

Sommario

Indirizzi	3
Organigramma	4
I presidenti	5
Le società	6
Presentazione delle società affiliate	9

Indirizzi

[stato gennaio 2015]

ASTi, casella postale, 6807 Taverne

www.asti-ticino.ch

info@asti-ticino.ch

Presidente ASTi

Edoardo Pellandini, 6807 Taverne,

091 945 16 28, edo.pellandini@bluewin.ch

Commissione tecnica podismo e staffette

Sergio Stampanoni, 6954 Bigorio

091 943 36 73, seostampa@ticino.com

Commissione corse d'orientamento

Daniela Guglielmetti, 6928 Manno,

091 605 15 53, dguglielmetti@bluewin.ch

Podismo e montagna

www.asti-ticino.ch/podismo

Staffette

www.asti-ticino.ch/staffette

Corse d'orientamento

www.asti-ticino.ch/co

Organigramma ASTi

[stato gennaio 2015]

Comitato cantonale

Presidente

Edoardo Pellandini

Vice presidente

Sergio Stampanoni

Membri

Francesco Beltraminelli

Giuliana Friedrich-Bettelini

Claudio Bonomi

Daniela Guglielmetti

Mario Marzano

Commissione tecnica podismo e staffette

Presidente

Sergio Stampanoni

Membri

Dino Bersacola

Luciano Bolis

Claudio Brusorio

Gianni Natale

Mara Rossinelli

Maria Soldini

Responsabile stampa

Leonida Stampanoni

Responsabile sito podismo

Mauro Perseghini

Responsabile sito staffette

Elia Stampanoni

Commissione corse d'orientamento

Presidente

Daniela Guglielmetti

Membri

Manuel Asmus

Andrea Beltraminelli

Giovanni Carbonetti

Stefano Castelli

Claudia Giopelli

Antonio Guglielmetti

Nuria Gysin

Fabrizio Rosa

Patrick Rossetti

Roberto Tettamanti

Responsabile selezione Ticino

Gianni Guglielmetti

Responsabile stampa

Lidia Nembrini

Responsabile sito corse orientamento

Jonathan Besomi

Responsabile cartine e materiale

Francesco Guglielmetti

Rappresentante nel comitato centrale della Federazione svizzera

Ilaria Ferrari Ehrensperger

I presidenti dell'ASTi

Alberto Bottani	dal 1929 al 1943 (coordinatore in seno a Azione Cattolica e Federazione sportiva cattolica ticinese)
Giuseppe Beeler	dal 1944 al 1967
Carlo Isotta	dal 1968 al 1981
Flavio Soldini	nel 1982 (coordinatore)
Vito Vosti	dal 1983 al 2002
Edo Pellandini	dal 2003

Le società dell'ASTi

Ordine alfabetico, stato gennaio 2015

ASF podismo	9
ASCO Lugano	10
Associazione corsa e camminata della bricolla	11
Associazione Gravesano running	12
Associazione polisportiva Campionese	13
Associazione sportiva Monteceneri	14
Associazione Val Cama grand prix	15
Associazione sportiva Riva San Vitale	16
Atletica Mendrisiotto	17
CO AGET Lugano	18
CO UTOE Bellinzona	19
Frecce gialle Malcantone	20
Gruppo atletico Bellinzona	21
Gruppo atletico Dongio	22
Gruppo Coppa Froda	23
Gruppo orientisti Lugano e dintorni	24
Gruppo orientisti Vallemaggia	25
Gruppo podisti Leventina	26
Gruppo ricreativo Val Pontirone	27
Gruppo sportivo Orino Malvaglia	28
Moesa runners	29
Orientisti 92-Piano Magadino	30
Road runner's club Ticino	31
Runner's club Bellinzona	32
Sci club Negrentino	33

Società atletica Gordola	34
Società atletica Isona Medeglia	35
Società atletica Lugano atletica	36
Società atletica Massagno	37
Società atletica Vacallo	38
Società atletica Vis Nova	39
Società corse d'orientamento Mendrisio e dintorni	40
SFG Biasca atletica	41
Società federale di ginnastica Stabio	42
Società federale ginnastica Balerna	43
Società federale ginnastica Chiasso	44
Società federale ginnastica di Mendrisio	45
Società federale ginnastica Morbio Inferiore	46
Società ginnastica Brissago	47
Società ginnastica Concordia	48
Società podistica Locarnese	49
Società sportiva Unitas Malcantone	50
Società sportiva Valle di Muggio	51
StraLugano	52
Team Comacina	53
Unione sportiva Capriaschese	54
VIGOR Ligornetto	55
<i>GORT Rodi Tremorgio - GRSV Sanvittorese - SAL Camminate</i>	56

Nota sui dati delle società

La presentazione delle società si basa sulle informazioni e sui dati forniti dalle società stesse del periodo 2013-2014. Le indicazioni potrebbero non essere aggiornate. L'ASTi e il curatore declinano qualsiasi responsabilità per dati errati o informazioni incomplete.

Sigle

ACTG	Associazione cantonale ticinese di ginnastica
ASTi	Associazione sportiva ticinese
CO	corsa d'orientamento
FSG	Federazione svizzera di ginnastica
FTAL	Federazione ticinese atletica leggera
G+S	Gioventù e sport
TAS	Trofeo ASTi staffette
TMO	Trofeo miglior orientista

La società AFS Podistica è stata fondata nel 2011 da un gruppo di amici appassionati di podismo. In seguito altre persone che condividevano la stessa passione si sono aggiunte al gruppetto, contagiate dall'ambiente e dalla voglia di correre assieme.

