendente
- Tesserete - Gola di Lago

- Piotta - Ritom
- Vertical della Croce
- Basodino Skyrace
- Orselina - Cimetta
- Cronoascesa al Bigorio
- Gordevio - Monti di Brunescio
- Lodrino - Alpe Alva
- Rodi - Tremorgio
- Cronometro del Nara
- Faido-Lago di Cari
- Cristallina Challenge

5.2 Per le Coppe ASTi di montagna salita e vertical vengono sommati gli 8 migliori punteggi nelle 13 gare.

6.1 Assegnazione punteggi:

a) per tutte le Coppe ASTi di questo regolamento, nelle gare vengono assegnati i punti ai primi 20 atleti di ogni categoria che ne hanno il diritto (vedi punti 2.1 e 3.1) nel modo seguente:

- 1° classificato 30 punti
- 2° classificato 25 punti
- 3° classificato 21 punti
- 4° classificato 18 punti
- 5° classificato 16 punti
- di seguito a scalare di 1 punto fino a un punto per il 20° classificato

b) per le Coppe ASTi di podismo, dopo la disputa di tutte le gare ufficiali ASTi dei 5000 m viene stilata una classifica che tiene in considerazione solo il miglior risultato cronometrico di ogni atleta ai primi 20 atleti di ogni categoria che ne hanno diritto vedi punti 2.1 e 3.1 vengono assegnati dei punti come indicato al paragrafo a).

- 6.2 In caso di parità nel punteggio finale per designare il vincitore fa stato il maggior numero di vittorie e poi il punteggio maggiore nel/nei risultato/i scartato/i
8. Classifiche e ricorsi:  
L'ASTi è responsabile dell'allestimento delle classifiche di Coppa. Eventuali reclami sulle classifiche di Coppa sono da inoltrare alla Commissione tecnica podismo e staffette, tramite lettera scritta motivata e ufficiale (mail o cartaceo) indirizzata al Presidente, entro 18 giorni dalla pubblicazione delle stesse sul sito [www.asti-ticino.ch](http://www.asti-ticino.ch).  
Scaduto il termine di reclamo le classifiche non possono più essere contestate.  
Le decisioni della Commissione tecnica podismo e staffette sono inappellabili.
9. Premiazione:
- L'ASTi è responsabile delle premiazioni delle classifiche di Coppa.
  - Per le premiazioni delle Coppe ASTi vengono considerati unicamente i concorrenti che hanno ottenuto un punteggio valido in almeno tre prove delle rispettive classifiche.
  - Eventuali ulteriori precisazioni verranno comunicati nell'arco della stagione sul sito [www.asti-ticino.ch](http://www.asti-ticino.ch).
10. Le gare annullate non sono sostituite. In caso di rinvio ad altra data non sono assegnati i punteggi di Coppa ASTi. Fanno eccezione decisioni diverse approvate dalla CTPS e comunicate ufficialmente sul sito ASTi.

*Commissione tecnica podismo e montagna - 22 gennaio 2019*

## **Disposizioni 5000 m ASTi**

*Gare valide per la Coppa ASTi di podismo*

### **Ordine delle batterie:**

Prima batteria concorrenti più veloci

Ulteriori batterie nell'ordine medio lento, salvo indicazioni differenti prese in accordo con la CTPS.

### **Composizione delle batterie:**

Fa stato l'ultimo tempo ottenuto in una gara sui 5000 m ASTi.

Massima retroattività 3 (tre) anni.

In sua mancanza, il tempo probabile dichiarato onestamente dal concorrente.

**Tassa d'iscrizione:** CHF 7.-

### **Altre disposizioni per i 5'000 m ASTi:**

1. Un concorrente può prendere parte ad una sola batteria per manifestazione
2. È vietato correre senza pettorale per fare l'andatura ad altri atleti anche per brevi tratti

## Iscrizioni gare ASTi

*Per le classifiche delle Coppe ASTi, gli atleti sono invitati ad iscriversi correttamente alle gare ASTi, indicando sempre:*

- cognome e nome
- anno di nascita
- categoria
- società
- domicilio

*Senza i dati corretti non sarà possibile attribuire i punti delle Coppe ASTi. Si invita pertanto i concorrenti a voler sempre verificare la corretta iscrizione.*



### **Regolamento Coppa Ticino ASTi giovanile 2019**

*La versione integrale e completa è disponibile su [www.asti-ticino.ch](http://www.asti-ticino.ch)*

1. L'ASTi assegna la Coppa Ticino ASTi giovanile (di podismo) nelle categorie elencate qui sotto:
  - ad atleti residenti in Ticino o Moesano entro il 1. gennaio dell'anno corrente, facenti parte da inizio stagione di una società affiliata all'ASTi e che gareggiano nelle singole gare per questa società ASTi. Se stranieri solo con permesso B o C.
  - ad atleti originari del Ticino, residenti fuori Cantone, facenti parte di una società ticinese affiliata all'ASTi, che ne fanno richiesta scritta alla CTPS.  
**U16M** (nati nel 2004 e dopo) **U16W** (nate nel 2004 e dopo)
- 2.1 Per la Coppa Ticino ASTi giovanile, per il 2019 valgono le seguenti 10 gare:
  - Piccolo Giro di Stabio
  - Minigiuro Media Blenio

- Piccolo Giro di Losone
- StraLugano giovanile
- 1'000 m Tesserete
- StraMassagno giovanile
- SanBeRun giovanile
- Coppa Froda giovanile (Fontana-Foroglio)
- 1'000 m Locarno
- Corsa 7 chiese Giornico mini

[Nota: Per l'assegnazione dei punteggi si considerano le gare destinate alla categoria equivalente alla Coppa ASTi Ticino giovanile].

2.2 Per la classifica di Coppa Ticino ASTi giovanile vengono sommati i 5 migliori punteggi nelle 8 gare su strada ed il punteggio ottenuto nella classifica finale dei 1'000 m in pista (totale 6 risultati).

2.3 Assegnazione punteggi:

a) per le Coppe Ticino, nelle gare vengono assegnati i punti ai primi 20 atleti di ogni categoria che ne hanno il diritto (vedi punto 1) nel modo seguente:

- 1° classificato 30 punti
- 2° classificato 25 punti
- 3° classificato 21 punti
- 4° classificato 18 punti
- 5° classificato 16 punti
- di seguito a scalare di 1 punto fino a un punto per il 20° classificato

b) dopo la disputa di tutte le gare ufficiali ASTi dei 1000 m, viene stilata una classifica che tiene in considerazione solo il miglior risultato cronometrico di ogni atleta; ai primi 20 atleti di ogni categoria che ne hanno diritto (vedi punto 1) vengono assegnati dei punti come indicato al paragrafo a).

