



ASSOCIAZIONE
SPORTIVA
TICINESE

Calendario 2023

SCONTO DEL 15%
Buono da presentare in negozio.

Non cumulabile con altri sconti.

SPORT TO THE PEOPLE

INTERSPORT
GROSSI Bellinzona

INTERSPORT Grossi
6500 Bellinzona
Via Codeborge 5
Telefon 091 825 51 31
grossisport@bluewin.ch
www.grossisport.ch

Indice

Introduzione podismo.....	5
Introduzione corsa d'orientamento.....	15
Calendario generale podismo.....	21
Calendari coppe e trofei.....	37
Risultati e classifiche staffette.....	49
Risultati e classifiche podismo.....	51
Calendario corsa d'orientamento.....	57
Risultati e classifiche corsa d'orientamento.....	62
Comitato ASTi e commissioni.....	69
Indirizzi società ASTi.....	75



ASSOCIAZIONE
SPORTIVA
TICINESE

Calendario ASTi generale 2023

Podismo
Montagna e Trail
Staffette
Orientamento



ASTi: di tutti, per tutti !

Nel 2023, l'obiettivo di ASTi è quello di confermare e rafforzare sempre di più il suo ruolo di motore per la promozione dello sport podistico in Ticino e Moesano. L'offerta delle manifestazioni è quanto di più ampio, vario ed interessante si possa chiedere all'interno di un territorio bellissimo come il nostro.

La passione e la cura degli organizzatori affiliati garantiscono uno standard di qualità elevato per tutti gli appuntamenti : siano essi grandi eventi con migliaia di concorrenti o gare di paese, i partecipanti possono essere certi di non vedere deluse le proprie aspettative. Il confermato importante sostegno di BancaStato, partner in perfetta sintonia con lo spirito che muove ASTi, non è solo di aiuto ma anche ulteriore stimolo per la nostra continua ricerca nell'offrirvi il meglio. Che si tratti di atleti affermati o di podisti alle prime armi, tutti hanno il loro spazio nelle nostre manifestazioni.

La sfida, con gli altri o con sé stessi, oppure il semplice gusto di partecipare hanno per noi la stessa importanza perché per ASTi ed i suoi affiliati ad essere importante è l'attività sportiva, lo stare insieme ed il condividere un'esperienza.

ASTi è di tutti perché tutti contribuiscono a migliorarla: il lavoro di coordinazione affrontato con impegno dalla



The advertisement features a photograph of two young runners, a girl in an orange shirt and a boy in a red shirt, crossing a finish line. The finish line is marked by a white archway with the BancaStato logo and the text 'BANCA DELLO STATO DEL CANTONE TICINO'. The girl's bib number is 9258 and the boy's is AMBREA 5065. The background shows a crowd of spectators and other runners.

Sino all'ultimo metro siamo al vostro fianco

Crediamo nei valori dello sport.
Sosteniamo chi li vive ogni giorno.

noi per voi

BancaStato

BancaStato, la Banca di riferimento in Ticino bancastato.ch



Pacchetti BancaStato

I nostri pacchetti
per i ticinesi

Pacchetto GIOVANE

CHF 0

AL MESE

Pacchetto INDIVIDUALE

CHF 12

AL MESE

Pacchetto FAMIGLIA

CHF 20

AL MESE

Scopri di più su www.bancastato.ch/pacchetti

 **BancaStato**

Commissione Tecnica sarebbe inutile senza la collaborazione delle società organizzatrici e la costante presenza dei numerosi atleti affiliati.

Ma ASTi è anche per tutti : per amplificare ancor di più questo importante concetto, da quest'anno nuove categorie di età sono state inserite e soprattutto abbiamo lanciato un progetto giovani (di cui leggerete a parte) per motivare ancor di più le nuove leve nel percorso sportivo intrapreso.

Ci auguriamo che quanto di nuovo e buono si è visto nella stagione 2022, anno di ritorno alla normalità non solo nell'ambito del podismo, porti i suoi frutti per una eccezionale stagione podistica 2023 !!!



Per la Commissione tecnica podismo e staffette:
Massimo Marta, presidente.



**CORRI SUL
LUNGOLAGO**

Società podistica locarnese

5 marzo 2023
corrisullungolago.ch



STRALOSONE

Società podistica locarnese

1 maggio 2023
stralosone.ch



**ORSELINA
CIMETTA**

Società podistica locarnese

11 giugno 2023
orselinacimetta.ch



- **La migliore gara ASTi:
il voto ai concorrenti !**

Torna il concorso per eleggere la migliore gara ASTi del calendario. Dopo il 22 ottobre, data dell'ultima gara ASTi del 2023, sarà possibile votare la manifestazione preferita all'indirizzo www.asti-ticino.ch/podismo.

Si potrà scegliere tra gare di podismo, montagna o trail e a votare sarete proprio voi che avrete partecipato agli eventi.

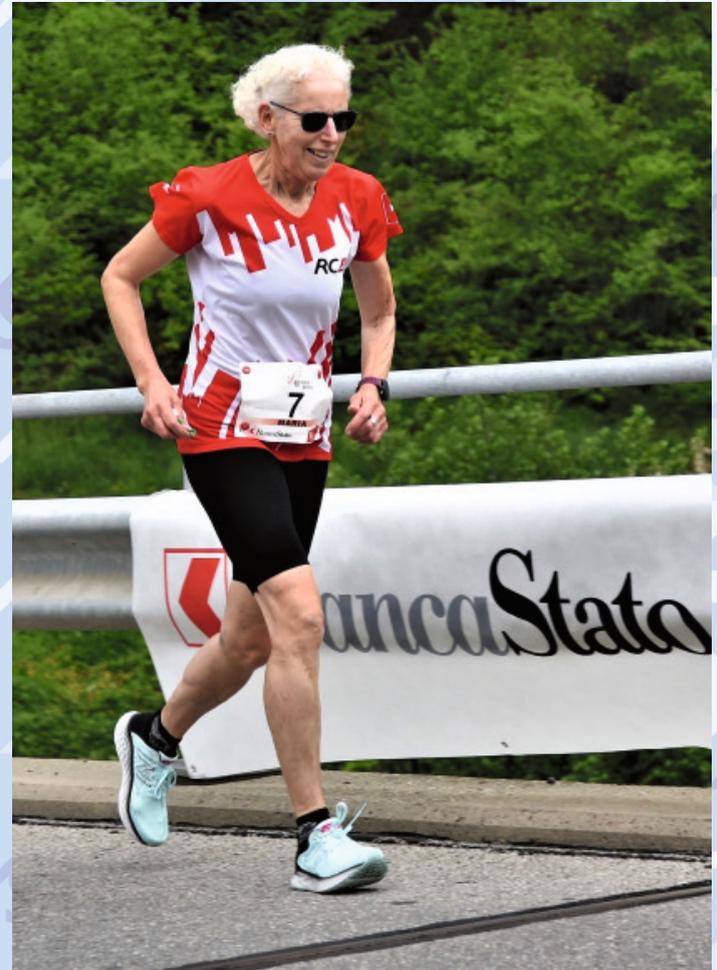
Considerate la bellezza del percorso, l'organizzazione, l'ambiente, l'accoglienza e tutto quanto per voi è importante... e votate!

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 2024, la gara verrà distinta con la menzione "miglior gara podistica ASTi 2023", distinzione che gli organizzatori potranno utilizzare pure nella promozione della loro gara.

Chi si aggiudicherà il riconoscimento la prossima stagione? A voi il verdetto!

Albo d'oro

2019 Gran Premio Rossa
2020/2021 non assegnato
2022 CronoVerticalCDO



La passione per lo sport

CORRIERE DEL TICINO

Domani, dal 1891

- **Campionati ASTi:
tutto si decide in una sola gara!**

Per la terza volta, nel 2023 si disputeranno i Campionati ASTi di podismo, podismo giovanile e montagna: quella che era nata come una novità per mettere ancora più pepe nella stagione agonistica, si sta ora consolidando e cresce l'interesse e l'attesa degli atleti, nonché il prestigio per i vincitori.

In un singolo appuntamento ("gara secca"), l'ASTi assegna i titoli di categoria ed assoluti che vanno ad affiancare le tradizionali classifiche di Coppa, che vengono invece stilate in base a più risultati nel corso della stagione.

Quest'anno sarà la StraLosone ad ospitare il 1° maggio i Campionati ASTi di podismo e di podismo giovanile, mentre i Campioni e le Campionesse ASTi di montagna si decideranno alla Rodi Tremorgio il 16 luglio.

Fissate le date e focalizzate la vostra preparazione: i titoli e le medaglie aspettano solo voi!

Le ultime edizioni dei Campionati ASTi

Podismo:

2021 StraMassagno

2022 Gran Premio Rossa e Coppa Froda (giovanile)

Montagna:

2021 Basodino Corsa in salita

2022 Tesserete – Gola di Lago



**Il progetto giovani è iniziato domenica 29 gennaio con il primo incontro in Capriasca.
Nella foto di gruppo i partecipanti con i responsabili degli allenamenti Paola Stampanoni e
Roberto Delorenzi, nonché il presidente CTPS Massimo Marta**



● L'ASTi corre con i giovani

La promozione dell'attività podistica è da sempre uno degli obiettivi principali dell'ASTi. Tutte le fasce di età sono al centro di questo impegno ma sono soprattutto i giovani a focalizzare il nostro lavoro. È per questo che da anni l'ASTi propone una giornata con attività ludiche e sportive per gli atleti U12, U14 e U16 che durante la stagione s'impegnano con costanza nelle gare di Coppa ASTi BancaStato giovanile.

Quest'anno è però anche stato lanciato il Progetto giovani che vuole unire i ragazzi dai 12 ai 20 anni per alcuni momenti di incontro e allenamento, con lo scopo di motivare e preparare i giovani nella pratica delle discipline podismo, montagna e trail.

Sono previsti 5-6 incontri in un anno, che verranno condotti da Roberto Delorenzi, Campione del mondo di Skyrunning, con il supporto di Paola Stampanoni, specialista dei Vertical e Campionessa ASTi. Roberto sta inoltre completando gli studi nella facoltà di Sport all'Università di Basilea.