La società si dedica al podismo, svolgendo sessioni di allenamento con una frequenza media di due uscite a settimana e partecipando a tutte le maggiori manifestazioni cantonali e svizzere. In futuro si vorrebbero organizzare delle gare regionali.

Soci attivi

15 soci attivi e 10 sostenitori.

Attività

Partecipazione alle gare cantonali e diverse trasferte in Svizzera e in Europa.

Allenamenti

Gli allenamenti si svolgono in vari luoghi del Sopraceneri (in prevalenza Bassa Leventina, Riviera e Bellinzonese) nei giorni di martedì, dalle 19.00 alle 20.00 e domenica dalle 10.00 alle 11.00.

Contatti e informazioni

AFS Podistica
via Stazione 39, 6743 Bodio
Vincenzo Lubello, 079 645 12 51
celine.lube@bluewin.ch

ASCO
LUGANO



Nel 1987, alle scuole di Viganello, avviene l'assemblea costituente dell'ASCO, Associazione sportiva corsa d'orientamento. Le attività sono intense e diversificate, spaziando dalla CO ad altri sport e inglobando pure diversi eventi culturali e di svago. Molti ragazzi e adulti iniziano a correre con l'ASCO e non smetteranno più. La nostra palestra sono i boschi e i vicoli dei paesi che percorriamo con bussola e cartina alla ricerca della strada giusta. Puoi trovare l'ASCO a Lugano e in Capriasca.

Soci attivi

200 soci circa, dagli 8 agli 88 anni.

Attività

Partecipazione alle gare cantonali e nazionali di corsa d'orientamento.

Organizzazione mini campo d'allenamento primaverile.

Organizzazione di due-tre gare di corsa d'orientamento.

Trasferta estiva a una 5 giorni internazionale.

Partecipazione al campo d'allenamento estivo cantonale.

Allenamenti

Mercoledì, 17.30-19.00 (con ritrovo a Tesserete e a Pregassona). Venerdì, 18.15-20.00 (con ritrovo a Tesserete).

Contatti e informazioni

Asco Lugano

Michele Ren, 091 945 13 62

ct@asco-lugano.ch

www.asco-lugano.ch

ASSOCIAZIONE CORS E CAMMINATA DELLA BRICOLLA



L'Associazione della corsa e camminata della bricolla è nata nel 2007 a un tavolo di amici, con l'intento di rievocare l'arte del contrabbando, un mestiere che, nel passato, segnò la zona di confine per diversi anni.

L'idea è di ripercorrere i sentieri sui quali transitavano appunto le bricolle, sia con una gara podistica, sia con una camminata.

Il percorso, il cui tracciato si snoda in gran parte nei boschi, tra vigneti e nuclei storici di diversi villaggi di confine (Sessa, Monteggio, Dumenza e Astano), ha un fascino particolare per il suo paesaggio. L'associazione è basata sulla collaborazione transfrontaliera tra l'Hotel ristorante i Grappoli di Sessa e la Polisportiva Dumentina con, dal 2013, l'appoggio della società Frece gialle del Malcantone.

Attività

Organizzazione Corsa e camminata della bricolla, con partenza da Sessa, solitamente una domenica di ottobre, e del Minigioco per i bambini, con partenza da Dumenza, solitamente la settimana antecedente la manifestazione principale.

Contatti e informazioni

Associazione corsa e camminata della bricolla
c/o Hotel i Grappoli, via ai Grappoli, 6997 Sessa,
Juri Clericetti, 079 653 52 59
info@grappoli.ch
www.corsadellabricolla.com

ASSOCIAZIONE GRAVESANO RUNNING



L'Associazione Gravesano running, con sede a Gravesano, è stata fondata il 9 febbraio 2012 e si prefigge di organizzare la gara podistica Gravesano running day.

Lo scopo principale della manifestazione, oltre che attirare i numerosi podisti ticinesi e altri, è quello di coinvolgere la popolazione locale con una corsa popolare, una corsa per bambini, una prova di walking o nordic walking e un pomeriggio ricreativo.

Soci attivi

11 soci.

Attività

Organizzazione Gravesano running day.

Contatti e informazioni

Associazione Gravesano running
via Istituto Rusca 13, 6929 Gravesano
079 211 69 82
info@gravesanorunning.ch
www.gravesanorunning.ch

ASSOCIAZIONE POLISPORTIVA CAMPIONESE



A Campione d'Italia, un comune della provincia di Como che costituisce un'enclave italiana nel territorio del canton Ticino, ha sede l'Associazione polisportiva Campionese, attiva dal 1978. Accanto alla sezione di calcio, la società è attiva anche nello sci, nella pallavolo, nel beach volley, nel podismo e nell'atletica.

Il motto della sezione podistica, che si dedica alla corsa di resistenza, fino alla maratona, è "pochi ma buoni".

Soci attivi

Nella sezione podismo una decina.

Attività

Partecipazione a tutte le manifestazioni in Ticino e anche nei dintorni.