- 2.4 In caso di parità nel punteggio finale per designare il vincitore fa stato il maggior numero di vittorie e poi il punteggio maggiore nel/nei risultato/i scartato/i.

*Commissione tecnica podismo e staffette - 22 gennaio 2019*



## **Regolamento Trofeo ASTi per società**

1. La classifica a squadre del Trofeo ASTi per società è riservato alle società affiliate all'ASTi.  
Non è necessaria un'iscrizione per partecipare alla classifica per società.
2. Per la classifica di società vengono conteggiati i punti ottenuti dagli atleti affiliati alle rispettive società considerando le seguenti classifiche finali dell'ASTi:
  - a. Coppa Ticino ASTi di categoria podismo
  - b. Coppa Ticino ASTi di categoria montagna salita e vertical
3. Punteggi
  - a. Per ogni classificato che ha ottenuto un punteggio valido in almeno tre prove delle rispettive classifiche di Coppa secondo le classifiche di categoria (podismo e montagna), viene assegnato 1 punto
  - b. Inoltre, per i primi cinque classificati delle Coppe Ticino ASTi di categoria (tutte le categorie, podismo e montagna), vengono assegnati i seguenti punti (cumulabili):
    - 1° classificato 5 punti
    - 2° classificato 4 punti
    - 3° classificato 3 punti
    - 4° classificato 2 punti
    - 5° classificato 1 punto



4. Vince la società che avrà raggiunto il punteggio totale maggiore.
5. Classifiche e ricorsi:
  - a) L'ASTi è responsabile dell'allestimento delle classifiche.
  - b) Eventuali reclami sulle classifiche sono da inoltrare alla Commissione tecnica podismo e staffette, tramite lettera scritta motivata e ufficiale (mail o cartaceo) indirizzata al Presidente, entro 18 giorni dalla pubblicazione delle stesse sul sito [www.asti-ticino.ch](http://www.asti-ticino.ch)
  - c) Scaduto il termine di reclamo le classifiche non possono più essere contestate.
  - d) Le decisioni della Commissione tecnica podismo e staffette sono inappellabili.
6. Premiazione delle prime tre società durante la premiazione ASTi.

*Commissione tecnica podismo e staffette - 22 gennaio 2019*

## **Regolamento TAS, Trofeo ASTi staffette 2019**

*La versione integrale e completa è disponibile su [www.asti-ticino.ch](http://www.asti-ticino.ch)*

- 2.2 Sarà attribuito un trofeo TAS per le seguenti 6 categorie o gruppi di cat.:
  - 1) U12M            10/11 anni
  - 2) U14M            12/13 anni
  - 3) U16M / M      14/15 anni / 16 anni e più
  - 4) U12W            10/11 anni
  - 5) U14W            12/13 anni
  - 6) U16W / W      14/15 anni / 16 anni e più
- 2.3 Verrà assegnato il Supertrofeo TAS alla Società che avrà acquisito il miglior risultato, sommando i punteggi ottenuti nelle 6 categorie o gruppi di categorie.

### 3. Categorie

3.1 Affinché una manifestazione sia valida per il TAS, devono essere previste le seguenti categorie:

#### 3.1.1 Maschili

M 2003 e prima

U16M 2004-2005

U14M 2006-2007

U12M 2008-2009

#### 3.1.2 Femminili

W 2003 e prima

U16W 2004-2005

U14W 2006-2007

U12W 2008-2009

#### 3.1.3 Eccezione:

le staffette autunnali possono prevedere solo le categorie U12 e U14.

3.2 Per le gare di contorno valgono le categorie seguenti:

Maschili:

U10M 2010-2011

Scoiattoli 2012 e dopo

Femminili:

U10W 2010-2011

scoiattole 2012 e dopo

### 5. Staffette valide

5.1 Per l'allestimento delle classifiche finali del TAS, si terrà conto dei risultati ottenuti in tutte le staffette TAS:

- 8 gare per le categorie U12 e U14
- 5 gare per le categorie U16, W e M

## 5.2 Per il 2019 valgono le seguenti gare:

Staffette primaverili:

- Staffetta Capriaschese
- Staffetta Magnifico Borgo
- Staffetta SAV Vacallo
- Staffetta AS Monteceneri
- Staffetta Vigor Ligornetto

Staffette autunnali:

- Staffetta SVAM Sagno
- Staffetta Rivense
- Sagra della staffetta Isona

5.3 Le gare annullate non sono sostituite. In caso di rinvio ad altra data non sono assegnati i punteggi. Fanno eccezione decisioni diverse approvate dalla CTPS e comunicate ufficialmente sul sito ASTI.

## 7. Punteggi

7.1 In ogni categoria saranno assegnati i seguenti punteggi:

- 10 punti alla 1a squadra classificata
- 9 punti alla 2a squadra classificata

di seguito a scalare di 1 punto fino a 1 punto per la decima classificata e 1 punto per tutte le altre squadre classificate.

7.4 In ogni staffetta, per ogni categoria o gruppo di categoria, vengono tenuti in considerazione e sommati i 2 (due) migliori punteggi ottenuti dalla singola società.

7.6 Si terrà conto delle società ticinesi e del Moesano affiliate all'ASTI. Le squadre classificate che non possono partecipare all'attribuzione del TAS non sono tenute in considerazione per la ripartizione dei punti di cui all'art. 8.1.

8. Gare individuali valide per il TAS

- 8.1 Gare individuali per il TAS, sono ammesse unicamente per le categorie M e W.
- 8.4 Per la classifica a squadre sarà calcolata la somma dei 3 (tre) migliori risultati ottenuti per squadra. Vengono classificate anche le società che dovessero schierare 1 o 2 atleti.
- 8.6 Per il TAS saranno assegnati i punteggi come all'art. 8.1.
9. Classifiche TAS e ricorsi
- 9.2 L'ASTi è responsabile dell'allestimento delle classifiche dei Trofei. Eventuali reclami sulle classifiche sono da inoltrare alla Commissione tecnica podismo e staffette, tramite lettera scritta motivata e ufficiale (mail o cartaceo) indirizzata al Presidente, entro 18 giorni dalla pubblicazione delle stesse sul sito [www.asti-ticino.ch](http://www.asti-ticino.ch).
- 9.3 Scaduto il termine di reclamo le classifiche non possono più essere contestate.
- 9.4 Le decisioni della Commissione tecnica podismo e staffette sono inappellabili.