A quest'incontri, la CTPS dell'ASTi ha invitato una ventina di giovani, coloro che la scorsa stagione hanno partecipato alle gare ASTi di podismo, montagna o trail con una certa assiduità. Convinti che l'iniziativa abbia successo, ci auguriamo che tanti altri giovani potranno quest'anno ma anche in futuro approfittare di questi momenti all'insegna dello sport e della corsa. Per esserci chiediamo ai giovani, oltre alla partecipazione alle gare ASTi, tanta voglia di fare sport con divertimento e con la dovuta serietà.





Un'annata mondiale

Il 2023 della C.O. ruoterà tutto attorno ai campionati mondiali di Flims Laax di metà luglio. Per questo evento, che ripropone dopo esattamente 20 anni le competizioni iridate in Svizzera, i preparativi sono già entrati nella fase operativa finale.

Un primo anticipo dell'importanza di queste gare lo si è avuto già a fine agosto scorso in Campra, quando fra i 1600 concorrenti delle gare nazionali organizzate da Asco Lugano e O-92 Piano di Magadino, c'erano al via 20 orientisti medagliati in campionati europei o mondiali, che volevano testare in modalità competitiva i terreni alpini svizzeri. Accanto alle prove per le rappresentative di 45 nazioni, a Flims Laax sono in programma gare di contorno, che raggrupperanno al via oltre 3000 concorrenti, molti dei quali in arrivo dal Ticino.

I mondiali dovrebbero conferire nuovo slancio alla corsa d'orientamento in Svizzera, dopo i difficili anni della pandemia. Il loro riflesso si vedrà anche in Ticino, non fosse che per il battage pubblicitario, già visibile nella regione sciistica grigionese e che si allargherà poi a tutti i cantoni, con una serie di iniziative per far conoscere al grande pubblico la C.O.

Il calendario gare 2023 in Ticino si estende da metà febbraio a metà novembre, con una pausa in luglio e in agosto, che vedrà gli orientisti sciamare verso le gare





multi-tappe estive, a cominciare da Flims Laax, per continuare con Italia, Francia, Svezia e altre mete dove è possibile abbinare C.O. e vacanze.

In agenda vi sono 12 prove del Trofeo miglior orientista BancaStato/Asti, 6 gare valide per la Sprint Cup, due prove notturne, una staffetta e una C.O. trail.

Per gli atleti che competono anche a livello svizzero, a questi appuntamenti si aggiungono 9 gare nazionali (8 delle quali con un doppio impegno nel weekend) e 6 competizioni valide per il titolo rossocrociato.

Il Ticino presenzierà con una delegazione di orientisti al Trofeo Arge Alp in Trentino e al Trofeo Alpe Adria a Livigno, nell'intento di rinverdire i successi internazionali in entrambe le competizioni.

La fase primaverile di gare si sviluppa per lo più nel Sottoceneri, mentre in autunno si andrà, come ormai quasi d'abitudine, nelle valli e in altura. Si tornerà così a gareggiare in regioni rimaste inattive alle C.O. per qualche anno, come il Passo del S. Bernardino, Cimalmotto e Dötra.

Sul fronte cartografico le novità riguardano le cartine di paese (Lumino, Intragna, Soazza, Carona) e i rifacimenti (Curzútt) per adeguare i dati agli nuovi standard internazionali.

Per l'élite ticinese l'annata 2023 si prospetta ricca di opportunità. La capitana degli orientisti ticinesi inseriti nei





team rossocrociati, sarà una volta di più Elena Roos, che punta ad una medaglia individuale ai mondiali di Flims Laax, che saranno anche i suoi ultimi, dopo una carriera ultradecennale ai vertici dell'orientamento internazionale.

Nella sua scia tutti gli altri sono stati confermati nei vari gruppi e tutti affrontano il nuovo anno con attitudine positiva e lo slancio necessario a mantenere il passo fra i migliori di una nazione, la Svizzera, che figura al secondo rango del ranking mondiale. Gli élite Tobia Pezzati, Elena Pezzati, Elisa Bertozzi e Manuele Ren con il loro esempio sproneranno anche gli juniores Elia Ren e Matteo Bertozzi nel cammino verso la ristretta cerchia dell'élite fra gli specialisti di cartina e bussola. Come loro, ma vestiti della maglia azzurra della nazionale italiana, Sebastian Inderst e Martina Rizzi vorranno provare a qualificarsi per i mondiali di Laax Flims, per provare belle emozioni nei boschi amici.

I giovani della Selezione Ticino, guidati da Gianni Guglielmetti, dovranno approfittare dei mondiali nei Grigioni, che potranno seguire da vicino, per copiare i dettagli dei grandi campioni nell'avvicinamento alle gare che contano. Per loro importanti saranno i vari test di qualifica per i mondiali juniores e per i campionati europei giovanili, previsti a inizio luglio in Romania e rispettivamente a fine giugno in Bulgaria. I talenti e la voglia di fare fra i giovani orientisti ticinesi non mancano, ma per raggiungere gli obiettivi occorre molto impegno e costanza nell'

allenamento fisico e tecnico. Il lavoro per tutti, atleti, allenatori e dirigenti è tanto, ma le società di C.O. e l'ASTI sono ben attrezzate per affrontarlo e per guardare con fiducia al futuro della C.O. in Ticino.

Per la commissione tecnica di C.O.: Lidia Nembrini

**420 GRADINI
DI STORIA E
PANORAMA
MOZZAFIATO!**

**MORCOTE
SCAL'**

**PRIMA EDIZIONE, SABATO 1 APRILE DALLE 15.30
MORCOTE, GRADINATA MONUMENTALE
420 GRADINI DI PURA ADRENALINA
BATTERIE AD ELIMINAZIONI DIRETTA
SOLO 100 ISCRITTI
ISCRIVITI SUBITO SOLO SU
WWW.MORCOTESCAL.CH**

Legenda

Coppa ASTi BancaStato montagna	
Coppa ASTi BancaStato podismo	
Coppa ASTi BancaStato giovanile	
Coppa ASTi trail	
Gara salita	
Gara podistica	
Trail / Skyrace	
Campionato ASTi	C
Miglior gara ASTi del 2022	
Trofeo ASTi BancaStato staffette	T
Partenza individuale (cronometro)	
Ulteriori informazioni (inserzioni gare)	

Calendario generale podismo

GENNAIO

21		2. Mogno Snow Run Night 8.7km +/-400m Pt 16.30	ANNULLATA	Vallemaggia Trail	Nicola Maciariello 079 337 17 89
----	---	--	------------------	-------------------	-------------------------------------

FEBBRAIO

12		7. Snow Run Ticino - Bosco Gurin 7.4km 550D+ Pt 14.30		Vallemaggia Trail	Nicola Maciariello 079 337 17 89
----	---	---	--	-------------------	-------------------------------------

MARZO

4		5. SanBe Snow Run 6.7km +/-192m Pt 10.30		Moesa Runners	Massimo Marta 076 693 00 73
---	---	--	--	---------------	--------------------------------

5		3. Corri sul lungolago Locarno 3/6/9Km Pt 10.00		SPLocarnese	Adriano Beretta 079 658 93 39
---	---	---	---	-------------	----------------------------------

26	T 	48. Staffetta Capriaschese Dist. per categoria Pt 14.30		USC Capriaschese	Sergio Stampanoni 079 579 44 28
----	--	---	--	------------------	------------------------------------

APRILE

1	T 	38. Staffetta Magnifico Borgo Dist. per categoria Pt 18.00		Atl. Mendrisiotto - SFG Mendrisio	Gabriele Bianchi 079 731 99 02
---	--	--	--	--------------------------------------	-----------------------------------

LUNEDÌ 10 APRILE 2023

39. 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

Iscrizioni: online: www.mediablenio.com, www.datasport.com
(specificando nome, cognome, anno di nascita, indirizzo e società)
e-mail: info@mediablenio.com
Datasport App fino all'ultimo giorno della gara. L'app è scaricabile da App Store per iPhone e da Google Play per Android
Termine d'iscrizione: 26 marzo 2023, dal 27 marzo al 7 aprile con sovrattassa di CHF 10.- (€10)

Tassa: CHF. 40.- (€ 40.-) corsa 10 km
CHF. 30.- (€ 30.-) corsa 5 km,
Supplemento iscrizioni sul posto CHF. 10.- (€ 10.-) domenica 9 e lunedì 10 aprile

Partenze: ore 10.40 - Corsa 5 km
ore 10.45 - Corsa 10 km

MINI GIRO MEDIA BLENIO – 700m, km 1.0/2.0 ore 14.00

Categorie: Cuccioli W/M (gara con competitiva), U 10 W/M, U 12 W/M, U 14 W/M, U 16 W/M

Iscrizioni: sono gradite entro il 26 marzo 2023 a:
online: www.mediablenio.com
e-mail: info@mediablenio.com
iscrizioni sul posto dalle 09.30 alle 13.00 il giorno della gara

Tassa d'iscrizione: CHF. 5.- (€ 5.-)

Sponsor Ufficiali: **BANCA STATO – AET – EVENTMORE**



RAIFFEISEN
Banca Raiffeisen della
Campagnadoma



Domenica 16 aprile 2023

37. CORSAPODISTICA DI STABIO Valida per la Coppa ASTI podismo / Coppa Ticino ASTI giovanile

Iscrizioni online su: www.sfgstabilio.ch o su www.performancetiming.ch
entro sabato 15 aprile 2023.

oppure il giorno della gara dalle ore 8.30 alle 9.30.
Prezzo maggiorato di CHF 5.- per iscrizione la domenica.
(Eccellenze per categorie U12, U14 e U16).