Contatti e informazioni

Associazione polisportiva Campionese
casella postale 73, 6911 Campione d'Italia
Sebastiano Carpentieri, 079 444 31 56
polisportiva@blueemail.ch

ASSOCIAZIONE SPORTIVA MONTECENERI



L'Associazione sportiva Monteceneri (ASM) è nata nel 2012 dalla fusione tra SAR Rivera, SPC Camignolo e Associazione calcio Camignolo. Oggi è suddivisa in due sezioni, calcio e corse. Dopo diversi anni nei quali la SAR sezione atletica non aveva più un movimento giovanile, con la nuova struttura si è cominciato a riproporre allenamenti nel settore podismo, atletica e walking. La società, oltre a essere iscritta alle diverse associazioni di calcio, è anche affiliata a Swiss athletics, alla Federazione atletica ticinese (FTAL) e all'Associazione sportiva ticinese (ASTi).

Soci attivi

Circa 50-60 atleti nella sezione corse.

Attività

Organizzazione Giro Camignolo, gara valida per la Coppa Ticino di podismo e staffetta valida per il Trofeo TAS dell'ASTi. Organizzazione corsa campestre valida per la Coppa Ticino di cross.

Allenamenti

Presso il centro sportivo Quadrifoglio e la palestra delle scuole medie di Camignolo: lunedì dalle 17.00 alle 19.00, walking e nordic walking; martedì dalle 18.00 alle 20.00, podismo attivi; mercoledì dalle 15.30 alle 17.00, atletica bambini scuole elementari e medie.

Contatti e informazioni

Associazione sportiva Monteceneri
casella postale 433, 6802 Rivera
as.monteceneri@gmail.com

ASSOCIAZIONE VAL CAMA GRAND PRIX



L'associazione Val Cama grand prix è stata costituita nel 2012 con lo scopo di riprendere l'organizzazione dell'importante corsa podistica lungo l'incantevole Val Cama. L'intento è pure di promuovere e far conoscere la Valle, valorizzando l'Alp de Lagh, un alpe popolato da diverse e rare razze di animali, che si trova a 1'279 metri di altitudine.

La competizione si svolge lungo un tracciato di 7,9 chilometri con 920 metri di dislivello ed è in programma ogni anno nel mese di luglio, in occasione della sagra di Santa Elisabetta. Importante ricordare che questa regione fa parte della riserva forestale più grande della Svizzera all'infuori del Parco Nazionale ed è accessibile unicamente a piedi.

Soci attivi

Un centinaio.

Attività

Organizzazione della corsa podistica valida per la Coppa Ticino di corsa in montagna dell'ASTi.

Contatti e informazioni

Associazione Val Cama grand prix
Dolores Zoppi, 078 918 70 75
valcamagrandprix@hotmail.com
www.valcama.ch

ASSOCIAZIONE SPORTIVA RIVA SAN VITALE



Fondata nel 1969 da un gruppo di amici, l'Associazione sportiva Riva San Vitale (ASSPO) ha da sempre uno sguardo particolare verso l'attività con i più piccoli. Inizialmente votata alle gare podistiche, si è specializzata con gli anni pure nell'atletica leggera.

La società partecipa regolarmente e da anni a tutte le staffette di paese che l'ASTi organizza, così come alle gare organizzate su pista dalla Federazione ticinese di atletica leggera (FTAL).

Tra le sue fila sono nati sportivamente molti atleti di spicco, a livello cantonale e nazionale, che hanno pure vestito la maglia rossocrociata.

Soci attivi

Circa 20 adulti e 40 bambini, oltre ai monitori.

Attività

L'ASSPO, benché piccola e dotata di una mezza pista, organizza annualmente la Staffetta Rivense valida per il Trofeo TAS dell'ASTi, l'eliminatória del Ragazzo+Veloce del Ticino e le Olimpiadi Rivensi.

Partecipa alle gare in Ticino e nel resto della Svizzera, così come pure a gare a livello internazionale e da oltre 25 anni organizza il tradizionale campo di allenamento a San Moritz.

Allenamenti

Presso le palestre comunali e cantonali, così come al campo sportivo di Riva San Vitale, generalmente lunedì, martedì, giovedì e sabato.

Contatti e informazioni

Associazione sportiva Riva San Vitale
via Ceresio, 6826 Riva San Vitale

Domenico Pellegrini, 079 206 81 00, 091 648 26 23
asspo.riva@bluewin.ch

ATLETICA MENDRISIOTTO



L'Atletica Mendrisiotto è nata nel 2004 dalla fusione di sei società (SFG Morbio Inferiore, SVAM Muggio, SFG Balerna, SAV Vacallo, SFG Mendrisio, SFG Stabio) con l'intento di coinvolgere l'intera popolazione del Mendrisiotto. La società raggruppa i giovani a partire dalla categoria U16, mentre gli scolari vengono ancora gestiti dalle sei società di provenienza. Si dedica all'atletica leggera e al podismo, partecipando a tutte le maggiori manifestazioni cantonali, nazionali, come pure ai vari campionati.

Soci attivi

La società conta 44 atleti attivi, un comitato direttivo e una commissione tecnica.

Attività

Organizzazione Corsa in salita del Monte Generoso (Coppa Ticino di montagna), Staffetta del Magnifico Borgo (Trofeo TAS), cross di Mendrisio (Coppa Ticino di cross) e eliminatória regionale della UBS Kids cup.