*Commissione tecnica podismo e staffette - 22 gennaio 2019*





# Calendari coppe e trofei

# **Coppa ASTi montagna salita e vertical**

*[Coppa Ticino ASTi e Coppa ASTi generale]*

Data	Gara	Società organizzatrice
31.3	1. Sementina – San Defendente <b>i</b> 4,8 km 400 m Pt 10.00	RCB Bellinzona 079 617 60 28
7.4	39. Tesserete - Gola di Lago <b>i</b> 7,2 km 494 m Pt 10.30	USC Capriaschese Sergio Stampanoni 079 579 44 28
18.5	4. Piotta - Ritom <b>i</b> 1,3 km 800 m Pt 10.00 ⌚	Associazione Scenic Trail Aaron Rezzonico 079 261 06 06
9.6	3. Lodrino - Alpe Alva <b>i</b> 5,5 km 1300 m Pt 8.00	Skyrace Lodrino-Lavertezzo Andrea Cairoli 079 444 13 40
16.6	4. Vertical della Croce <b>i</b> 4,5 km 890 m Pt 10.00	Associazione Scenic Trail Aaron Rezzonico 079 261 06 06
20.6	7. Cronoascesa al Bigorio <b>i</b> 3,2 km 201 m Pt 19.30 ⌚	USC Capriaschese Elia Stampanoni 079 742 33 07
23.6	8. Orselina - Cimetta <b>i</b> 8,7 km 1270 m Pt 10.00	Società podistica Locarnese Adriano Beretta 079 658 93 39
30.6	4. Gordevio - M. Brunescio <b>i</b> 4,4 km 1000 m Pt 10.00	I run to you trail Nicola Maciariello 079 337 17 89
21.7	20. Rodi - Tremorgio <b>i</b> 5,5 km 910 m Pt 10.00	GORT Rodi-Tremorgio Damiano Pedimina 079 722 63 12
28.7	24. Cronometro del Nara <b>i</b> 5,5 km 750 m Pt 9.30 ⌚	Sci club Negrentino Norberto Mandioni 079 420 96 11
18.8	3. Corsa Faido – Lago di Cari 8 km 1600 m Pt 9.30	Gruppo podisti Leventina Daniele Zanzi 077 481 50 17
24.8	5. Cristallina Challenge <b>i</b> 9,2 km 1370 m Pt 10.00	Associazione Scenic Trail Aaron Rezzonico 079 261 06 06
21.9	7. Basodino Skyrace <b>i</b> 6,13 km 1025 m Pt 10.00 ⌚	CAS sezione Locarno Fabio Bernasconi 078 744 07 34

**Valgono gli 8 migliori punteggi ottenuti nelle 13 gare.**



## Coppa ASTi podismo

*(Coppa Ticino ASTi e Coppa ASTi generale)*

Data	Gara	Società organizzatrice
14.4	35. Corsa podistica di Stabio <b>i</b> 10.5 km Pt 10.15	SFG Stabio Marie Noëlle Beretta 078 828 73 66
22.4	35. Giro Media Blenio <b>i</b> 10 km Pt 10.45	Gruppo atletico Dongio Linda Gianella 091 871 19 73
1.5	25. Stralosone <b>i</b> 10 km Pt 10.30	Società podistica Locarnese Adriano Beretta 079 658 93 39
5.5	46. Corsa podistica Malvagliese <b>i</b> 12 km 6 km Pt 10.00	Gruppo sportivo Orino Bruno Guidinetti 079 280 69 86
22.5	5000 m Tesserete 5 km Pt 19.50	USC Capriaschese Jonathan Stampanoni 091 943 14 18
1.6	5. StraMassagno <b>i</b> 8 km 30 m Pt 17.25	Società atletica Massagno Paolo Dermitzel 079 353 95 26
14.7	7. SanBeRun <b>i</b> 10 km 260 m Pt 10.00	Moesa Runners Massimo Marta 076 693 00 73
3.8	6. Gran Premio Rossa <b>i</b> 10 km 271 m Pt 16.00	Moesa Runners Massimo Marta 076 693 00 73
31.8	23. Cronometro Malcantonese <b>i</b> 5 km Pt 18.00 <b>d</b>	Società Unitas Malcantone Stefano Bettelini 079 262 65 32
7.9	8. Penz...iamo 10 km Pt 17.00	SFG Chiasso Davide Dosi 076 679 67 91
11.9	5000 m Locarno 5 km Pt 19.15	Società podistica Locarnese Adriano Beretta 079 658 93 39
14.9	4. Corsa 7 chiese Giornico <b>i</b> 7 km 165 m Pt 11.00	Corsa 7 chiese Giornico Luca Orsega 079 505 04 92

**Valgono i 7 migliori punteggi nelle 10 gare di podismo su strada e il punteggio ottenuto nella classifica finale dei 5'000 m [totale 8 risultati].**

## **Coppa Ticino ASTi giovanile**

<b>Data</b>	<b>Gara</b>	<b>Società organizzatrice</b>
14.4	Piccolo giro di Stabio 	SFG Stabio
	3 km Pt 10.00	Marie Noëlle Beretta 078 828 73 66
22.4	Mini Giro Media Blenio 	Gruppo atletico Dongio
	2 km Pt 13.45	Linda Gianella 091 871 19 73
1.5	Piccolo giro di Losone 	Società podistica Locarnese
	2.5 km Pt 9.35	Adriano Beretta 079 658 93 39
22.5	1000 m ASTi Tesserete	USC Capriaschese
	1 km Pt 19.00	Sergio Stampanoni 079 579 44 28
25.5	StraLugano Kids 	Associazione StraLugano
	2.1 km Pt 17.00	Walter Lisetto 079 413 81 77
1.6	StraMassagno giovanile 	Società atletica Massagno
	2.0 km Pt 17.00	Paolo Dermitzel 079 353 95 26
14.7	SanBeRun giovanile 	Moesa Runners
	2 km Pt 11.00	Massimo Marta 076 693 00 73
1.8	Coppa Froda giovanile 	Gruppo Coppa Froda
	3 km Pt 10.30	Remy Lampert 079 282 20 94
11.9	1000 m ASTi Locarno	Società podistica Locarnese
	1 km Pt 19.00	Adriano Beretta 079 658 93 39
14.9	4. Corsa 7 chiese Giornico mini 	Corsa 7 chiese Giornico
	1.9 km Pt 14.00	Luca Orsega 079 505 04 92