Prezzo: U10M/W – U12M/F gratuito
U14 -U16-M/F CHF 10.-
U18/U20M/F CHF 25.-
Adulti – Coppa ASTI CHF 25.-
Gara in due tempi Stabio e Penz... Chiasco CHF 40.-
Walking /Nordic Walking CHF 12.-

Ritrovo: **Spogliatoi e docce: Stabio Palestra Scuole Medie**

Partenze:					
2012-2013	2 km	ore 09.30	U12 M/F		
2010-2011	3 km	ore 09.45	U14 M/F		
		ore 10.00	U16 M/F		
2008-2011	3 km	ore 10.15	U18/U20 M/F	7 km	
		Adulti – Coppa ASTI podismo		10.5 km	
		Ore 11.30	U10M/F	2013 o dopo	300m
Ore 10.30		Walking / Nordic Walking			7 km

GARA IN DUE TEMPI: Stabio e Penz...iamo Chiasco: i migliori tempi cumulati verranno premiati a Chiasco il 09.09.2023

Privacy
Durante la manifestazione potranno essere effettuate delle riprese video e/o fotografiche. Le immagini saranno utilizzate liberamente dagli organizzatori (o dall'ASTI) a fini pubblicitarie o per pubblicazioni. Chi non volesse essere incluso in queste pubblicazioni e non vuole che le proprie immagini (in cui sia chiaramente riconoscibile) vengano divulgate, deve annunciarlo al momento dell'iscrizione.

Premiazione: I primi 5 di ogni categoria circa 30 minuti dopo l'ultimo arrivo.

Premi: Ricordo a tutti i partecipanti
Buoni acquisto ai primi 3 di ogni categoria
Premio al 1° e 1° Ticinese della categoria U18-M e F.

Organizzazione: SFG STABIO
Info: Marie-Noëlle Beretta-Salamin - Tel. 078 828 73 66
mail: beretta_salamin@sunrise.ch

1		1. Morcote Scal Pt 15.30 🕒		Società sportiva Amiconi Consulting SA Unitas Malcantone info@morcotescal.ch
10		36. Giro Media Blenio 5km Pt 10.40 10km Pt 10.45		GAD Dongio Linda Gianella 091 871 19 73
		36. Minigiro Media Blenio 0.7/1/2km Pt 14.00		
16		37. Piccolo Giro di Stabio 2/3km Pt 09.30		SFG Stabio Marie Noëlle Beretta 078 828 73 66
		37. Corsa Podistica di Stabio 10.5km Pt 10.15		
22		58. Staffetta di Vacallo Dist. per categoria Pt 16.00		SAV Vacallo Nadia Sandrinelli 079 623 12 36
30		4. Lema Trail 7.94km 967D+ Pt 11.00		Società sportiva Amiconi Consulting SA Unitas Malcantone info@lematrail.ch

MAGGIO

1		17. Piccolo Giro di Losone 1.8/2.7Km Pt 09.45		SPLocarnese Adriano Beretta 079 658 93 39
		27. Stralosone 10km Pt 10.30		



**RAIFFEISEN
LEMA
TRAIL**

**Domenica
30 aprile
2023**

quarta edizione

www.lematrail.ch +
www.lemawalking.ch



**Domenica
4 giugno
2023**

terza edizione

www.tamarotrail.ch +
www.tamarowalking.ch

**RAIFFEISEN
SAN
GIORGIO
TRAIL**

**Domenica
15 ottobre
2023**

terza edizione

www.sangiorgiotrail.ch +
www.sangiorgiowalking.ch

**RAIFFEISEN
GENEROSO
TRAIL**

**Domenica
22 ottobre
2023**

quinta edizione

www.generosotrail.ch +
www.generosowalking.ch

**AM
IC
ON
I%**
Tour d'été pour tous

Asi ASSOCIAZIONE
SPORTIVA
TICINESE

- | | | | | |
|----|---|---|---|---|
| 6 |  | 41. Tesserete - Gola di Lago
7km 494D+ Pt 16.30 |  | USC Capriaschese Sergio Stampanoni
079 579 44 28 |
| 7 |  | 6. Staffetta AS Monteceneri BancaStato
Dist. per categoria | | AS Monteceneri Patrick Crescini
as.monteceneri@gmail.com |
| 14 |  | 3. BancaStato Comano Run giovanile
1.2Km Pt 10.10
1.8Km Pt 10.30
3.0Km Pt 10.50 |  | Associazione Comano Run Fabrizio Moghini
079 254 43 11 |
| |  | 3. BancaStato Comano Run
9km +/-36m Pt 11.30 | | |
| 17 |  | 5. Corrida bellinzonese
6km Pt 19.45 |  | Ass. Bellinzona Castles & GO Chiara Ghisletta
079 348 92 06 |
| 18 |  | 5. Corrida bellinzonese bambini e famiglie
0.375/1Km Pt 10.00 | | |
| 20 |  | 7. Giubiasco-Carena Run
10.7km 720D+ Pt 10.00 |  | Ass. Bellinzona Castles & GO Chiara Ghisletta
079 348 92 06 |
| 28 |  | 2. Bellinzona Castles & GO
11km +/-216m Pt 10.45
Walking 11 km Pt. 09.45
Nordic Walking 11 km Pt. 09.45 | | Ass. Bellinzona Castles & GO Fabrizio Barudoni
078 712 12 18 |



tesserete-
gola di lago

Sabato 6 maggio 2023 41^a Tesserete - Gola di Lago

Valida per la Coppa ASTi montagna

Organizzazione:	Unione Sportiva Capriaschese
Orari:	14:30 Ritrovo e ritiro pettorali: Scuole elementari Tesserete
	15:45 Chiusura distribuzione pettorali
	16:30 Partenza gara TESSERETE - GOLA DI LAGO
	18:40 Partenza MINI-GOLA DI LAGO a Tesserete (U12, U10, U8)
	19:00 Premiazione: Scuole elementari Tesserete
	19:30 Cena

Percorso: km 7 - dislivello 494 m - interamente su asfalto

Iscrizioni: 20.00 CHF online entro il 4 maggio 2023
(iscrizioni sul posto entro le 15.30 - 30 CHF)

Premi: Ricordo a tutti i partecipanti
Contanti e/o in natura ai primi 3/5 di ogni categoria
Per i record: assoluto, femminile e di categoria.

Info: www.uscatletica.ch info@uscatletica.ch
Sergio Stampanoni 091 943 36 73 / 079 579 44 28



3° BANCASTATO COMANO RUN

Domenica 14 maggio 2023

Luogo: Sala Multiuso Comano (Ritiro pettorali, iscrizioni sul posto, Partenza/arrivo parcheggio Centro Prospò)

Ora	Categoria	Età	Km	
Categorie Walking/Nordic Walking				
09.00	Walking	libera	6 km	percorso unico
09.05	Nordic Walking	libera	6 km	percorso unico
Categorie Giovanili:				
09.40	Piccoli	dal 2017	0,2 km	
09.55	Bambini	2014-2016	0,6 km	
10.10	Ragazzi U12	2012-2013	1,2 km	2 giri percorso giovani
10.30	Ragazzi U14	2010-2011	1,8 km	3 giri percorso giovani
10.50	Giovani U16	2008-2009	3 km	5 giri percorso giovani
Categorie Adulti:				
ore 11.30	Gara principale	2007 e prima	9 km	1 giro di lancio + 4 giri percorso grande
ore 11.30	Popolari	libera	5 km	1 giro di lancio + 2 giri percorso grande

Iscrizioni online: www.comanorun.ch
(nome sul pettorale per le iscrizioni pervenute entro giovedì 04 maggio 2023)
Termine ultimo d'iscrizione 04 maggio 2023 alle ore 24.00.

Iscrizioni sul posto: Sala Multiuso Comano dalle ore 07.30 alle ore 11.00

Tassa e termini d'iscrizione:

Categorie Giovanili	gratis fino al 04.05	/ CHF 10.—	sul posto, fino a 30 min. della partenza
Walking	CHF 20.—	fino al 04.05 / CHF 30.—	sul posto, fino a 30 min. della partenza
Nordic Walking	CHF 20.—	fino al 04.05 / CHF 30.—	sul posto, fino a 30 min. della partenza
Categorie Adulti	CHF 20.—	fino al 04.05 / CHF 30.—	sul posto, fino a 30 min. della partenza

Premi: ai primi 3 di ogni categoria / Premio ricordo garantito ai primi 600 iscritti e premi speciali / 3 premi ad estrazione nelle categorie Walking e Nordic Walking / Traguadro volante Gara principale

Pranzo: maccheronata offerta a tutti i partecipanti.

Premiazioni: alle ore 13.30 presso Piazza Nag Arnoldi

Spogliatoi e docce: Scuola Elementare Tavasio, Comano

Regolamento: vedi sito internet www.comanorun.ch. La gara è valida per la Coppa ASTi BancaStato di Podismo nelle categorie Adulti Ufficiali ASTi e per la Coppa Tricino ASTi BancaStato giovanile nelle categorie Ragazzi U12, Ragazzi U14 e Giovani U16

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

Informazioni: www.comanorun.ch

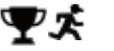
Contatto: Associazione Comano Run Via Canavée 4A, 6949 Comano
E-mail: info@comanorun.ch / [Natal 079.254.43.11](tel:+390792544311)



GIUGNO

4		3. Tamaro Trail 7.6km 1'150D+ Pt 10.45		AS Monteceneri Amiconi Consulting SA info@tamarotrail.ch
10		66. Staffetta Vigor Dist. per categoria Pt 15.30		Vigor Ligornetto Andrea Salvadè 079 423 83 84
11		10. Orselina - Cimetta 8.7km 1'100D+ Pt 10.00		SPLocarnese Adriano Beretta 079 658 93 39
17		11. Corsa del Bigorio 3.3km 216D+ Pt 17.00		USC Capriaschese Elia Stampanoni 079 742 33 07

LUGLIO

1		3. BancaStato Morobbia Trail 33km 2'500D+ Pt 08.30 14km 1'300D+ Pt 09.30		Associazione polisportiva Baraonda Elia Sgroi 078 723 01 51
2		10. Gran Premio Rossa 10km 271D+ Pt 10.30		Moesa Runners Massimo Marta 076 693 00 73
9		11. SanBeRun 10km +/-260m Pt 10.30		Moesa Runners Massimo Marta 076 693 00 73
		4. SanBeRun giovanile 2km Pt 11.00		