Allenamenti

Palestra comunale Genestrerio e stadio comunale Mendrisio: gruppi attivi: lunedì 18.15–20.00 e martedì 18.15–20.00; gruppi attivi e giovani: mercoledì 18.15–20.00 e venerdì 18.15–20.00.

Contatti e informazioni

Atletica Mendrisiotto
via ai Grotti, 6874 Castel San Pietro
Loris Donati
info@atletica-mendrisiotto.com
www.atletica-mendrisiotto.com

CO AGET LUGANO



Fondata nel 1974 da un gruppo di scout, la società luganese della CO AGET (Associazione giovani esploratori ticinesi) pratica e promuove la corsa d'orientamento nella regione di Lugano, offrendo allenamenti tecnici e di condizione fisica generale. L'attività si accompagna a uscite in montagna e altre occasioni d'incontro e svago. L'AGET Lugano è molto attiva nell'organizzazione di gare, nell'istruzione della CO nelle scuole e nell'animazione per i ragazzi.

Soci attivi

120 soci attivi: 70 adulti, 25 giovani, 15 scolari, 10 sostenitori.

Attività

Partecipazione alle gare di CO cantonali, nazionali e della Lombardia; partecipazione a corse podistiche.

Organizzazione 2 giorni Ticino di CO (33 edizioni); CO notturna Lui+Lei (31); Fragori (7); Trofeo miglior orientista di CO; collaborazione ai grandi eventi internazionali in Ticino. Campo allenamento pasquale (23 edizioni); trasferta estiva annuale alle CO di 5 giorni; campionati sociali.

Collaborazione al progetto sCOOL di Swiss orienteering.

Animazioni di CO per giovani e adulti.

Allenamenti

Boschi e paesi del Luganese: mercoledì 16.30-18.00, venerdì 18.30-20.00 (palestra di Trevano in autunno-inverno).

Contatti e informazioni

CO AGET Lugano, 6965 Cadro

Claudia Giopelli (presidente), 091 943 47 56

Lidia Nembrini, 091 943 46 37

info@coaget.ch

www.coaget.ch

CO UTOE BELLINZONA



La CO UTOE Bellinzona è una branca indipendente della società madre UTOE Bellinzona (Unione ticinese operai escursionisti che, con più di 2'000 soci, gestisce cinque capanne). È stata una delle prime società a proporre la corsa d'orientamento in Ticino. Sempre rimasta di piccole dimensioni, ha potuto vantare negli anni diversi successi sportivi. A fare la forza del club è però la voglia di restare attaccati alla natura e alla montagna, di trovarsi in un gruppo unito che da anni accoglie chiunque voglia avvicinarvisi.

Soci attivi

I soci attivi alle gare nazionali e internazionali sono una quindicina, con circa 60 soci sostenitori che collaborano alla gara organizzata annualmente dalla società.

Attività

La CO UTOE Bellinzona organizza annualmente una gara del Trofeo miglior orientista e vuole tornare attiva con uscite tecniche e trasferte.

Allenamenti

Non sono al momento previsti allenamenti regolari fisici o tecnici. I singoli membri si organizzano tra di loro per allenarsi assieme, in modo informale.

Contatti e informazioni

CO UTOE Bellinzona
via Carà 9, 6593 Cadenazzo,
Fabio Gaspari, 079 366 53 45
info@fotogasp.com
www.utoe.ch/co

FRECCE GIALLE MALCANTONE



Fondate nel gennaio del 2012, le Frecce gialle Malcantone (FGM) debuttano il 18 novembre dello stesso anno al cross di Dongio. La sede sociale è a Caslano, mentre gli allenamenti si svolgono prevalentemente a Bedigliora e Pura. La maggior parte dei nostri atleti sono in età scolastica e partecipano alle competizioni cogliendo anche prestigiosi risultati. Alcuni fanno parte delle selezioni cantonali e nazionali. Nella bacheca già ora troviamo alcuni titoli cantonali giovanili e assoluti. Un importante contributo arriva dai nostri allenatori e monitori, formati da G+S e Swiss athletics. Tutte le attività sono impostate sulla base della Carta etica dello sport e Sport senza fumo.

Soci attivi

160 soci, di cui 120 soci attivi dai 5 ai 75 anni di età.

Attività

Partecipazione alle staffette organizzate dall'ASTi, alle gare di Coppa Ticino (podismo e montagna), alle competizioni di atletica leggera in Ticino, Svizzera e Italia, ai Campionati cantonali, regionali e nazionali di atletica leggera, ai cross cantonali.

Organizzazione di una prova della Coppa Ticino di cross, di una Kids cup e del campo di allenamento estivo.

Allenamenti

Mercoledì, campo di calcio di Pura: 14.00-15.00 gruppo kids 1 e 2, 15.30-16.30 gruppo ragazzi; mercoledì, scuole medie di Bedigliora: 17.30-18.30 gruppo giovani.

Altri allenamenti settoriali: sprint e mezzofondo veloce, podismo, salti, lanci, walking e nordic walking.