**Valgono i 5 migliori risultati sulle 8 gare su strada + il miglior risultato sul 1000 m.**

# T Trofeo ASTi Staffette - TAS

<b>Data</b>	<b>Gara</b>	<b>Società organizzatrice</b>
31.3	46. Staffetta Capriaschese, Tesserete Pt 14.30	USC Capriaschese Sergio Stampanoni 079 579 44 28
6.4	55. Staffetta SAV, Vacallo Pt 16.45	Società atletica Vacallo Nadia Sandrinelli 079 623 12 36
13.4	35. Staffetta Magnifico Borgo Pt 18.00	Atl. Mendrisiotto - SFG Mendrisio Matteo Croci 079 721 57 39
18.5	5. Staffetta Banca Stato, Rivera Pt 13.00	AS Monteceneri Patrick Crescini 079 701 49 69
1.6	64. Staffetta Vigor, Ligornetto Pt 15.30	Vigor Ligornetto Andrea Salvadè 079 423 83 84
22.9	23. Sagra della Staffetta Isona Pt 14.30	SA Isona-Medeglia Vittorino Buloncelli 091 946 28 88
6.10	20. Staffetta di Sagno Pt 14.00	SVAM Muggio Cinzia Pagani 079 542 00 87
13.10	43. Staffetta Rivense, Riva San Vitale Pt 14.00	ASSPO Riva San Vitale Domenico Pellegrini 079 206 81 00



# Risultati e classifiche 2018

# Risultati 2018

## Podismo, montagna e staffette

### Vincitori Coppa Ticino ASTi podismo

U16M	Balestra Ruben	USC Capriaschese
U20M	Delorenzi Marco	USC Capriaschese
M20	Pezzani Luca	AS Monteceneri
M40	Lorenzetti Valerio	USC Capriaschese
M50	Genovese Gaetano	RCB Bellinzona
M60	Gennari Claudio	RCB Bellinzona
U16W	Berini Gaia	GAB Bellinzona
W	Rossi Rosalba	FG Malcantone
W40	Lazzeri Simona	GAD Dongio
W50	Berti – Riggi Daniela	RCB Bellinzona

### Vincitori Coppa ASTi generale podismo

Uomini	Proserpio Paolo	Valetudo-Serim
Donne	Rossi Rosalba	FG Malcantone

### Vincitori Coppa Ticino ASTi corsa in montagna

U20M	Brusorio Alessio	SFG Biasca
M20	Domeniconi Thomas	AS Monteceneri
M40	Turati Silvano	Moesa Runners
M50	Massera Fabio	SA Isole-Medeglia
M60	Aprile Brunello	Frecce Gialle Malcantone
W	Manolache Maria	SP Locarnese
W40	Serafini Susanna	RCB Bellinzona
W50	Casanova Paola	SAM Massagno

### Vincitori Coppa ASTi generale montagna salita e vertical

Uomini	Elazzaoui Elhousine	USC Capriaschese
Donne	Casanova Paola	SAM Massagno

<b>TROFEO ASTi per società</b>		<b>punti</b>
1.	USC Capriaschese	135
2.	RCB Bellinzona	107
3.	Frecce Gialle Malcantone	58
4.	SAM Massagno	50
5.	SFG Biasca	51
6.	AS Monteceneri	44
7.	GAB Bellinzona	39
8.	SPL Locarnese	36
9.	GAD Dongio	29
10.	Moesa Runners	29

<b>TAS (Trofeo ASTi Staffette)</b>		<b>punti</b>
U16W e W	1. VIGOR Ligornetto	74
	2. USC Capriaschese	57
	3. AS Monteceneri	37
U14W	1. USC Capriaschese	114
	2. AS Monteceneri	79
	3. SVAM Muggio	56
U12W	1. SVAM Muggio	112
	2. VIGOR Ligornetto	102
	3. SAM Massagno	91
U16M e M	1. VIGOR	63
	2. USC Capriaschese	47
	3. AT Mendrisiotto	41
U14M	1. AS Monteceneri	124
	2. VIGOR Ligornetto	117
	3. USC Capriaschese	60
U12M	1. SAM Massagno	132
	2. VIGOR Ligornetto	80
	3. AS Monteceneri	56
Supertrofeo	1. VIGOR Ligornetto	486
	2. AS Monteceneri	396
	3. USC Capriaschese	343

### **Riconoscimenti speciali**

**Roberto Delorenzi, campione mondiale U23 vertical e vicecampione mondiale U23 skyrace e combinata.**

# Risultati orientamento 2018

## LOM (Campionati svizzeri lunga distanza)

H35	2. Manuel Asmus	GOLD
-----	-----------------	------

## SPM (Campionati svizzeri sprint)

D20	1. Elena Pezzati	SCOM
-----	------------------	------

D12	3. Aline Ren	ASCO
-----	--------------	------

D10	2. Kim Vassalli	GOLD
-----	-----------------	------

D50	2. Graziella Quadri Kocsis	ASCO
-----	----------------------------	------

HE	3. Tobia Pezzati	SCOM
----	------------------	------

H18	1. Manuele Ren	ASCO
-----	----------------	------

H14	1. Giovanni Gattoni	CO AGET
-----	---------------------	---------

	2. Elia Ren	ASCO
--	-------------	------

H12	2. Samuele Bonini	ASCO
-----	-------------------	------

H35	1. Manuel Asmus	GOLD
-----	-----------------	------

H45	3. Stefano Maddalena	O-92
-----	----------------------	------

H55	1. Matteo Besomi	ASCO
-----	------------------	------

## MOM (Campionati svizzeri a media distanza)

D18	2. Elena Pezzati	SCOM
-----	------------------	------

H20	3. Siro Corsi	GOLD
-----	---------------	------

H12	2. Luca Bozzolo	ASCO
-----	-----------------	------

## NOM (Campionati svizzeri in notturna)

DE	3. Elena Roos	O-92
----	---------------	------

D20	2. Elena Pezzati	SCOM
-----	------------------	------

H50	1. Stefano Maddalena	O-92
-----	----------------------	------

## SOM (Campionati svizzeri a staffetta)

D16	2. Martina Rizzi, Delia Giezendammer, Alice Maddalena,	ASCO, OLG Chur, O-92
-----	--	----------------------



**SSM (Campionati svizzeri a staffetta sprint)**

SS45	3. Flavia Spinelli, Michele Ren, Gigi Pedrini, Marzia Beltraminelli	ASCO
------	--	------

**Campionati svizzeri bike-O (partenza in massa)**

H40	2. Mathias Arpagaus	CO AGET
-----	---------------------	---------

**Campionati europei (EOC)**

ELITE	1. Elena Roos (staffetta sprint mista)	0-92
DE	1. Elena Roos (staffetta)	0-92
DE	6. Elena Roos (sprint)	0-92

**Campionati mondiali (WOC)**

DE	1. Elena Roos (staffetta)	0-92
ELITE	2. Elena Roos (staffetta sprint mista)	0-92
DE	4. Elena Roos (sprint)	0-92