17-18 MAGGIO 2023

www.corrida.ch

CORRIDA BELLINZONESE
PODISTICA BAMBINI - ADULTI - FAMIGLIE



Fit Form di Chiara Ghisletta
Via ai Campisc 32
6528 Camorino
Tel. +41 79 348 92 06

www.fitformevent.ch
info@fitformevent.ch

 fitformevent

 fitformchiaretta



GIUBIASCO - CARENA
RUN BIKE



20-21 MAGGIO 2023

WWW.GIUBIASCO - CARENA.CH

16 **C**  **22. Rodi - Tremorgio**
5.5km 910D+ Pt 10.00  GORT Damiano Pedimina
Rodi - Tremorgio 079 722 63 12

30  **26. Cronometro del Nara**
5.75km 961D+ Pt 09.30  Sci Club Norberto Mandioni
Negrentino 079 420 96 11

AGOSTO

1  **15. Coppa Froda**
6km 238D+ Pt 09.30 Gruppo Coppa Froda Samuele Dadò
079 664 23 82

 **15. Coppa Froda giovanile**
3km 97D+ Pt 10.30

5  **K31 Sanbe Trail**
31km +/-1800m Pt 08.00 Associazione Simon Bernhard
Vertical Sanbe 079 240 46 72

 **K18 Sanbe Trail**
18km +/-650m Pt 09.00

13  **2. La Pontironese**
6.9km +140m/-110m Pt 10.00 Gruppo Ricreativo www.valpontirone.ch
Val Pontirone

19  **6. Greina Trail**
27km +/- 1440 m Pt 09.00 Associazione Simona Solari
Greina Trail 076 431 10 54

19  **1. Val da Camp Trail**
14.5km +/- 980 m Pt 10.00 Associazione Simona Solari
Greina Trail 076 431 10 54

11. Corsa del Bigorio Sabato 17 giugno 2023



Minitrail da Tesserete al Bigorio
3,3 km, +216 m, 245 gradoni della Via Crucis
Coppa ASTi montagna

con arrivo al Convento-Santuario Santa Maria di Bigori
Partenza: Tesserete, ore 17.00, **PARTENZA IN MASSA** (tutti assieme)

Iscrizioni: online dal 2 maggio, CHF 10.00
Informazioni e iscrizioni: www.uscatletica.ch



Gran Premio Rossa

Selma  Rossa

Domenica 2 Luglio 2023

combinata
moesano

ASSOCIAZIONE
SPORTIVA
TOMASE



San Bernardino
Maurino Calmo

KIDS RUN categoria unica non competitiva per nati nel 2013 e dopo, mt 450
partenza ore 10.40 a Rossa, iscrizione fr. 5.00

Percorso :	Lunghezza 10 km, dislivello +271
Partenza :	ore 10.30
Preiscrizioni:	www.performancetiming.ch entro il 01.07.2023
Iscrizioni sul posto:	A Rossa dalle ore 08.00 alle ore 09.00 Bus navetta da Rossa a Selma fino alle ore 09.45
Ritiro Pettorali :	giorno della gara, a Rossa dalle ore 08.00 alle ore 09.30
Premi :	Primi 3 posti di ogni categoria ASTi
Tassa :	Fr. 15.00, comprende pacco gara / pettorale
Info :	www.visitmoesano.ch

VIENI A CORRERE NEL
PARCO VAL CALANCA !!!

20		4. In Töira 4.5km 900D+ Pt 09.45 🕒	Associazione Greina Trail	Simona Solari 076 431 10 54
27		8. Vallemaggia Trail 27km 2500D+ Pt 08.30	Vallemaggia Trail	Nicola Maciariello 079 337 17 89
27		3. Gordevio - Nimi 6.4km 1500D+ Pt 09.00	Vallemaggia Trail	Nicola Maciariello 079 337 17 89

SETTEMBRE

2		19. Marcheton Biasca 3km /2km/0.5km Pt 11.00-13.30	SFG Biasca	Michela Battelli 078 624 02 79
2		2. CronoVerticalCDO 4.9km 1050D+ Pt 14.30 🕒	Ass. sportiva CDO bike&run	Silvana Valentini 079 408 54 25
3		9. Stramassagno giovanile 2km	Società Atletica Massagno	Paolo Dermitzel 079 353 95 26
		9. Stramassagno 8km +/-30m Pt 10.00		
6		Tutti in pista, Capriasca 600m Pt 18.00 1000m Pt 18.30 5000m Pt 19.00	USC Capriaschese	Sergio Stampanoni 079 579 44 28

RODI-TREMORGIO

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

Domenica 16.07.2023

22. RODI – LAGO TREMORGIO

13. Edizione Nordic Walking

Gara valida per il camponato ASTI corsa montagna, salita e vertical

- Caratteristiche:** lunghezza 5.5 km – dislivello 910m
- Iscrizioni:** È obbligatoria l'iscrizione online sul sito www.rod-tremorgio.ch o su www.performancetiming.ch entro sabato 15 luglio 2023.
- Tassa:** Fr. 25.- da pagare unicamente online (comprende rifornimenti, ricordo, buono pasto presso il ristorante Baldi di Rodi e biglietto per il ritorno a Rodi in teleferica)
- Partenza:** Nordic Walking ore 09:30 dal Campo sportivo di Rodi
Corsa in salita ore 10:00 dal Campo sportivo di Rodi
(per la corsa è vietato l'uso di bastoni e auricolari)
Parcheggi gratuiti in loco.
- Ritiro pettorali:** Campo sportivo di Rodi dalle 08:00
- Categorie:** ASTI, corse montagna
- Premi:** ai primi 3 di ogni categoria (premiazione alla capanna Tremorgio dopo l'ultimo arrivo). Ricordo a tutti i partecipanti. Premiazione alla capanna Tremorgio dopo l'arrivo dell'ultimo concorrente.
- Tempo max.**
Cronometraggio: 1h e 20 minuti dall'arrivo del 1° concorrente
- Assicurazione:** a carico di ogni partecipante. L'organizzazione declina ogni responsabilità in caso di incidenti o furti
- Organizzazione:** Gruppo organizzazione Rodi- Tremorgio (GORT)
Informazioni: Sul sito: www.rod-tremorgio.ch o e-mail dbalmelli@gmail.com

*Durante la manifestazione potranno essere effettuate delle riprese video e/o fotografiche.
Le immagini saranno utilizzate liberamente dagli organizzatori (o dall'ASTI) a fini pubblicitari o per pubblicazioni.
Chi non volesse essere incluso in queste pubblicazioni e non vuole che le proprie immagini (in cui sia chiaramente riconoscibile) vengano divulgate, deve annunciarlo al momento dell'iscrizione.*

Domenica 30 luglio 2023
CRONOMETRO DEL NARA
PRUGIASCO – ADDI
26° EDIZIONE

Valevole per la coppa ASTI Montagna salita Vertical
(con walking e nordic walking non competitivi)

- Lunghezza:** 5750 m **Dislivello:** 960 m
- Iscrizioni:** da effettuare entro il 27 luglio IBAN CH75 8080 8003 4043 5741 1 Banca Raiffeisen Tre Valli indicando cognome, nome, indirizzo, data di nascita e società; oppure sul posto ore 8.00-9.00
- Partenza:** dalle ore 09.30, **PRUGIASCO**, ex Casa Comunale
- Tassa d'iscrizione:** Online CHF. 25.- incluso pranzo e premio ricordo
Sul posto CHF. 30.- incluso pranzo e premio ricordo
- Informazioni:** Mandioni Norberto – 6723 Prugiasco
Tel. 091/860.10.52 oppure 079/420.96.11

Walking e nordic walking non competitivi con partenza alle ore 09.00 tassa d'iscrizione Fr. 20.—
(sono compresi pranzo e premio ricordo)



9	C 	12. Penz...iamo 10km +/-70m	Pt 10.00		SFG Chiasso	Davide Dosi 076 679 67 91
10		3. Landarenca Trail 8.1km +925D+ 2.2km 373D+	Pt 09.00  Pt 09.30 		Landarenca Trail	Christian Longhi 079 455 45 44
17		11. Basodino Mountain Run 6.13km 1025D+	Pt 10.00 		CAS Locarno	racess@performancesport.ch
23	 	17. StraLugano 5Km Fun Run 10Km City Run	Pt 16.30 Pt 18.15			Associazione StraLugano info@stralugano.ch
24	 	17. StraLugano 21.1km Half Marathon 21.1km Relay Kids Run U14 e U16 1.4/2.1km	Pt 10.00 Pt 10.00 Pt 14.30			

OTTOBRE

1	T 	2. Staffetta di Sagno Dist. per categoria	Pt 14.00		SVAM Muggio	Cinzia Pagani 079 542 00 87
---	--	---	----------	--	-------------	--------------------------------

cronovertical cdo

2 SETTEMBRE 2023

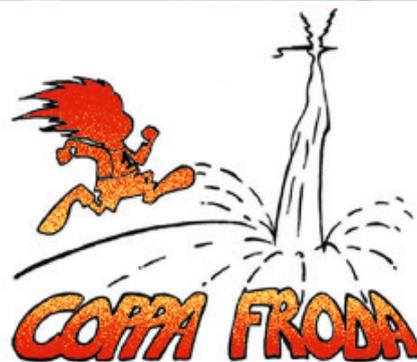
4.9 KM / 1050M+

PIAZZA DEL CENTRO DI GERRA PIANO -
MONTI DELLA GANNA

iscrizioni e informazioni su
www.cdobikerun.ch



CRONOVERTICAL CDO



1° agosto Caveragno - Foroglio

Giornico - Corsa delle 7 chiese 



- ✓ Gara podistica attraverso i luoghi storici di Giornico (7 km)
- ✓ Corsa amatoriale #corroanchio#
- ✓ Mini giri per categorie ragazzi (U6; U8; U10; U12; U14; U16)
- ✓ Percorso Nordic Walking

www.corsa7chiese.com



SABATO 7 OTTOBRE 2023

Iscrizioni: <https://performancetiming.ch>

7		7. Corsa delle 7 Chiese Giornico mini 1.9km Pt 9.15 	Corsa delle 7 Chiese Giornico	Luca Orsega 079 505 04 92
		7. Corsa delle 7 Chiese Giornico 7km +/-165m Pt 11.15		
8		46. Staffetta Rivense Dist. per categoria Pt 14.00	ASSPO Riva San Vitale	Cristina Pezzatti 079 682 93 52
15		3. San Giorgio Trail 10.16km 898D+ Pt 10.45 	ASSPO Riva San Vitale	Amiconi Consulting SA info@sangiorgiotrail.ch
15		26. Sagra della Staffetta Scolari Isona Dist. per categoria Pt 14.20	SA Isona-Medeglia	Vittorino Buloncelli 079 478 23 87
21		4. Gir dal diavol giovanile 2,4/1,43km Pt 15.00/16.00 	USC Capriaschese	Elia Stampanoni 079 742 33 07
		5. Gir dal diavol 6.8km +/-130m Pt 15.01/15.05		
22		5. Generoso Trail 12.02km 1437D+ Pt 10.30 	Atletica Mendrisiotto	Amiconi Consulting SA info@generosotrail.ch