Contatti e informazioni

Frecce gialle Malcantone
via Stazione 66, 6987 Caslano
segretariato@freccegialle.ch
www.freccegialle.ch

GRUPPO ATLETICO BELLINZONA



Il Gruppo atletico Bellinzona (GAB) è nato nel 1936 e, attraverso un grande lavoro, ha scritto alcune fra le più belle pagine della storia sportiva della capitale. Diversi i fuoriclasse che hanno vestito la maglia rossa con il biscione, tenendo alto il nome della Turrita. Fra i risultati più prestigiosi del Gruppo atletico Bellinzona, sicuramente da citare le partecipazioni alle Olimpiadi di Seul nel 1988 e di Sydney nel 2000, ai Campionati europei di Barcellona (2010) e agli Europei di cross in Portogallo (2011). Innumerevoli inoltre titoli nazionali conquistati dal GAB da atleti sbocciati dal settore giovanile e poi cresciuti all'interno del club trasformandosi in ottimi allenatori e dirigenti.

Soci attivi

245 soci (40 attivi, 35 giovani, 40 ragazzi, 130 scolari) e 120 collaboratori.

Attività

Organizzazione 5mila metri ASTi e vari meeting nel calendario FTAL, del Galà dei Castelli, meeting internazionale d'atletica leggera e di due campi d'allenamento, uno pascuale e uno estivo in Engadina.

Allenamenti

Stadio comunale Bellinzona (inverno secondo disponibilità palestre): attivi, giovani e ragazzi: tutti i giorni dalle 17.45 alle 19.15; scolari (U12): martedì e giovedì dalle 17.15 alle 18.30.

Contatti e informazioni

Gruppo atletico Bellinzona

info@ gab-bellinzona.ch

www.gab-bellinzona.ch

GRUPPO ATLETICO DONGIO



Il Gruppo atletico Dongio (GAD) muove i primi passi nel 1979 e riceve l'ufficializzazione con l'assemblea costitutiva e gli statuti nel 1980. Da subito l'attività è molto intensa: cinque allenamenti settimanali e ben sette gare organizzate. Il 1983 è caratterizzato dalla costruzione di piste e pedane, mentre nel 1985 la sfida organizzativa più importante e impegnativa: il Giro Media Blenio. Una gara che si rinnova da 30 anni (pubblicato nel 2014 un libro commemorativo) e che ha accolto podisti di tutta Europa e i nomi più prestigiosi dell'atletica mondiale. L'attività continua regolarmente, cercando di migliorare l'offerta degli allenamenti e la qualità delle organizzazioni.

Soci attivi

Circa 100 soci.

Attività

Organizzazione Giro Media Blenio, prova di apertura della Coppa Ticino di podismo, con Grand Prix, Minigiro e prova di walking.

Organizzazione di due meeting stagionali riservati agli scolari, di un cross sociale e di un cross valido per la Coppa Ticino. Annualmente viene proposta una settimana d'allenamento a Samedan.

Allenamenti

Campo sportivo Dongio o palestra scuole di Acquarossa: lunedì 18.30, scolari e giovani (oltre 11 anni); mercoledì 18.30, scolari (9-13 anni), giovani (oltre i 14 anni) e gruppo fitness; giovedì 16.45, piccoli (6-8 anni); venerdì 18.30, giovani.

Contatti e informazioni

Gruppo atletico Dongio
casella postale 26, 6715 Dongio
gad.dongio@ticino.com
www.gad-dongio.ch

GRUPPO COPPA FRODA



Fondata nel 1967 da un gruppo di amici, la gara podistica della Coppa Froda si svolge tradizionalmente il primo d'agosto di ogni anno in Valle Bavona, con partenza da Caveragno e arrivo a Foroglio. Questo affascinante percorso di sei chilometri termina ai piedi della splendida cascata dalla quale deriva il nome della competizione. Nata come gara podistica popolare, dopo qualche anno venne anche inserita in Coppa Ticino. Nel 1991 il Gruppo Coppa Froda si sciolse e la gara non venne disputata per 17 anni. Dal 2008, un altro gruppo di amici di Caveragno ha ripreso questa corsa popolare ridando così vita alla Coppa Froda.

Soci attivi

Il Gruppo Coppa Froda si basa sull'appoggio di una trentina di sostenitori.

Attività

Organizzazione della gara Coppa Froda che prevede tutte le fasce d'età. C'è anche la possibilità di partecipare alla camminata popolare, senza premiazioni e tempi.

Contatti e informazioni

Gruppo Coppa Froda
casella postale 9, 6690 Caveragno
Morena Dalessi (segretariato), Remy Lampert (presidente)
info@coppafroda.ch
www.coppafroda.ch

GRUPPO ORIENTISTI LUGANO E DINTORNI



Il Gruppo orientisti Lugano e dintorni (GOLD) nasce il 26 gennaio 1980 grazie all'entusiasmo e alla volontà di alcuni giovani appassionati di corsa d'orientamento. Fin dagli inizi la società si distingue per i risultati in campo sportivo, ma soprattutto per l'impegno a favore della formazione dei giovani della regione. Il GOLD si è laureato più volte miglior società ticinese di corsa d'orientamento, inoltre ha ottenuto vari titoli di campione ticinese e ha avuto due atleti selezionati nella Nazionale giovanile e altri due selezionati per gare europee. Il GOLD conta pure dei titoli a livello svizzero e, tra i veterani, a livello mondiale.

Soci attivi

190 soci: 100 adulti, 50 giovani, 40 sostenitori.

Allenamenti

Palestra del liceo di Savosa: mercoledì dalle 18.30 alle 20.00 e venerdì dalle 17.30 alle 19.00.

