

# Scoprire le bellezze del Ticino confrontandosi all'aria aperta

**NATURA** / Corsa, montagna, trail, staffette e orientamento coinvolgono sempre più sportivi che cercano salute e benessere. Il presidente dell'ASTi Paolo Beltraminelli elogia impegno e professionalità delle numerose società ticinesi e del Moesano

## Romano Pezzani

Immergersi nelle bellezze della Svizzera italiana correndo tra sentieri, panorami mozzafiato e borghi pittoreschi. L'Associazione Sportiva Ticino e Moesa, con la sua attività agonistica fuori dalle piste di atletica, offre il piacere di vivere un confronto all'aria aperta, unendo sport, natura e tradizione. Il successo dell'ASTi è in continua crescita.

## Nel cuore della gente

«L'origine dell'ASTi è legata soprattutto agli oratori, dove nelle realtà di paese è andata a occupare con il podismo e la corsa d'orientamento una nicchia che era libera. Oggi le nostre discipline fuori dallo stadio, completate con le staffette, le gare in montagna e i trail, sono sempre più legate alla natura e il successo sta proprio nel desiderio dei nostri affiliati di fare sport all'aperto».

Paolo Beltraminelli, presidente dell'Associazione Sportiva Ticino e Moesa, trasmette un messaggio di salute e di benessere a tutti quegli appassionati che vivono un'attività molto popolare con centinaia di partecipanti a gara. Nelle classifiche delle Coppe ASTi BancaStato, assegnate ogni anno in tutte le categorie, si parte dai bambini per arrivare ai concorrenti che hanno superato i 70 anni. «Siamo nel cuore della nostra gente. La fedeltà e il sostegno dell'Istituto bancario cantonale accrescono questa connotazione radicata nel territorio. La collaborazione ottimale fra comitato, commissioni tecniche e società rende possibile uno sviluppo costante dell'ASTi».



La cornice e le fatiche del trail conquistano sempre più appassionati.

© NICOLA CARENINI

## Successo dell'iniziativa

### Il Progetto Giovani in piena espansione

#### Podismo, montagna e trail

Il Progetto Giovani, nato nel 2023 su iniziativa della commissione tecnica di podismo e staffette dell'ASTi, continua a raccogliere consensi e generare entusiasmo. L'intento resta quello di unire i giovani per alcuni momenti in comune, con lo scopo di informare, motivare e preparare i ragazzi alle discipline di podismo, montagna e trail. Per il 2024, con il sostegno de «la Mobiliare», il gruppo è formato da 24 giovani dagli 11 ai 20 anni, in rappresentanza di 8 società. Il prossimo raduno è previsto per il 20 maggio.

#### Nuova denominazione

La crescita delle competizioni riguarda in particolare le corse in montagna e i trail, che toccano anche il Grigione italiano con i suoi club. «L'assemblea annuale dello scorso mese a Grono ha accolto un cambiamento della denominazione della nostra associazione, che si è allargata alla Mesolcina e alla Calanca, da sempre parte della nostra attività. L'ASTi comprende quindi Ticino e Moesa», sottolinea Beltraminelli. «Oggi l'allestimento delle gare si è fatto più impegnativo per il rispetto delle norme di sicurezza, l'assistenza sanitaria e i rifornimenti sul percorso, con l'impiego di molti volontari. Tutti gli organizzatori meritano i complimenti per la loro professionalità, oltre ai miei collaboratori che lavorano con competenza ed entusiasmo».

#### Campioni e talenti

Elia Stampanoni, che in 40 anni di corsa ha superato le 1.000 gare, ottenendo diverse soddisfazioni fra cui 16 titoli ticinesi e 27 trofei, è sempre attivo. Il fondista capriatese fa anche parte della commissione tecnica di podismo e staffette (CTPS) ed è il responsabile del Progetto Giovani, condotto da sua moglie con i fratelli Delorenzi. «Nel 2023 abbiamo radunato un gruppo di ragazzi che aveva aderito con una certa regolarità alle gare ASTi di podismo, montagna o trail e quest'anno l'incremento è stato subito netto», precisa Elia. «Il numero dei giovani è salito a 24 e gli allenamenti sono gestiti da Paola, Roberto e Marco, specialisti di livello nazionale e internazionale. I giovani hanno subito gradito la loro stimolante presenza».

#### Emozioni ed entusiasmo

La continua crescita dei club, con una lista d'attesa per chi ambisce a entrare a far parte di un'Associazione Sportiva Ticino e Moesa sempre più solida e allargata, ha aumentato il lavoro della CTPS diretta dal mesolcinese Massimo Marta. «Il numero totale delle gare stagionali sfiora ormai il tetto delle 60 e il lavoro di coordinamento riguarda il calendario, i regolamenti e l'assistenza alle società per l'organizzazione e la sicurezza delle competizioni. Podismo, salita, montagna e staffette offrono sempre più percorsi ed emozioni», sorride il presidente della commissione tecnica. «La natura, la salute e il benessere restano al centro delle nostre attività all'aperto, con un ampliamento degli scenari di gara».