Coppa ASTi BancaStato montagna

6.5	Tesserete – Gola di lago	USC Capriaschese
20.5	Giubiasco Carena	Bellinzona Castles & Go
11.6	Orselina – Cimetta	SPLocarnese
17.6	Corsa del Bigorio	USC Capriaschese
16.7	Rodi – Tremorgio	GORT Rodi-Tremorgio
30.7	Cronometro del Nara	Sci Club Negrentino
20.8	In Töira	Associazione Greina Trail
27.8	Gordevio – Nimi	Vallemaggia Trail
2.9	CronoVerticalCDO	Ass. sportiva CDO bike&run
17.9	Basodino Mountain Run	CAS Locarno



Valgono i 6 migliori punteggi ottenuti nelle 10 gare



stralUGANO+
 SWISS CITY RUN **23-24.09.2023**

STRALUGANO.CH

23 SETTEMBRE 2023

16h30 **5Km FunRun**

18h15 **10Km CityRun** **Coppa ASTi BancaStato podismo**

20h30 **Run4Charity**

24 SETTEMBRE 2023

09h30 **Monte Brè Challenge Race**

10h00 **21Km Half Marathon**

10h00 **21Km HM RelayRun**

14h30 **KidsRun**



ASSOCIAZIONE
SPORTIVA
TICINESE

Main Sponsor



Main Partner



Official Sponsor



Business Sponsor



Coppa ASTi BancaStato podismo

16.4	Corsa Podistica di Stabio	SFG Stabio
1.5	Stralosone	SPLocarnese
14.5	BancaStato Comano Run	Associazione Comano Run
17.5	Corrida bellinzonese	Bellinzona Castles & Go
2.7	Gran Premio Rossa	Moesa Runners
9.7	SanBeRun	Moesa Runners
13.8	La Pontironese	Gruppo Ricreativo Val Pontirone
3.9	Stramassagno	Società Atletica Massagno
6.9	Tutti in pista Capriasca	USC Capriaschese
9.9	Penz...iamo	SFG Chiasso
23.9	StraLugano City Run (10 Km)	Associazione Stralugano
7.10	Corsa 7 Chiese Giornico	Corsa delle 7 Chiese Giornico
21.10	Gir dal diavol	USC Capriaschese



Valgono gli 8 migliori punteggi ottenuti nelle 13 gare

Sabato 21 ottobre 2023

5. Gir dal diavol



Coppa ASTi podismo e Coppa ASTi giovanile

Saliscendi su sentiero e sterrato attorno al Sasso del diavolo, con partenza e arrivo all'Arena sportiva, pista d'atletica

GIR dal diavol: 4 giri + raccordo = 6,8 km (+/- 130 m)

-> Coppa ASTi podismo, ore 15:01 donne, ore 15:05 uomini

MINIgir dal diavol: 1 giro + raccordo = 2,4 km (+/- 33 m)

-> Coppa ASTi giovanile U16 e U14, ore 15:00

MEZZgir dal diavol: mezzo giro + raccordo = 1.43 km

-> Coppa ASTi giovanile (U12), ore 16.10

MICROgir: U6, U8, U10 (da 150 a 500 m) -> dalle ore 16.20

Iscrizioni: online dal 10 ottobre, CHF 10.00 (MINI e MEZZgir: CHF 5.-)

Informazioni e iscrizioni: www.uscatletica.ch



Pacchetti BancaStato

I nostri pacchetti per i ticinesi



Pacchetto
GIOVANE

CHF 0

AL MESE

Pacchetto
INDIVIDUALE

CHF 12

AL MESE

Pacchetto
FAMIGLIA

CHF 20

AL MESE

Scopri di più su www.bancastato.ch/pacchetti

BancaStato

Coppa ASTi trail

30.4	Lema Trail	Società Sportiva Unitas Malcantone
4.6	Tamara Trail	AS Monteceneri
1.7	BancaStato Morobbia Trail (K33+K14)	Associazione Polisportiva Baraonda
5.8	Sanbe Trail (K31+k18)	Associazione Vertical Sanbe
19.8	Greina Trail (classic trail)	Associazione Greina Trail
27.8	Vallemaggia Trail	Vallemaggia Trail
15.10	San Giorgio Trail	Asspo Riva San Vitale
22.10	Generoso Trail	Atletica Mendrisiotto



Valgono i 5 migliori punteggi ottenuti nelle 8 manifestazioni



Coppa ASTi BancaStato giovanile

16.4	Piccolo giro di Stabio	SFG Stabio
1.5	Piccolo giro di Losone	SPLocarnese
14.5	BancaStato Comano Run giovanile	Associazione Comano Run
9.7	SanBeRun giovanile	Moesa Runners
1.8	Coppa Froda giovanile	Gruppo Coppa Froda
3.9	Stramassagno giovanile	Società Atletica Massagno
24.9	StraLugano Kids	Associazione StraLugano
6.9	Tutti in pista giovanile, Capriasca	USC Capriaschese
7.10	Corsa 7 Chiese Giornico minigirotto	Corsa delle 7 Chiese Giornico
21.10	Minigir dal diavol	USC Capriaschese



Valgono i 6 migliori risultati sulle 10 gare



Coppa ASTi BancaStato società

La classifica della Coppa ASTi BancaStato società è riservata alle società affiliate all'ASTi e non è necessaria un'iscrizione per partecipare.

Per la classifica di società valgono tutti i punti raccolti da tutti gli atleti aventi diritto alla partecipazione alle Coppe ASTi BancaStato (podismo, montagna, giovanile) e alla Coppa ASTi trail.

Contano tutte le gare delle quattro coppe citate e i punti vengono assegnati secondo i regolamenti delle singole coppe.

Nella classifica della Coppa ASTi BancaStato società non ci sono punteggi da scartare e la premiazione delle prime tre società avverrà durante la premiazione ASTi.





T Trofeo ASTi BancaStato staffette - Trofeo TAS BancaStato

26.3	Staffetta Capriaschese	USC Capriaschese
1.4	Staffetta Magnifico Borgo	Atl. Mendrisiotto – SFG Mendrisio
22.4	Staffetta SAV	SAV Vacallo
7.5	Staffetta AS Monteceneri BancaStato	AS Monteceneri
10.6	Staffetta Vigor	Vigor Ligornetto
1.10	Staffetta di Sagno	SVAM Muggio
8.10	Staffetta Rivense	ASSPO Riva San Vitale
15.10	Sagra della staffetta scolari Isona	Società Atletica Isona – Medeglia



Valgono i punteggi ottenuti in tutte le staffette: 8 per le categorie U12 e U14, 5 per le altre categorie



Risultati 2022 staffette

Trofeo ASTi BancaStato staffette (Trofeo TAS BancaStato)

U12M	1. AS Monteceneri 2. SAM Massagno 3. SAV Vacallo
U12F	1. ASSPO Riva San Vitale 2. USC Capriaschese 3. SAM Massagno
U14M	1. SAM Massagno 2. AS Monteceneri 3. USC Capriaschese
U14F	1. SAM Massagno 2. Vigor Ligornetto 3. SVAM Muggio
U16M + Attivi	1. Vigor Ligornetto 2. SAM Massagno 3. Frecce Gialle Malcantone
U16F+ Attive	1. AS Monteceneri 1. Atletica Mendrisiotto 3. Vigor Ligornetto 3. USC Capriaschese

Supertrofeo TAS BancaStato staffette

1. SAM Massagno
2. AS Monteceneri
3. Vigor Ligornetto





Risultati 2022 podismo e montagna

Vincitori Coppa ASTi BancaStato podismo

U16M	Aris Bomio Pacciorini	GOV Vallemaggia
U20	Riccardo Rovira	Atletica Mendrisiotto
M20	Danilo Demasi	SAM Massagno
M40	Ivan Boggini	RCB Bellinzona
M50	Enrico Cavadini	RCB Bellinzona
M60	Gaetano Genovese	RCB Bellinzona
U16F	Cecilia Volger	USC Capriaschese
F	Sara Solari	SAM Massagno
F40	Janet Francisci	SAM Massagno
F50	Jeannette Bragagnolo	GAB Bellinzona

Vincitori Coppa ASTi BancaStato generale podismo

Uomini	Ivan Boggini	RCB Bellinzona
Donne	Sara Solari	SAM Massagno

Vincitori Coppa ASTi BancaStato montagna

M20	Gioele Jurietti	Moesa Runners
M40	Elia Stampanoni	USC Capriaschese
M50	Fabio Massera	SAIM Isonne-Medeglia
M60	Claudio Brusorio	SFG Biasca
F	Paola Stampanoni	GAB Bellinzona
F40	Ivana Hoesli-Bonetti	FG Malcantone
F50	Katharina Wangler	RCB Bellinzona