Attività

Organizzazione di due prove del Trofeo miglior orientista (TMO) e altre gare. Allenamenti con circa 15 allenatori formati da Gioventù e sport. Corsi introduttivi e di presentazione della CO a scuole o associazioni. Attività ricreative che aiutano a consolidare l'amicizia tra i soci.

Contatti e informazioni

Gruppo orientisti Lugano e dintorni

via Campagnola 3, 6928 Manno

Daniela Guglielmetti (segretaria), 091 605 15 53

dguglielmetti@bluewin.ch

Sandro Corsi (presidente), 091 600 32 02

sandro.corsi@bluewin.ch

www.gold-savosa.ch

GRUPPO ORIENTISTI VALLEMAGGIA



Il Gruppo orientisti Vallemaggia (GOV) nasce il 13 agosto 2003 grazie all'entusiasmo delle 17 persone presenti all'assemblea costitutiva.

Scopo della società è quello di promuovere la corsa d'orientamento in Vallemaggia.

Il mese di settembre dello stesso anno cominciano gli allenamenti sotto l'esperta guida di Antonio Guglielmetti. Al primo allenamento è presente un piccolo gruppetto di persone, composto principalmente da famiglie. Da quel giorno il numero di ragazzi e ragazze è costantemente cresciuto.

Soci attivi

80 tra attivi, passivi e sostenitori, di cui 40 ragazzi.

Attività

Organizzazione di una gara valida per il TMO e una inserita nella Sprint cup.

Allenamenti

Il ritrovo per gli allenamenti è il centro scolastico Bassa Vallemaggia ai Ronchini, il mercoledì dalle 17.00 alle 19.00. Gli allenamenti sono per tutti, dai sei anni in poi.

Contatti e informazioni

Gruppo orientisti Vallemaggia

Riccardo Maddalena, chico.maddalena@bluewin.ch

Antonio Guglielmetti, pguglielmetti@bluewin.ch

www.gov-vallemaggia.ch

GRUPPO PODISTI LEVENTINA



Il Gruppo podisti Leventina (GPL) è stato fondato il 2 settembre 2003 da quattro amici con lo scopo di promuovere la corsa a piedi per ogni età e organizzare gare podistiche nella valle Leventina.

Soci Attivi

20 soci attivi e 30 sostenitori.

Attività

Organizzazione della Faido running night, valida per la Coppa Ticino di podismo. Partecipazione ad altri eventi organizzati nella media Leventina. Partecipazione a gare cantonali, nazionali e maratone all'estero.

Contatti e informazioni

Gruppo podisti Leventina
casella postale, 6760 Faido
Loris Tenchio
sport2000@ticino.com
www.faidorunningnight.ch

GRUPPO RICREATIVO VAL PONTIRONE



Il Gruppo ricreativo Val Pontirone (GRVP) ha ripreso le mansioni svolte dalla Società bocciolina pontirone, che negli anni 1980 aveva iniziato l'attività con proposte ricreative e poi costruito il campo di bocce a Pontirone.

L'associazione, con sede a Pontirone, ha lo scopo di animare il tempo libero, organizzando manifestazioni, sportive e non, in modo particolare durante l'estate, con la corsa podistica La Pontirone dal 1986.

Oltre alle attività ricreative il Gruppo si è impegnato pure in ambito culturale con la traduzione e la pubblicazione in lingua italiana del libro di Gotthard End Biasca und Val Pontirone. Attualmente è impegnato anche nella promozione della casa comunale a Pontirone con il progetto di insediare un nuovo ostello.

Soci attivi

250 soci sostenitori.

Attività

Organizzazione corsa La Pontirone, valida per la Coppa Ticino di podismo, tornei (vari sport di squadra) e Giochincontri in Val.

Contatti e informazioni

Gruppo ricreativo Val Pontirone

via Verbano 15, 6710 Biasca

Laura Vanzetta, 079 380 02 81

lauramorini@hotmail.com

Lauro Rossetti (presidente), 091 862 24 33

lauro.rossetti@aet.ch

GRUPPO SPORTIVO ORINO MALVAGLIA



Il Gruppo sportivo Orino Malvaglia (GSO) è stato fondato da un gruppo di amici nel 1972. Dal 1973 il gruppo organizza la tradizionale Corsa podistica malvagliese, iscritta nel calendario ASTi e valida per la Coppa Ticino di podismo. La gara è aperta anche alle categorie giovanili (scolari da U10 a U14) e, ultimamente, pure alle handbike.

Soci attivi

La società ha un comitato di nove membri.

Attività

Organizzazione Corsa malvagliese, corsa podistica valida per la Coppa Ticino di podismo.

Contatti e informazioni

Gruppo sportivo Orino Malvaglia

6713 Malvaglia

Roberto Oncelli, 091 870 14 02, 079 411 28 47

info@gsomalvaglia.ch

www.gsomalvaglia.ch

MOESA RUNNERS



Chi siamo? Due, tre, quattro amici con unico comune denominatore, la passione per la corsa.

Vorremmo diventare un gruppo di persone che saltuariamente si trova per stare insieme correndo, allenarsi, confrontarsi, discutere e migliorare.

Capita spesso di uscire a correre da soli, di incrociare altri podisti e di scambiare solo un saluto. L'idea è invece di creare le condizioni per correre assieme; il tempo passa più velocemente, l'allenamento diventa più piacevole e spesso più performante. Non occorre essere dei campioni per correre in un gruppo, basta la voglia di stare con gli altri!