**Campionati europei giovanili (JEC)**

H18	3. Manuele Ren (middle)	ASCO
-----	-------------------------	------

**CAMPIONI TICINESI CO**

D10	Linda Lunghini	GOLD
D12	Laura Grossi	0-92
D14	Emma Kocsis	ASCO
D16	Anna Banfi	GOLD
D18	Lisa Grossi	0-92
DAL	Maura Pronini	GOLD
D40	Graziella Quadri Kocsis	ASCO
D50	Silvia Zemp Campana	ASCO
D60	Bea Arn	SCOM
H10	Giulio Romagna	GOLD
H12	Giona De Stefani	GOLD
H14	Gioele Chiodoni	ASCO
H16	Elia Ren	ASCO
H18	Tommaso Besomi	ASCO
HAL	Siro Corsi	GOLD
H40	Stefano Castelli	ASCO
H50	Roberto Tettamanti	SCOM
H60	Gianni Pettinari	CO AGET
H70	Roberto Nosedà	UNITAS

**CAMPIONI TICINESI SPRINT CO**

D10	Kim Vassalli	GOLD
D12	Laura Grossi	0-92
D14	Giulia Maddalena	0-92
D16	Anna Banfi	GOLD
D18	Alice Maddalena	0-92
DAL	Elisa Bertozzi	GOLD
D40	Elena Bertozzi	GOLD
D50	Silvia Zemp Campana	ASCO
D60	Bea Arn	SCOM
H10	Tobia Turrini	ASCO
H12	Mattia Mauri	CO AGET
H14	Matteo Bertozzi	GOLD
H16	Giovanni Gattoni	CO AGET
H18	Tommaso Besomi	ASCO
HAL	Tobia Pezzati	SCOM
H40	Gigi Pedrini	ASCO
H50	Alessandro Beretta	GOV
H60	Roberto Poggiati	CO AGET
H70	Roberto Nosedà	UNITAS

**TMO****(Trofeo Miglior Orientista)**

D10	Kim Vassalli	GOLD
D12	Ambra Bonini	ASCO
D14	Giulia Maddalena	0-92
D16	Anna Banfi	GOLD
D18	Alice Maddalena	0-92
DAL	Caia Maddalena	0-92
DAK	Sabina Rossetti	0-92
D40	Elena Bertozzi	GOLD
D50	Silvia Zemp Campana	ASCO
D60	Brigit Oswald	GOLD
H10	Giulio Romagna	GOLD
H12	Mattia Mauri	CO AGET
H14	Matteo Bertozzi	GOLD
H16	Elia Ren	ASCO
H18	Tommaso Besomi	ASCO
HAL	Siro Corsi	GOLD
HAM	Andrea Chiodoni	ASCO
HAK	Massimo Juorno	0-92
H40	Tiziano Boiani	0-92

H50	Oleg Anuchkin	CO AGET
H60	Michele Guglielmetti	GOLD
H70	Hanspeter Oswald	GOLD

<b>TMS (Trofeo miglior Società)</b>		<b>punti</b>
1.	ASCO Lugano	1863
2.	GOLD Savosa	1835
3.	O-92 Piano di Magadino	1449
4.	C.O. AGET Lugano	1147
5.	SCOM Mendrisio	846
6.	GOV Valle Maggia	346
7.	UNITAS Malcantone	182
8.	CO UTOE Bellinzona	152
9.	USC Capriaschese	13

#### **Riconoscimenti speciali**

Elena Roos	EOC e WOC
Sebastian Inderst	partecipazione EOC e WOC
Elisa Bertozzi, Elena Pezzati	partecipazione JWOC
Manuele Ren	partecipazione EYOC
Elisa Bertozzi, Elena Pezzati	partecipazione JEC



# Comitato ASTi e commissioni

# ASSOCIAZIONE SPORTIVA TICINESE

## COMITATO CANTONALE ASTI

Stato al 1. gennaio 2019

Eventuali aggiornamenti saranno pubblicati su [www.asti-ticino.ch](http://www.asti-ticino.ch)

Presidente: <i>ad interim</i>	Edoardo Pellandini 6807 Tavernes	091 945 16 28 <a href="mailto:edo.pellandini@bluewin.ch">edo.pellandini@bluewin.ch</a>
Vice Presidente:	Sergio Stampanoni 6954 Bigorio	091 943 36 73 <a href="mailto:seostampa@bluewin.ch">seostampa@bluewin.ch</a>
Membri:	Francesco Beltraminelli 6963 Pregassona	091 966 73 66 <a href="mailto:francesco.beltraminelli@gmail.com">francesco.beltraminelli@gmail.com</a>
	Claudio Bonomi 6802 Rivera	091 946 14 64 <a href="mailto:claudio.bonomi@bluewin.ch">claudio.bonomi@bluewin.ch</a>
	Giuliana Friedrich-Bettelini 6987 Caslano - Via Chiesuola 6 <i>Cassiera</i>	091 606 74 93 <a href="mailto:giuliana.bettelini@gmail.com">giuliana.bettelini@gmail.com</a>
	Mario Marzano 6500 Bellinzona - Via Malmera 2 <i>Segretariato</i>	091 825 06 49 <a href="mailto:marzano.m@bluewin.ch">marzano.m@bluewin.ch</a>
	Tulla Spinelli 6984 Pura	091 600 91 59 <a href="mailto:tulla.spinelli@bluewin.ch">tulla.spinelli@bluewin.ch</a>
		<i>Presidente Commissione tecnica corse d'orientamento</i>
	Elia Stampanoni 6954 Bigorio	079 742 33 07 <a href="mailto:elista@bluemail.ch">elista@bluemail.ch</a>
		<i>Presidente Commissione tecnica podismo e staffette</i>

## COMMISSIONE TECNICA CORSE D'ORIENTAMENTO ASTI

Presidente:	Tulla Spinelli 6984 Pura	091 600 91 59 tulla.spinelli@bluewin.ch
Membri:	Andrea Beltraminelli 6596 Gordola	091 745 06 42 andrea_beltraminelli@yahoo.it
	Stefano Bettelini 6987 Caslano	079 262 65 32 stefano.bettelini@sunrise.ch
	Claudia Giopelli 6965 Cadro	079 387 76 80 clau.gio@bluewin.ch
	Antonio Guglielmetti 6677 Moghegno-Aurigeno	091 753 18 87 pguglielmetti@bluewin.ch
	Gianni Guglielmetti 6948 Porza	091 930 82 54 gguglielmetti@bluewin.ch
	Antonio Kocsis 6948 Porza	079 174 99 81 toncsi.kocsis@gmail.com
	Camilla Moreni 6850 Mendrisio	079 263 76 13 camilla.moreni@bluewin.ch
	Lidia Nembrini 6965 Cadro	091 943 46 37 lidia.nembrini@gmail.com
	Lorenzo Patocchi 6928 Manno	091 605 61 72 lorenzo.patocchi@cryms.com
	Patrick Rossetti 6516 Cugnasco Gerra	091 858 00 06 patricksabina@gmail.com
	Peter Schrämmli 6807 Taverne	079 375 46 42 pschraemmlli@bluewin.ch