Vincitori Coppa ASTi BancaStato generale montagna

Uomini	Fabio Massera	SAIM Isonne-Medeglia
Donne	Paola Stampanoni	GAB Bellinzona

Vincitori Coppa ASTi trail

U45M	Lukas Oehen	GAB Bellinzona
O45M	Lino Polti	Moesa Runners
U45F	Elena Vanzini	Indip. tessera ASTi
O45F	Ylenia Polti	Moesa Runners

Vincitori Coppa ASTi generale trail

Uomini	Lukas Oehen	GAB Bellinzona
Donne	Ylenia Polti	Moesa Runners

Coppa ASTi BancaStato di società punti

1. RCB Bellinzona	3476
2. USC Capriaschese	3411
3. SAM Massagno	1928
4. GAB Bellinzona	1419
5. SFG Biasca	1295
6. SPL Locarnese	1134
7. Moesa Runners	1109
8. CDO bike&run	942
9. Associazione Ticinese OCR	909
10. FG Malcantone	727

Campionato ASTi Podismo giovanile: Coppa Froda 2022

U16M	Cecilia Volger	USC Capriaschese
U16F	Noè Volger	USC Capriaschese





Campionato ASTi Montagna: Tesserete-Gola di Lago 2022

U20M	Liam Malnati	CO AGET Lugano
M20	Francesco Ceschi	Delo Vertical Team
M40	Ivan Boggini	RCB Bellinzona
M50	Enrico Cavadini	RCB Bellinzona
M60	Gaetano Genovese	RCB Bellinzona
F20	Paola Stampanoni	GAB Bellinzona
F40	Monica Lupatini	CDO bike&run
F50	Paola Vollmeier	SAM Massagno
Generale M	Ivan Boggini	RCB Bellinzona
Generale F	Paola Stampanoni	GAB Bellinzona

Campionato ASTi Podismo: Gran premio Rossa 2022

U20M	Elia Maggetti	SPL Locarno
M20	Lukas Oehen	GAB Bellinzona
M40	Giuseppe Gioia	GAB Bellinzona
M50	Marco oberti	RCB Bellinzona
M60	Gaetano Genovese	RCB Bellinzona
F20	Sara Solari	SAM Massagno
F40	Manuela Falconi	SFG Biasca
F50	Jeannette Bragagnolo	GAB Bellinzona
Generale M	Lukas Oehen	GAB Bellinzona
Generale F	Sara Solari	SAM Massagno

Riconoscimenti speciali

Roberto Delorenzi, Campione del mondo assoluto di Skyrunning nella disciplina Skyrace e nella combinata (Skyrace+Vertical) in Val d'Ossola.
Selezionati per i Campionati del mondo di skyrunning in Val d'Ossola: Paola Stampanoni, Samuele Dadò, Andrea Cairoli, Marco Delorenzi, Francesco Ceschi





Legenda

Corsa d'orientamento



Trofeo miglior orientista ASTi (TMO)



Ulteriori informazioni (inserzioni gare)



Trofeo miglior società orientistica ASTi (TMS):
per il TMS valgono tutti i TMO, la Lui e Lei e la
staffetta Sele

Indicazioni dettagliate per tutte le gare al sito
www.asti-ticino.ch/co

Calendario generale corsa d'orientamento

FEBBRAIO

12		1. Fragori	Lumino	CO AGET
----	---	-------------------	--------	---------

MARZO

5		Sprint Cup	Intragna	GOV
---	---	-------------------	----------	-----

12	T 	1.TMO	Novaggio	GOLD
----	---	--------------	----------	------

26	T 	2.TMO	Curzùt	O-92
----	---	--------------	--------	------

31		Sprint Cup notturna	Mendrisio	SCOM
----	---	----------------------------	-----------	------

APRILE

23	T 	3. TMO	Catto-Luregno	CO UTOE
----	---	---------------	---------------	---------

29		BancaStato SCOOOL Cup	Mendrisio	ASTi
----	---	------------------------------	-----------	------

29	T 	4. TMO 2-giorni TI	Sonvico	CO AGET
----	---	---------------------------	---------	---------

30	T 	4. TMO 2-giorni TI	Villa Luganese	CO AGET
----	---	---------------------------	----------------	---------

MAGGIO

6	T 	5. TMO	Arosio	UNITAS
---	---	---------------	--------	--------

28	T 	6. TMO	Lanzo	SCOM
----	--	---------------	-------	------



GIUGNO

3		O-Trailrun		
9		2. Fragori	Massagno	CO AGET
17	T 	7.TMO	Cima di Medeglia	ASCO

AGOSTO

14-18		Campo cantonale CO	Wildhaus	ASTi
26		Sprint Cup	Soazza	SCOM
27		8.TMO	San Bernardino Passo	SCOM

SETTEMBRE

1		3. Fragori	Giubiasco	CO AGET
3	T 	9.TMO CT long	Cimalmotto	GOV
22		LUI + LEI	Villa Luganese	CO AGET
24	T 	10.TMO	Dötra	GOLD

OTTOBRE

7		Notturna ufficiali	Lugano	Circolo ufficiali
14/15		ARGE ALP	Trentino	



21	T 	11.TMO CT Sprint	Carona	ASCO
22	T 	12.TMO	Isonne Nord	0-92

NOVEMBRE

12		Staffetta Selezione		SELE TI
----	---	----------------------------	--	---------



Piazzamenti ai campionati svizzeri d'orientamento 2022

LOM (Campionati svizzeri lunga distanza)

DE	4. Elena Roos	O-92
D12	1. Sara Bomio-Pacciorini	GOV
H18	3. Matteo Bertozzi	GOLD
HE	6. Tobia Pezzati	SCOM
H35	3. Gianni Guglielmetti	GOLD
H50	1. Stefano Maddalena	O-92
H65	2. Francesco Guglielmetti	GOLD

MOM (Campionati svizzeri media distanza)

DE	2. Elena Roos	O-92
D10	3. Alessia Asmus	GOLD
D12	1. Sara Bomio-Pacciorini	GOV
H18	3. Matteo Bertozzi	GOLD
H20	3. Tommaso Besomi	ASCO
H35	1. Manuel Asmus	GOLD
H45	3. Andrea Beltraminelli	UTOE
H50	1. Stefano Maddalena	O-92
H65	2. Francesco Guglielmetti	GOLD

SPM (Campionati svizzeri sprint)

DE	2. Elena Roos	O-92
DAM	2. Cecilia Badaracco	GOV
D12	1. Sara Bomio-Pacciorini	GOV
D14	2. Lorenza Rossetti	O-92

D35	2. Barbara Giuganino	ASCO
H18	3. Elia Ren	ASCO
H35	1. Gianni Guglielmetti	GOLD

SSM (Campionati svizzeri a staffetta sprint)

SS16	2. Lucia Baumgartner	SCOM
	2. Enea Rossi	SCOM
	2. Diego Lavezzo	SCOM
	2. Julie Fomasi	SCOM

SOM (Campionati svizzeri a staffetta)

DE	3. Elena Pezzati	ASTI
	3. Alice Maddalena	ASTI
	3. Elena Roos	ASTI
D12	2. Sara Bomio-Pacciorini	GOV
	2. Lisa Thoma	Argus
	2. Lynn Steiner	Cordoba
D14	2. Nora Foletti	AGET
	2. Kim Vassalli	ASCO
	2. Lorenza Rossetti	O-92
H60	3. Olivier Minotti	ASTI
	3. Francesco Guglielmetti	ASTI
	3. Roberto Tettamanti	ASTI

NOM (Campionati svizzeri in notturna)

DE	1. Elena Roos	O-92
----	---------------	------

H18	1. Elia Ren	ASCO
H35	2. Gianni Guglielmetti	GOLD
D70	3. Lidia Nembrini	AGET

TOM (Campionati svizzeri a squadra)

DE	3. Elena Roos	ASTI
	3. Elena Pezzati	ASTI
	3. Elisa Bertozzi	ASTI
D50	3. Graziella Quadri Kocsis	ASCO
	3. Barbara Tunesi Schwank	ASCO
	3. Zamboni Amaro Lara	ASCO
H10	3. Oliver Baumgartner	SCOM
	3. Riccardo Zambarda	AGET
	3. Elisa Bertozzi	AGET
H18	3. Sebastiano Romagna	ASCO
	3. Gioele Chiodoni	ASCO
	3. Matteo Bertozzi	GOLD

Campionati Svizzeri Bike O middle

DE	3. Arianna Arpagaus	AGET
D17	2. Julie Fomasi	SCOM



Piazzamenti internazionali

Campionati europei 2022 staffetta

4. Elena Roos e compagne SUI

Campionati mondiali 2022 sprint staffetta mista

4. Elena Roos e compagni SUI

World Games 2022 sprint

3. Elena Roos SUI

World Games 2022 sprint staffetta mista

1. Elena Roos SUI

Coppa del mondo, girone finale staffetta

1. Elena Roos e compagne SUI

Coppa del mondo, girone finale long

3. Elena Roos SUI

Campionati mondiali juniores middle 2022

H18 13. Elia Ren SUI

Campionati europei giovanili sprint 2022

H18 10. Matteo Bertozzi SUI

Campionati mondiali master 2022 sprint

H35 2. Gianni Guglielmetti GOLD
H50 3. Michele Ren ASCO

Campionati mondiali bike O staffetta

12. Arianna Arpagaus AGET-



Campionati ticinesi

Campioni ticinesi 2022 classico

D10	Isabel Roncoroni	SCOM
D12	Alessia Asmus	GOLD
D14	Sara Bomio-Pacciorini	GOV
D16	Ambra Bonini	ASCO
D18	Giulia Maddalena	O-92
DAL	Elisa bertozzi	GOLD
D40	Caia Maddalena	O-92
D50	Marzia Beltraminelli	ASCO
D60	Silvia Zemp Campana	ASCO
H10	Simone Chiaverio	AGET
H12	Sebastiano Amaro	ASCO
H14	John Asmus	GOLD
H16	Nathan Bianchi	ASCO
H18	Enea Rossi	SCOM
HAL	Tobia Pezzati	SCOM
H40	Stefano Maddalena	O-92
H50	Tiziano Boiani	O-92
H60	Francesco Guglielmetti	GOLD
H70	Lidia Nembrini	AGET