Le Coppe ASTi BancaStato, assegnate in tutte le discipline, sono il termometro delle varie categorie. La stagione 2023 era terminata con Lukas Oehen (GAB Bellinzona) e Stefania Barloggio-Lupatini (CDO bike & run) in veste di campioni di podismo. Lukas ha vinto pure la generale di montagna insieme a Paola Stampanoni (GAB Bellinzona); il trofeo di trail è andato a Rocco Ferretti (OCR Ticino) e alla stessa Stefania Barloggio-Lupatini. La RCB Bellinzona si è imposta fra le società, mentre Tiago Antonietti con Viola Groppi (U12), Lorenzo Bracchi con Sofia Devicenti (U14) e Aris Bomio Pacciorini con Aline Oliva (U16) hanno meritato la Coppa ASTi BancaStato di podismo giovanile. «Montagna e trail attirano sempre più partecipanti. La varietà e la lunghezza dei percorsi aprono nuove vie a ogni appassionato», conclude Massimo Marta

## La scheda

### ASTI

Associazione Sportiva Ticino e Moesa

Anno di fondazione: 1929

Club affiliati: 67

Soci attivi: 4.000

Presidente:

Paolo Beltraminelli

e-mail: info@asti-ticino.ch

L'ASTi, presieduta dal 2020 da Paolo Beltraminelli, incentiva l'attività sportiva leale, benefica per la salute e nel rispetto dei principi sanciti dalla Carta etica elaborata da Swiss Olympic. Promuove il podismo, le staffette e la corsa d'orientamento a livello giovanile, agonistico e amatoriale; sostiene l'esercizio che favorisce un sano impiego del tempo libero; coordina l'attività nelle diverse discipline e delle singole società; mantiene i contatti a livello cantonale, nazionale e transfrontaliero con altre federazioni.



Paolo Beltraminelli.

#### GRUPPO GIOVANI ASTI 2024

**2012:** Tiago Antonietti, Viola Groppi.

**2011:** Maylon Pongelli, Lorenzo Cozzatti, Sofia Gygax, Asia Corti, Anais Piattini.

**2010:** Samuele Gygax, Sofia Devicenti, Lorenzo Bracchi, Dalia Caissutti, Amélie Andreoli, Mattia Gianotti.

**2009:** Federico Venzi, Davide Devicenti, Aline Oliva, David Beretta, Noè Volger.

**2008:** Aris Bomio Pacciorini, Olivia Stampanoni.

**2006:** Jonas Oliva, Elia Maggetti, Selina Stampanoni.

**2004:** Luca Feraco, Cristina Maggetti.

**Responsabile:** Elia Stampanoni.

**Allenatori:** Paola Stampanoni, Roberto e Marco Delorenzi.

# Lo sport che unisce e fa crescere tutti

**MOVIMENTO E SERENITÀ** / «Inclusione handicap Ticino» segue 600 atleti con disabilità mentale, fisica e sensoriale

Rafael Almeida Marto: «Alla parte agonistica uniamo attività ludiche come la giornata del 26 maggio a Tenero»

La tradizionale Staffetta Capriatese, che si corre nel nucleo di Tesserete, ha segnato un nuovo evento per «inclusione handicap ticino», che ha visto per la prima volta al via una sua formazione composta da 11 atleti del Gruppo Sport Inklusivo Tre Valli di Biasca. «La manifestazione si è chiusa su un percorso di 500 metri da compiere in coppia: una tratta a testa per le persone con disabilità e i loro accompagnatori, poi il gran finale insieme fra gli applausi di un pubblico entusiasta», sottolinea Rafael Almeida Marto.

Il responsabile sport dell'ente nato nel 1973 per difendere i diritti delle persone con disabilità in Ticino è coadiuvato da Elena Nodari in un settore in cui sono affiliati cinque gruppi dedicati alle persone con handicap cognitivo-mentale, un gruppo legato all'handicap sensoriale e un gruppo specializzato nell'handicap fisico. «Oltre alla corsa e all'atletica - prosegue Rafael - proponiamo altre discipline come ginnastica, nuoto, basket, tennis, futsal, badminton, unihockey, powerchair hockey, sci, bocce e pétanque. Le attività sportive per

il tempo libero si estendono a ping-pong, bicicletta, yoga, passeggiate e wellness. «Inclusione handicap ticino» promuove pure l'esercizio amatoriale con uscite giornaliere o settimanali».

Il calendario estivo e invernale è sempre fitto e non solo gli atleti impegnati in gare individuali o di squadra si confrontano con quelle emozioni che regala a tutti lo sport: «Queste esperienze concrete attivano la motivazione e spingono ognuno ad attingere alle proprie risorse, contribuendo ad abbattere le barriere. Ogni

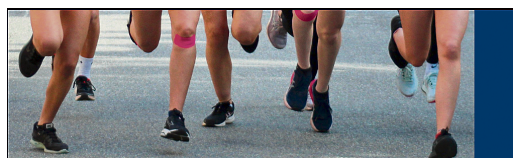


L'arrivo della prima staffetta inclusiva di Tesserete.

© ELISTA

tanto si vince, altre volte si impara e insieme si cresce».

Crescita e unione. «Lo sport che unisce» è la giornata che «inclusione handicap ticino» aveva ideato nel 2023 per festeggiare il suo 50. anniversario. «La manifestazione, aperta a persone con e senza disabilità, verrà riproposta domenica 26 maggio 2024 al Centro sportivo nazionale della gioventù di Tenero. I partecipanti potranno cimentarsi in una serie di attività ludico-sportive innovative e inclusive con squadre miste composte da 6 a 10 elementi», precisa Rafael Almeida Marto. «Un invito esteso naturalmente anche alle famiglie, che saranno le benvenute su un percorso divertente che prevede quattro postazioni da affrontare a turno». Le iscrizioni alla seconda edizione de «Lo sport che unisce» sono già aperte sul sito di «inclusione handicap ticino» e chiuderanno il 15 maggio.



Associazione Sportiva Ticino e Moesa | [asti-ticino.ch](http://asti-ticino.ch)

inclusione handicap ticino | [inclusione-handicap-ticino.ch](http://inclusione-handicap-ticino.ch)