Resp. Stampa:	Lidia Nembrini 6965 Cadro	091 943 46 37 lidia.nembrini@gmail.com
Webmaster CO:	Sebastian Inderst 6987 Caslano	webmaster@asti-ticino.ch
Cartine e materiale:	Francesco Guglielmetti 6928 Manno	091 605 15 53 fguglielmetti@bluewin.ch
Allenatore Selezione:	Gianni Guglielmetti 6948 Porza	091 930 82 54 gguglielmetti@bluewin.ch

## COMMISSIONE TECNICA PODISMO E STAFFETTE ASTI

Presidente:	Elia Stampanoni 6954 Bigorio	079 742 33 07 elista@blueemail.ch
Membri:	Mara Rossinelli (segretariato) 6807 Taverne	079 779 52 10 mararossinelli60@gmail.com
	Maurizio Anghileri 6929 Gravesano	079 680 94 87 maurizio.anghileri@gmail.com
	Dino Bersacola 6702 Claro	079 331 34 31 dinobersacola@gmail.com
	Luciano Bolis 6528 Camorino	091 857 60 52 lucianobolis@ticino.com
	Claudio Brusorio 6527 Lodrino	091 863 28 02 claudio.brusorio@sunrise.ch
	Massimo Marta 6535 Roveredo (GR)	076 693 00 73 maxmarta@bluewin.ch



	Gianni Natale 6854 S. Pietro	091 647 20 41 gionat@sunrise.ch
	Aaron Rezzonico 6958 Bidogno	079 261 06 06 aaron.rezzonico@hotmail.com
	Maria Soldini 6949 Comano	091 942 80 44 miasoldini@gmail.com
Addetto Stampa:	Leonida Stampanoni	091 943 26 66 stampal@bluewin.ch
Sito podismo:	Mauro Perseghini <a href="http://www.asti-ticino.ch/podismo/contatto/">www.asti-ticino.ch/podismo/contatto/</a>	
Sito staffette:	Elia Stampanoni	tas@asti-ticino.ch
Classifiche podismo e montagna:	Daniele Delcò	091 826 35 12 daniele.delco@bluewin.ch
Classifiche TAS:	Leonida Stampanoni	091 943 26 66 stampal@bluewin.ch

*Stato al 1. gennaio 2019.*

*Eventuali aggiornamenti saranno pubblicati su [www.asti-ticino.ch](http://www.asti-ticino.ch)*



ASTi  
Casella postale, 6807 Taverne  
[www.asti-ticino.ch](http://www.asti-ticino.ch)



# Indirizzi società ASTi

# Indirizzi società affiliate all'ASTi

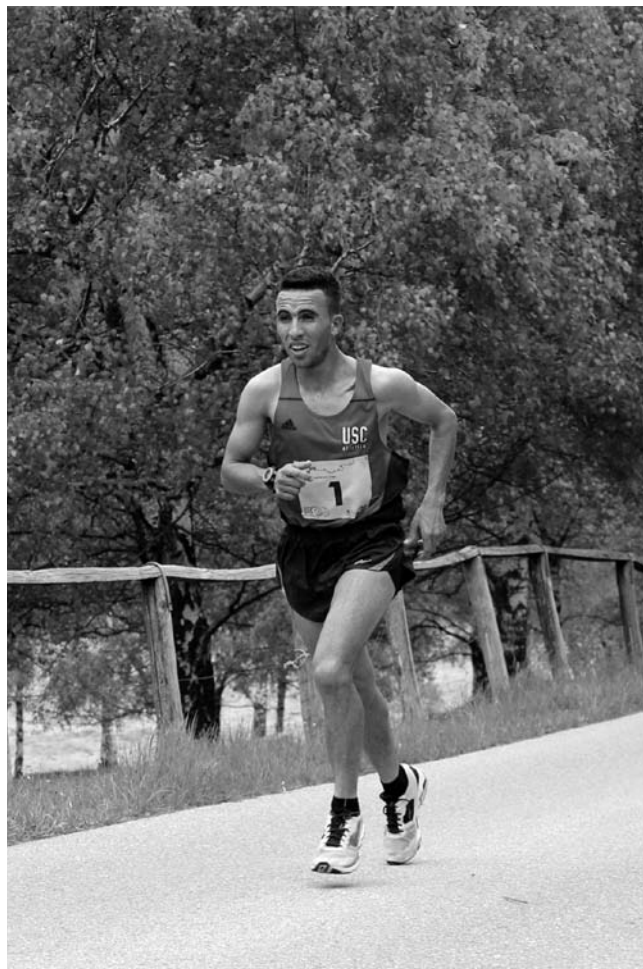
*in ordine alfabetico (stato al 1. febbraio 2019)*