Campioni ticinesi 2022 sprint

D10	Maila Del Don	ASCO
D12	Alessia Asmus	GOLD
D14	Lorenza Rossetti	O-92
D16	Ambra Bonini	ASCO
D18	Valentina Quadri	ASCO
DAL	Elisa Bertozzi	GOLD

D40	Caia Maddalena	O-92
D50	Marzia Beltraminelli	ASCO
D60	Silvia Zemp Campana	ASCO
H10	Oliver Baumgartner	SCOM
H12	Dario Vannini	AGET
H14	Tobia Turrini	ASCO
H16	Daniele Juorno	O-92
H18	Diego Lavezzo	SCOM
HAL	Manuele Ren	ASCO
H40	Stefano Maddalena	O-92
H50	Andrea Chiodoni	ASCO
H60	Francesco Guglielmetti	GOLD
H70	Giorgio Bernasconi	SCOM

TMO - Trofeo miglior orientista 2022

D10	Maila Del Don	ASCO
D12	Alessia Asmus	GOLD
D14	Lorenza Rossetti	O-92
D16	Ambra Bonini	ASCO
D18	Valentina Quadri	ASCO
DAL	Elisa Bertozzi	GOLD
DAK	Federica Maggioni	GOLD
D40	Caia Maddalena	O-92
D50	Marzia Beltraminelli	ASCO
D60	Silvia Zemp Campana	ASCO
H10	Oliver Baumgartner	SCOM
H12	Sebastiano Amaro	ASCO
H14	John Asmus	GOLD
H16	Nathan Bianchi	ASCO
H18	Liam Malnati	AGET
HAL	Manuele Ren	ASCO

HAM	Jan Maddalena	GOV
HAK	Alain Astori	O-92
H40	Stefano Maddalena	O-92
H50	Tiziano Boiani	O-92
H60	Francesco Guglielmetti	GOLD
H70	Giorgio Bernasconi	SCOM

Sprint Cup 2022

D12	Alessia Asmus	GOLD
D14	Sara Bomio-Pacciorini	GOV
D16/50	Lorenza Rossetti	O-92
D18/40	Elena Bertozzi	GOLD
DAL	Barbara Tunesi Schwank	ASCO
H12	Dario Vannini	AGET
H14	Aris Bomio Pacciorini	GOV
H16/50	Nathan Bianchi	ASCO
H18/40	Diego Lavezzo	SCOM
HAL	Manuele Ren	ASCO

TMS - Trofeo miglior società 2022

1	ASCO Lugano	2239
2	O-92 Piano di Magadino	1423
3	C.O. AGET Lugano	1185
4	SCOM Mendrisio	1114
5	GOLD Savosa	1085
6	GOV Vallemaggia	549
7	UNITAS Malcantone	348
8	C.O. UTOE Bellinzona	77
9	USC Capriaschese	6
10	SAM Massagno	0



Comitato cantonale ASTi

Stato al 1. gennaio 2023

Eventuali aggiornamenti pubblicati su www.asti-ticino.ch

Presidente: **Paolo Beltraminelli** 091 972 21 06
6963 Pregassona
beltrauno@bluewin.ch

Vice Presidente: **Sergio Stampanoni** 091 943 36 73
6954 Bigorio
seostampa@bluewin.ch

Membri: **Francesco Beltraminelli** 091 966 73 66
6963 Pregassona
francesco.beltraminelli@gmail.com

Simona Cresta 078 803 72 83
6932 Breganzona
sicre83@yahoo.it

Mario Marzano 091 825 06 49
6500 Bellinzona - Via Malmera 2
marzano.m@bluewin.ch

Cassiera **Giuliana Friedrich-Bettelini** 091 606 74 93
6987 Caslano
giuliana.bettelini@gmail.com

Segretariato **Nadia Brusorio** 079 257 82 86
6807 Taverne - Via Rainéd 22
brusorionadia@gmail.com

**Presidente comm.
tecnica corsa
d'orientamento**

Tulla Spinelli 091 600 91 59
6984 Pura
tulla.spinelli@bluewin.ch

**Presidente comm.
tecnica podismo e
staffette**

Massimo Marta 076 693 00 73
6535 Roveredo (GR)
maxmarta@bluewin.ch

ASTi
c/o Paolo Beltraminelli
6963 Pregassona
www.asti-ticino.ch



Commissione tecnica corse d'orientamento ASTI

Stato al 1. gennaio 2023

Eventuali aggiornamenti pubblicati su www.asti-ticino.ch/co

Presidente: **Tulla Spinelli** 091 600 91 59
6984 Pura tulla.spinelli@bluewin.ch

Membri: **Andrea Beltraminelli** 091 745 06 42
6596 Gordola andrea_beltraminelli@yahoo.it

Stefano Bettelini 079 262 65 32
6987 Caslano stefano.bettelini@sunrise.ch

Claudia Giopelli 079 387 76 80
6964 Davesco-Soragno clau.gio@bluewin.ch

Tiziano Boiani 079 543 55 04
6593 Cadenazzo tiziano.boiani@bluewin.ch

Gianni Guglielmetti 076 564 22 67
6805 Mezzovico-Vira gguglielmetti@bluewin.ch

Antonio Kocsis 079 174 99 81
6948 Porza toncsi.kocsis@gmail.com

Camilla Moreni 079 263 76 13
6850 Mendrisio camilla.moreni@bluewin.ch

Lidia Nembrini 091 943 46 37
6965 Cadro lidia.nembrini@gmail.com

Lorenzo Patocchi 091 605 61 72
6928 Manno lorenzo.patocchi@cryms.com

Gioele Maddalena 079 944 10 37
6670 Avegno gioele.m.96@gmail.com

Peter Schrämml 079 375 46 42
6807 Taverne pschraemml@bluewin.ch

Resp. Stampa: **Lidia Nembrini** 091 943 46 37
6965 Cadro lidia.nembrini@gmail.com

Webmaster CO: **Sebastian Inderst**
6987 Caslano webmaster@asti-ticino.ch

Cartine e materiale: **Francesco Guglielmetti** 091 605 15 53
6928 Manno cartine@ati-ticino.ch

Allenatore Selezione: **Gianni Guglielmetti** 076 564 22 67
6805 Mezzovico-Vira gguglielmetti@bluewin.ch

ASTI
c/o Paolo Beltraminelli
6963 Pregassona
www.asti-ticino.ch



Commissione tecnica podismo e staffette ASTi

Stato al 1. gennaio 2023

Eventuali aggiornamenti pubblicati su <https://www.asti-ticino.ch>

Presidente: **Massimo Marta** 076 693 00 73
6535 Roveredo (GR) maxmarta@bluewin.ch

Segretaria: **Raffaella Carpi** segretariato.ctps@gmail.com
6592 S. Antonino

Membri: **Maurizio Anghileri** 079 680 94 87
6929 Gravesano maurizio.anghileri@gmail.com

Dino Bersacola 079 331 34 31
6702 Claro dinobersacola@gmail.com

Luciano Bolis 091 857 60 52
6528 Camorino lucianobolis@ticino.com

Claudio Brusorio 091 863 28 02
6527 Lodrino claudio.brusorio@sunrise.ch

Elia Stampanoni 079 742 33 07
6954 Bigorio elista@blueemail.ch

Gianni Natale 091 647 20 41
6854 S. Pietro gionat@sunrise.ch

Barbara Conrad 091 234 04 17
6500 Bellinzona webbcc@email.it

Brunello Aprile 076 679 36 28
6984 Pura bruniaprile@gmail.com

Addetto Stampa: **Leonida Stampanoni** 091 943 26 66
stampal@bluewin.ch

Classifiche podismo e montagna: **Claudio Brusorio** 091 863 28 02

Classifiche TAS: **Leonida Stampanoni** 091 943 26 66
stampal@bluewin.ch

Contatto sito podismo: <http://www.asti-ticino.ch/asti-new/podismo/contatto>

Contatto sito staffette: <http://www.asti-ticino.ch/asti-new/staffette/contatto>

ASTi
c/o Paolo Beltraminelli
6963 Pregassona
www.asti-ticino.ch



Indirizzi società affiliate all'ASTI

in ordine alfabetico (stato al 1. febbraio 2023)

Società:	Contatti:
AFS podismo	mariateresa21@hotmail.com
6743 BODIO - Via Stazione 39 - c/o Vincenzo Lubello	
ASCO Lugano	www.asco-lugano.ch
6901 LUGANO - CP 5077	presidente@asco-lugano.ch
Associazione Bellinzona Castles & GO	www.castlesandgo.com
6503 BELLINZONA - Via Riale Righetti 20	castlesandgo@gmail.com
Associazione Comano Run	www.comanorun.ch
6949 COMANO - Via Canavée 4A	info@comanorun.ch
Associazione Greina Trail	www.greinatrail.ch
6718 OLIVONE - c/o OTR Bellinzonese e alto Ticino	info@greinatrail.ch
Ass. sportiva ASSPO Riva San Vitale	asspo.riva@bluewin.ch
6826 RIVA S. VITALE - CP	www.facebook.com/asspo.rivasanvitale
Associazione Polisportiva Baraonda	www.morobbia-trail.ch
6582 PIANEZZO - Via Motto Gandioni 2	info@morobbia-trail.ch
Associazione Sportiva Casa dell'Ottica bike & run	www.cdobikerun.ch
6600 LOCARNO - Via S. Frascini 29	cdobikerun@bluewin.ch
Associazione sportiva Monteceneri	www.asmonteceneri.com
6802 RIVERA - CP 433	as.monteceneri@gmail.com
Associazione StraLugano	www.stralugano.ch
6904 LUGANO - Casella Postale 4645	info@stralugano.ch
Associazione Ticinese OCR	www.ocrticino.com
6950 TESSERETE	associazioneticineseocr@gmail.com
Associazione Val Cama grand prix	www.valcama.ch
6538 VERDABBIO	valcamagrandprix@hotmail.com