Soci attivi

24 soci attivi: 22 adulti e 2 scolari.

Attività

Organizzazione di una di corsa in salita (dal 2012 al 2014 la Grono-Monti di Santa Maria) e di una gara di podismo (dal 2014 la Selma-Rossa, dal 2015 valida per la Coppa Ticino di podismo).

Collaborazione organizzazione SanBeRun e Combinata Mesolcinese.

Partecipazione alle gare cantonali e diverse trasferte in Svizzera e in Europa.

Allenamenti

Ogni mercoledì alle ore 18.30, allenamento di gruppo con ritrovo al campo di calcio di Roveredo.

Contatti e informazioni

Moesa Runners

via Pianèzz 266, 6535 Roveredo GR

Massimo Marta, 076 69 300 73

moesarunners@gmail.com

www.moesarunners.tk

www.moesarunners.blogspot.ch

ORIENTISTI 92- PIANO DI MAGADINO



La O-92 è nata (ovviamente) nel 1992, anno in cui si è separata dalle attività della Vis Nova Agarone. La società è attiva in particolare nel comprensorio del Piano di Magadino e del comune di Monteceneri, partecipando attivamente all'ampia offerta in Ticino di allenamenti e gare per gli appassionati di corsa d'orientamento.

Soci attivi

Circa 220, di cui 150 attivi (100 adulti e 50 giovani) e 70 sostenitori.

Attività

Organizzazione di due gare del TMO cantonale e di campi di allenamento (pasquale, weekend mini e maxi).

Trasferta estiva a gara di più giorni all'estero e a gare nazionali.

Altre attività come trasferte con CO in città estere e uscite sulla neve.

Allenamenti

Gruppi mini e medi: mercoledì 18.00-19.30 palestra scuole medie Cadenazzo; venerdì 18.00-19.30 palestra scuole elementari Contone.

Gruppo maxi e adulti: mercoledì 18.00-19.30 palestra Cadenazzo; venerdì 18.45-21.00 palestra Contone.

Da marzo a ottobre: allenamenti in cartina per tutti, mercoledì e venerdì ore 18.00.

Contatti e informazioni

Orientisti 92-Piano di Magadino

casella postale 223, 6593 Cadenazzo

Patrick Rossetti (responsabile attività), 076 565 80 13

patricksabina@gmail.com

John Derighetti (presidente), 079 326 86 64

deriporta@bluewin.ch

www.o-92.ch

ROAD RUNNER'S CLUB TICINO



Nel 1974 Gian Claudio Lanini dà sfogo alla sua passione per il podismo, ideando la prima edizione della Camminata Locarnese, una gara di 14 km con 452 iscritti. Nel 1978 viene fondato il Road runner's club Ticino (RRCT), che si stacca dalla SPL per occuparsi dell'élite. Pure occupandosi di atleti di alto livello, il club, ispirato ai famosi Road runner's club di New York e Milano, non si allontana dal principio "importante è partecipare" e vuole dare la possibilità ai più allenati di misurare la loro bravura in competizioni importanti e promuovere la corsa in montagna.

La società ha proposto diversi eventi, come la riscoperta della Rivera-Monte Tamaro, l'organizzazione dei campionati svizzeri a Brè sopra Locarno e decine di altre manifestazioni.

Soci attivi

I soci, molti dei quali non più tutti attivi, hanno partecipato a gare di un certo programma e livello.

Attività

Pubblicazione del calendario di tutte le corse in montagna della Svizzera (nel 2014 è uscita la 37a edizione).

Nel 2008 è stata riproposta la gara Dirinella-Cento Campi, allungando il percorso sino all'Alpetto di Caviano (4'600 metri con 1'020 m di dislivello).

Contatti e informazioni

Road runner's club Ticino
Casella postale 117, 6593 Cadenazzo
Gian Claudio Lanini, 076 416 25 78
expos_dart@hotmail.com
www.runticino-artelanini.org

RUNNER'S CLUB BELLINZONA



Il Runner's club Bellinzona (RCB) nasce il 7 marzo 1998 da un gruppetto di amici. La società non vuole entrare in competizione con le altre esistenti, bensì affermarsi curando la preparazione fisica. L'obiettivo è anche promuovere la corsa a piedi per ogni età e grado di capacità. La buona partecipazione dei soci alle varie manifestazioni cantonali e fuori Ticino inorgoglisce il club, formando una solida e affiatata famiglia. Non mancano occasioni d'incontro con escursioni e allenamenti mirati, oltre a settimane di svago o incontri ricreativi.

La corsa podistica Go and run nel centro storico cittadino di Bellinzona è il fiore all'occhiello della società.

Soci attivi

137 soci: 105 attivi e 32 sostenitori.

Allenamenti

Martedì ore 18.30 Stadio Comunale di Bellinzona.

Giovedì allenamenti specifici.

Martedì ore 20.00 allenamenti in palestra durante il periodo invernale.

Attività

Organizzazione corsa podistica Go and run a Bellinzona.

Partecipazione alle gare cantonali e oltre Gottardo.

Settimana estiva (campo d'allenamento): corsa, bici, walking.

Giornate sulle nevi: racchette, sci, escursioni.