*[\*in corsivo: affiliazione in corso o in attesa di approvazione]*

<b>Società</b>	<b>Contatti</b>
AFS podismo	<a href="mailto:celine.lube@bluewin.ch">celine.lube@bluewin.ch</a>
ASCO Lugano 6901 LUGANO - CP 5077	<a href="http://www.asco-lugano.ch">www.asco-lugano.ch</a> <a href="mailto:presidente@asco-lugano.ch">presidente@asco-lugano.ch</a>
Associazione Corsa e camminata della Bricolla 6997 SESSA - Via ai Grappoli 12	
Associazione Gravesano running 6929 GRAVESANO - Via Istituto Rusca 13	
Associazione Scenic Trail 6958 BIDOGNO, Ar Cè 31	<a href="http://www.scenictrail.ch">www.scenictrail.ch</a> <a href="mailto:aaron.rezzonico@scenictrail.ch">aaron.rezzonico@scenictrail.ch</a>
Associazione sportiva ASSPO Riva San Vitale 6826 RIVA S. VITALE - CP	<a href="mailto:asspo.riva@bluewin.ch">asspo.riva@bluewin.ch</a>
Associazione sportiva Monteceneri 6802 RIVERA - CP 433	<a href="http://www.asmonteceneri.ch">www.asmonteceneri.ch</a> <a href="mailto:as.monteceneri@gmail.com">as.monteceneri@gmail.com</a>
Associazione Stralugano 6904 LUGANO - Via Trevano 100	<a href="http://www.stralugano.ch">www.stralugano.ch</a> <a href="mailto:info@stralugano.ch">info@stralugano.ch</a>
Associazione Val Cama grand prix 6538 VERDABBIO	<a href="http://www.valcama.ch">www.valcama.ch</a> <a href="mailto:valcamagrandprix@hotmail.com">valcamagrandprix@hotmail.com</a>
Atletica Mendrisiotto 6850 MENDRISIO-STAZIONE - CP 1018	<a href="http://www.atletica-mendrisiotto.com">www.atletica-mendrisiotto.com</a> <a href="mailto:info@atletica-mendrisiotto.com">info@atletica-mendrisiotto.com</a>
Club alpino svizzero sezione Locarno 6601 LOCARNO 1, CP 1006	<a href="http://www.basodinoskyrace.ch">www.basodinoskyrace.ch</a> <a href="mailto:info@basodinoskyrace.ch">info@basodinoskyrace.ch</a>
CO AGET Lugano 6965 CADRO - CP 319	<a href="http://www.coaget.ch">www.coaget.ch</a> <a href="mailto:info@coaget.ch">info@coaget.ch</a>
CO UTOE Bellinzona c/o Fabio Gaspari 6593 CADENAZZO - Via Carà 9	<a href="http://www.utoe.ch/co">www.utoe.ch/co</a> <a href="mailto:info@fotogasp.com">info@fotogasp.com</a>
Corsa delle 7 chiese Giornico 6745 GIORNICO, Via San Nicolao 16	<a href="http://www.corsa7chiese.giornico.org">www.corsa7chiese.giornico.org</a> <a href="mailto:corsa7chiesegiornico@gmail.com">corsa7chiesegiornico@gmail.com</a>
Frecce gialle Malcantone 6987 CASLANO - Via Stazione 66	<a href="http://www.freccegialle.ch">www.freccegialle.ch</a> <a href="mailto:segretariato@freccegialle.ch">segretariato@freccegialle.ch</a>
GORT Rodi Tremorgio 6775 AMBRI, San Gottardo 39 - c/o Daniele Balmelli	<a href="http://www.rodii-tremorgio.ch">www.rodii-tremorgio.ch</a> <a href="mailto:dbalmelli@gmail.com">dbalmelli@gmail.com</a>
Gruppo atletico Bellinzona 6501 BELLINZONA - CP 1552	<a href="http://www.gab-bellinzona.ch">www.gab-bellinzona.ch</a> <a href="mailto:info@gab-bellinzona.ch">info@gab-bellinzona.ch</a>
Gruppo atletico Dongio 6715 DONGIO - Casella Postale 26	<a href="http://www.mediablenio.com">www.mediablenio.com</a> <a href="mailto:info@mediablenio.com">info@mediablenio.com</a>

Gruppo Coppa Froda c/o Remy Lampert - 6673 MAGGIA	<a href="http://www.coppafroda.ch">www.coppafroda.ch</a> <a href="mailto:info@coppafroda.ch">info@coppafroda.ch</a>
Gruppo orientisti Lugano e dintorni c/o Daniela Guglielmetti 6928 MANNO - Via Campagnola 3	<a href="http://www.gold-savosa.ch">www.gold-savosa.ch</a> <a href="mailto:dguglielmetti@bluewin.ch">dguglielmetti@bluewin.ch</a>
Gruppo orientisti Vallemaggia 6672 GORDEVIO	<a href="http://www.gov-vallemaggia.ch">www.gov-vallemaggia.ch</a> <a href="mailto:chico.maddalena@bluewin.ch">chico.maddalena@bluewin.ch</a>
Gruppo podisti Leventina 6760 FAIDO	<a href="http://www.faidorunningnight.ch">www.faidorunningnight.ch</a> <a href="mailto:info@faidorunningnight.ch">info@faidorunningnight.ch</a>
Gruppo ricreativo San Vittore c/o Marco Grassi - 6535 ROVEREDO	<a href="http://www.grsv.ch">www.grsv.ch</a> <a href="mailto:info@grsv.ch">info@grsv.ch</a>
Gruppo ricreativo Val Pontirone 6710 BIASCA - Via Castelnuovo 33	<a href="mailto:lauramorini@hotmail.com">lauramorini@hotmail.com</a>
Gruppo sportivo Orino Malvaglia 6713 MALVAGLIA	<a href="http://www.gsomalvaglia.ch">www.gsomalvaglia.ch</a> <a href="mailto:info@gsomalvaglia.ch">info@gsomalvaglia.ch</a>
I run to you trail Nicola Maciariello	<a href="http://www.iruntoyoutrail.com">www.iruntoyoutrail.com</a> <a href="mailto:iruntoyoutrail@gmail.com">iruntoyoutrail@gmail.com</a>
Moesa Runners 6535 Roveredo - Via Pianèzz 266a	<a href="http://www.moesarunners.blogspot.com">www.moesarunners.blogspot.com</a> <a href="mailto:moesarunners@gmail.com">moesarunners@gmail.com</a>
Orientisti92-Piano Magadino 6593 CADENAZZO - CP 223	<a href="http://www.o-92.ch">www.o-92.ch</a> <a href="mailto:furgoni.o92@gmail.com">furgoni.o92@gmail.com</a>
Polisportiva Campionese 6911 CAMPIONE D'ITALIA - CP 73	
Road runner's club Ticino 6572 QUARTINO - CP 68	<a href="http://www.runticino-artelanini.org">www.runticino-artelanini.org</a> <a href="mailto:expos_dart@hotmail.com">expos_dart@hotmail.com</a>
Runner's club Bellinzona 6501 BELLINZONA - CP 2495	<a href="http://www.rcbellinzona.ch">www.rcbellinzona.ch</a> <a href="mailto:rc.bellinzona@bluewin.ch">rc.bellinzona@bluewin.ch</a>
Sci club Negrentino 6723 PRUGIASCO	<a href="http://www.sciclubnegrentino.ch">www.sciclubnegrentino.ch</a> <a href="mailto:info@sciclubnegrentino.ch">info@sciclubnegrentino.ch</a>
Skyrace Lodrino-Lavertezzo 6527 LODRINO - Via Cantonale 188	<a href="http://www.lodrino-lavertezzo.ch">www.lodrino-lavertezzo.ch</a> <a href="mailto:skyrace@lodrino-lavertezzo.ch">skyrace@lodrino-lavertezzo.ch</a>
Società atletica Gordola 6596 GORDOLA - CP 32	<a href="http://www.saggordola.ch">www.saggordola.ch</a> <a href="mailto:info@saggordola.ch">info@saggordola.ch</a>
Società atletica Isona Medeglia 6810 ISONE - CP	<a href="http://www.saim.ch">www.saim.ch</a> <a href="mailto:info@saim.ch">info@saim.ch</a>
Società atletica Lugano atletica 6904 LUGANO - CP 4210	<a href="http://www.sal-atletica.ch">www.sal-atletica.ch</a> <a href="mailto:info@sal-atletica.ch">info@sal-atletica.ch</a>
Società atletica Lugano camminate 6937 BRENO c/o Brunello Genazzini	
Società atletica Massagno 6908 MASSAGNO - CP 114	<a href="http://www.sammassagno.ch">www.sammassagno.ch</a> <a href="mailto:info@sammassagno.ch">info@sammassagno.ch</a>
Società atletica Vacallo 6833 VACALLO - CP 46	<a href="http://www.savvacallo.ch">www.savvacallo.ch</a> <a href="mailto:capetta@sunrise.ch">capetta@sunrise.ch</a>
Società atletica Vis Nova 6594 CONTONE	<a href="http://www.visnova.ch">www.visnova.ch</a> <a href="mailto:p.paioni@bluewin.ch">p.paioni@bluewin.ch</a>