Associazione Vertical Sanbe	www.verticalsanbe.ch
6565 S.BERNARDINO - c/o Christian Vigne	info@verticalsanbe.ch
Atletica Mendrisiotto	www.atletica-mendrisiotto.com
6850 MENDRISIO-STAZIONE - CP 1018	info@atletica-mendrisiotto.com
Club alpino svizzero sezione Locarno	www.basodinomountainrun.ch
6601 LOCARNO 1, CP 1006	info@basodinomountainrun.ch
CO AGET Lugano	www.coaget.ch
6964 DAVESCO-SORAGNO - c/o Claudia Giopelli	info@coaget.ch
CO UTOE Bellinzona	www.utoe.ch/co
6593 CADENAZZO - Via Carà 9-c/o Fabio Gaspari	info@fotogasp.com
Corsa 7 chiese Giornico	www.corsa7chiese.giornico.org
6745 GIORNICO - Via Cribiagio 15	corsa7chiesegiornico@gmail.com
Delo Vertical Team	deloverticalcoaching.github.io
6806 MONTECENERI	deloverticalcoaching@gmail.com
Frecce Gialle Malcantone	www.freccegialle.ch
6987 CASLANO - Via Stazione 66	segretariato@freccegialle.ch
GORT Rodi-Tremorgio	www.rodi-tremorgio.ch
6777 QUINTO - c/o Damiano Pedimina	dbalmelli@gmail.com
Gruppo atletico Bellinzona	www.gab-bellinzona.ch
6501 BELLINZONA - CP 1552	info@gab-bellinzona.ch
Gruppo atletico Dongio	www.mediablenio.com
6715 DONGIO - Casella Postale 26	gad.dongio@outlook.com
Gruppo Coppa Froda	www.coppafroda.ch
6675 CEVIO - Via Ospedale 3 - c/o Samuele Dadò	info@coppafroda.ch
Gruppo orientisti Lugano e dintorni	www.gold-savosa.ch
6928 MANNO - Via Campagnola 3	dguglielmetti@bluewin.ch
Gruppo orientisti Vallemaggia	www.gov-vallemaggia.ch
6672 GORDEVIO	chico.maddalena@bluewin.ch



Gruppo podisti Leventina 6760 FAIDO	www.faidorunningnight.ch sport2000@bluewin.ch
Gruppo ricreativo San Vittore 6535 ROVEREDO - c/o Marco Grassi	www.grsv.ch
Gruppo ricreativo Val Pontirone 6742 POLLEGIO - c/o Carolina Ghirlanda	info@valpontirone.ch
Gruppo sportivo Orino Malvaglia 6713 MALVAGLIA	www.gsomalvaglia.ch info@gsomalvaglia.ch
Landarenca Trail c/o Christian Longhi 6500 Bellinzona – via San Bernardino 1	www.landareca-trail.ch info@landareca-trail.ch
Moesa Runners 6535 ROVEREDO - Via Pianèzz 17	www.moesarunners.blogspot.com moesarunners@gmail.com
Orientisti92-Piano Magadino 6593 CADENAZZO - CP 223	www.o-92.ch reto.depedrini@sunrise.ch
Road runner's club Ticino 6572 QUARTINO - CP 68	www.runticino-artelanini.org expos_dart@hotmail.com
Runner's club Bellinzona 6501 BELLINZONA - CP 2495	www.rcbellinzona.ch rc.bellinzona@bluewin.ch
Sci club Negrentino 6723 PRUGIASCO	www.sciclubnegrentino.ch nmandioni@bluewin.ch
Skyrace Lodrino-Lavertezzo 6527 LODRINO - Via Cantonale 188	www.lodrino-lavertezzo.ch ean.barelli@sbb.ch
Società atletica Gordola 6596 GORDOLA - CP 32	www.saggordola.ch info@saggordola.ch
Società atletica Isonne Medeglia 6810 ISONE - CP	www.saim.ch info@saim.ch
Società atletica Lugano atletica 6904 LUGANO - CP 4210	www.sal-atletica.ch info@sal-atletica.ch

Società atletica Lugano camminate 6937 BRENO c/o Brunello Genazzini	www.sammassagno.ch info@sammassagno.ch
Società atletica Massagno 6908 MASSAGNO - CP 8006	www.atleticasav.ch savatletica@gmail.com
Società atletica Vacallo 6833 VACALLO - CP 460	www.visnova.ch p.paioni@bluewin.ch
Società atletica Vis Nova 6594 CONTONE	www.scom-mendrisio.ch scom@scom-mendrisio.ch
SCOM Mendrisio 6850 MENDRISIO - CP 1805	www.federale.ch info@federale.ch
Soc. federale di ginnastica sezione di Locarno 6601 LOCARNO - CP 54 - c/o Tiziana Gatto	www.ginnasticabalerna.ch agrassi55@gmail.com
Società federale ginnastica Balerna 6828 BALERNA - CP 129	www.sfg-biasca.ch mrossetti@sunrise.ch
Società federale ginnastica Biasca - Atletica 6710 BIASCA - c/o Martino Rossetti	electro.jelmoni@bluewin.ch
Società federale ginnastica Brissago 6614 BRISSAGO - CP 754	www.sfgchiasso.ch info@sfgchiasso.ch
Società federale ginnastica Chiasso 6830 CHIASSO - CP 1359	www.sfgmendrisio.ch rivera2001ch@yahoo.it
Società federale ginnastica di Mendrisio 6850 MENDRISIO Stazione - CP 1832	www.sfgmorbio.ch atletica@sfgmorbio.ch
Società federale ginnastica Morbio 6834 MORBIO INFERIORE - CP	www.sfgstabio.ch info@sfgstabio.ch
Società federale ginnastica Stabio 6854 SAN PIETRO -c/o Marie Nöelle Beretta	www.sgconcordia.ch info.sgconcordia@gmail.com
Società ginnastica Concordia 6512 GIUBIASCO - CP 1202	



**Sino all'ultimo metro
siamo al vostro fianco**

Crediamo nei valori dello sport.
Sosteniamo chi li vive ogni giorno.

noi per voi

 **BancaStato**

Società Podistica Locarnese 6616 LOSONE - CP 655	www.splocarnese.ch info@splocarnese.ch
Società sportiva Unitas Malcantone 6987 CASLANO - Via Chiesuola 6	www.unitas-malcantone.ch unitasmalcantone@gmail.com
Società sportiva Valle Muggio 6837 CANEGGIO - Via al Piazz 15 - c/o Emma Bossi	www.svammuggio.ch info@svammuggio.ch
Team Comacina 6948 PORZA - Via San Francesco 7	www.atleti.eu christian@mynews.is
Unione sportiva Capriaschese 6954 BIGORIO - CP 6	www.uscatletica.ch info@uscatletica.ch
Vallemaggia Trail 6673 MAGGIA - via La Campagna 12	www.vallemaggiatrail.com vallemaggiatrail@gmail.com
Vigor Ligornetto 6854 SAN PIETRO - Via Ponte di Mezzo 25a	www.vigorligornetto.ch vigorligornetto@gmail.com

Società in attesa di affiliazione

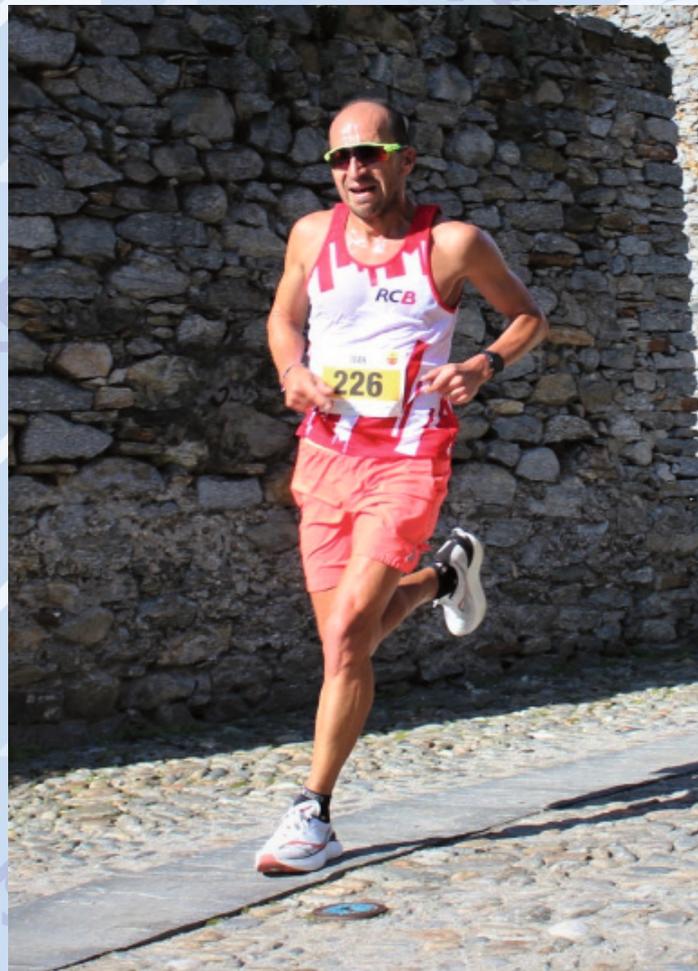
in ordine alfabetico (stato al 1. febbraio 2023)

Società:

KeFORMA Team
6535 ROVEREDO GR - Pegrànda
Associazione FIT FORM Sport
6528 CAMORINO - via ai Campisc 32

Contatti:

www.keforma.ch/team
info@keforma.ch
www.fitformevent.ch
info@fitformevent.ch



ASTi

c/o Paolo Beltraminelli

viale Cassone 32

6963 Pregassona

www.asti-ticino.ch

Impressum

A cura delle commissioni tecniche podismo e staffette e corsa d'orientamento dell'ASTi

Foto podismo:

Nicola Carenini
Simona Cresta
Stralugano
Coppa Froda
Corsa 7 Chiese
Vallemaggia Trail
Greina Trail
SanBe Run
Staffetta Riva San Vitale
Gran Premio Rossa
Morobbia Trail
Stramassagno
Elia Stampanoni

Foto corsa d'orientamento:

Archivio ASTi
Simona cresta

Grafica

Mioara Carrara

Febbraio 2023