Società corse d'orientamento Mendrisio e dintorni 6850 MENDRISIO - CP 1805	<a href="http://www.scom-mendrisio.ch">www.scom-mendrisio.ch</a> <a href="mailto:info@scom-mendrisio.ch">info@scom-mendrisio.ch</a>
Società federale di ginnastica sezione di Locarno 6601 Locarno - CP 54	<a href="http://www.federale.ch">www.federale.ch</a> <a href="mailto:info@federale.ch">info@federale.ch</a>
Società federale ginnastica Balerna 6828 BALERNA - CP 129	<a href="mailto:antonello.grassi@winterthur.ch">antonello.grassi@winterthur.ch</a>
Società federale ginnastica Biasca - Atletica c/o Martino Rossetti 6710 BIASCA - Via O. Rodoni 13	<a href="mailto:mrossetti@sunrise.ch">mrossetti@sunrise.ch</a>
Società federale ginnastica Brissago 6614 BRISSAGO - CP 754	<a href="mailto:elettro.jelmoni@bluewin.ch">elettro.jelmoni@bluewin.ch</a>
Società federale ginnastica Chiasso 6830 CHIASSO - CP 1359	<a href="http://www.sfgchiasso.ch">www.sfgchiasso.ch</a> <a href="mailto:info@sfgchiasso.ch">info@sfgchiasso.ch</a>
Società federale ginnastica di Mendrisio 6850 MENDRISIO Stazione - CP 1832	<a href="http://www.sfgmendrisio.ch">www.sfgmendrisio.ch</a> <a href="mailto:rivera2001ch@yahoo.it">rivera2001ch@yahoo.it</a>
Società federale ginnastica Morbio 6834 MORBIO INFERIORE - CP	<a href="mailto:atletica@sfgmorbio.ch">atletica@sfgmorbio.ch</a>
Società federale ginnastica Stabio 6855 STABIO - CP 572	<a href="http://www.sfgstabio.ch">www.sfgstabio.ch</a> <a href="mailto:beretta_salamin@sunrise.ch">beretta_salamin@sunrise.ch</a>
Società ginnastica Concordia 6512 GIUBIASCO - CP 1202	<a href="http://www.sgconcordia.ch">www.sgconcordia.ch</a> <a href="mailto:info@sgconcordia.ch">info@sgconcordia.ch</a>
Società podistica Locarnese 6616 LOSONE - CP 655	<a href="http://www.splocarnese.ch">www.splocarnese.ch</a> <a href="mailto:info@splocarnese.ch">info@splocarnese.ch</a>
Società sportiva Unitas Malcantone 6987 CASLANO - Via Chiesuola 6	<a href="http://www.unitas-malcantone.ch">www.unitas-malcantone.ch</a> <a href="mailto:unitasmalcantone@gmail.com">unitasmalcantone@gmail.com</a>
Società sportiva Valle Muggio 6835 MORBIO SUPERIORE - CP 118	<a href="http://www.svammuggio.ch">www.svammuggio.ch</a> <a href="mailto:info@svammuggio.ch">info@svammuggio.ch</a>
Team Comacina 6948 PORZA - Via San Francesco 7	<a href="http://www.atleti.eu">www.atleti.eu</a> <a href="mailto:christian@mynews.is">christian@mynews.is</a>
Unione sportiva Capriaschese 6954 BIGORIO - CP 6	<a href="http://www.uscatletica.ch">www.uscatletica.ch</a> <a href="mailto:info@uscatletica.ch">info@uscatletica.ch</a>
Vigor Ligornetto 6854 SAN PIETRO - Via Ponte di Mezzo 25a	<a href="http://www.vigorligornetto.ch">www.vigorligornetto.ch</a> <a href="mailto:info@vigorligornetto.ch">info@vigorligornetto.ch</a>
<i>Associazione Comano Run *</i> 6949 COMANO - CP 9	<a href="http://www.comanorun.ch">www.comanorun.ch</a> <a href="mailto:info@comanorun.ch">info@comanorun.ch</a>
<i>Associazione Greina Trail *</i> c/o OTR Bellinzonese e alto Ticino, 6718 OLIVONE	<a href="http://www.greinatrail.ch">www.greinatrail.ch</a> <a href="mailto:info@greinatrail.ch">info@greinatrail.ch</a>



Elhousine Elazzaoui, vincitore Coppa ASTi generale 2018 montagna salita e vertical.



Roberto Delorenzi, campione mondiale U23 vertical.



## **Impressum**

A cura della Commissione tecnica podismo e staffette dell'ASTi.

### **Fotografie**

Foto di copertina podismo e salita e altre foto podismo: Nicola Carenini

Foto copertina staffetta e foto Elena Roos: Elia Stampanoni

Foto copertina CO: AreaViva

### **Distribuzione**

Gratuita alle manifestazioni ed eventi ASTi oppure online sul sito [www.asti-ticino.ch](http://www.asti-ticino.ch)

### **Grafica**

gabriele beretta SGD

### **Stampa**

Graficpress SA - Bedano

### **Tiratura**

1000 copie

Febbraio 2019



Elena Roos, due volte oro ai Campionati europei in Ticino.

**ONIS**  
SWISS

**hop!+**

**Asi** ASSOCIAZIONE  
SPORTIVA  
TICINESE



**ONIS SWISS,  
FORNITORE  
CTPS ASTI,  
SARÀ LIETA DI  
PROPORVI  
SOLUZIONI AD  
HOC PER  
VESTIRE IL  
VOSTRO CLUB!**

**ABBIGLIAMENTO  
TECNICO  
SUBLIMATICO  
MADE IN ITALY,  
TSHIRT, FELPE,  
POLO, BORSE,  
GADGET...**

**ONIS SWISS**  
[info@onisswiss.ch](mailto:info@onisswiss.ch)

viale Serfontana 15/a - 6834 - MORBIO INFERIORE  
Tel. 091/827 40 21 076/306 05 25

Rue du Levant, nr. 167 box 8 - 1920 MARTIGNY



ASTi  
Casella postale, 6807 Taverne  
[www.asti-ticino.ch](http://www.asti-ticino.ch)

Podismo / Montagna salita e vertical / Orientamento / Staffette