Contatti e informazioni

Runner's club Bellinzona

casella postale 2495, 6500 Bellinzona

Alberto Manetti (presidente), 079 686 76 80

rc.bellinzona@bluewin.ch

www.rcbellinzona.ch

SCI CLUB NEGRENTINO



Lo Sci club Negrentino è stato fondato nel gennaio del 1941 staccandosi dallo Sci club Crap di Ponto Valentino, del quale parecchi soci facevano parte.

In passato il nome del club era conosciuto per l'organizzazione di diverse manifestazioni. Lo Sci Club Negrentino ha avuto dei soci che hanno saputo distinguersi nelle discipline dello sci alpino, sci di fondo e podismo a livello bleniese e ticinese. Da qualche anno abbiamo una buona collaborazione con lo Sci club Crap per le uscite di sci con i bambini.

Soci attivi

Nessun gruppo d'atletica particolare, ma 175 soci nello sci club: 117 adulti, 38 ragazzi e 20 sostenitori.

Attività

Organizzazione della Cronometro del Nara (prova valida per la Coppa Ticino di corsa in montagna).

Diverse uscite sugli sci in collaborazione con lo Sci club Crap.

Contatti e informazioni

Sci club Negrentino

Casella Postale 17, 6723 Prugiasco

Norberto Mandioni, 079 420 96 11

www.sciclubnegrentino.ch

SOCIETÀ ATLETICA E GINNASTICA GORDOLA



La Società atletica e ginnastica Gordola (SAG) è stata fondata il 29 febbraio 1948. Inizialmente l'attività era incentrata su atletica, podismo e corsa d'orientamento. Nell'atletica si sono avuti successi di rilievo e un atleta SAG si è laureato campione svizzero del salto in alto.

Nel 1990 la SAG ha iniziato l'attività polisportiva, ampliando anno dopo anno le offerte destinate ai giovani di tutta la regione. Con successo sono state lanciate le sezioni unihockey, pallavolo, karatè, danza, ritmica, fitness, badminton, gym, squash, roller hockey, genitore-bambino e, dal 2013, zumba.

Soci attivi

Per l'atletica: 42 bambini, 28 giovani o adulti. Circa 40 persone praticano il walking, mentre in totale sono 840 i soci attivi, 74 i monitori e oltre 1'000 i soci.

Allenamenti

5 palestre (due triple) occupate ogni giorno della settimana.

Attività

Organizzazione di una gara inserita nella coppa Ticino di corsa campestre (ogni anno, nel 2008 valida quale Campionato svizzero assoluto di cross).

Organizzazione tornei d'importanza internazionale di pallavolo e unihockey.

Contatti e informazioni

Società atletica e ginnastica Gordola

079 661 83 61

info@saggordola.ch

www.saggordola.ch

SOCIETÀ ATLETICA ISONE- MEDEGLIA



La Società atletica Isone-Medeglia (SAIM) è stata fondata tra gli anni 1950 e 1960 da un gruppo di giovani appassionati che partecipavano alle gare podistiche in tutto il Cantone, conseguendo anche importanti risultati.

Con il passare degli anni l'attività podistica si è ridotta ma la nostra società è stata capace di rilanciarsi proponendo altre discipline, crescendo ogni anno e organizzando nuovi eventi e attività.

Soci attivi

123 soci: 40 adulti, 32 ragazzi, 45 scolari, 6 sostenitori.

Attività

La nostra società è attiva nell'organizzazione della Sagra della staffetta scolari ad Isone (valida per il trofeo ASTi), del Walking / Nordic walking sui Monti di Medeglia e di un corso o uscite con sci e snowboard.

Allenamenti

Ginnastica gruppo donne: giovedì 20.00-21.00.

Allenamento bambini e ragazzi: vedi sito www.saim.ch

Contatti e informazioni

Società atletica Isone-Medeglia

6810 Isone

079 918 84 69 (solo durante le attività)

saim@ticino.com

www.saim.ch

SOCIETÀ ATLETICA LUGANO



La Società atletica Lugano (SAL) è stata fondata nel 1926. Nelle nostre fila sono cresciuti atleti di grande livello, che hanno saputo imporsi sia in ambito nazionale che internazionale, conquistando titoli svizzeri, primati europei e pure un record mondiale. La SAL rimane però nella sua filosofia una grande famiglia, dove valori quali amicizia ed etica sportiva, impegno personale e divertimento trovano un'importante collocazione.

Soci attivi

130 soci: 40 ragazzi e adulti, 70 scolari, 20 bambini.

Attività

Pratica dell'atletica leggera e organizzazione gare.

Campo d'allenamento pasquale ed estivo.

Collaborazione al Walking Lugano e a Sportissima.

Corteo primo d'agosto delle società sportive della città di Lugano.

Allenamenti

Gruppo élite e gruppo polivalente: lunedì, mercoledì e venerdì, ore 18.00-20.00, stadio Cornaredo (o palestra).

Gruppo scolari: lunedì, ore 18.30-20.00, stadio Cornaredo (o palestra).

Gruppo scuola atletica: mercoledì, ore 14.30-16.00, stadio Cornaredo (o palestra).

Contatti e informazioni

Società atletica Lugano

casella postale 4210, 6900 Lugano

info@sal-atletica.ch

www.sal-atletica.ch

La Società atletica Massagno (SAM) nasce nel 1950 dall'iniziativa di una ventina di giovani che fondano il Gruppo sportivo Massagno, poi divenuto Società atletica Massagno. Si comincia con le sezioni atletica e orientamento, poi è un susseguirsi d'iniziative, amicizie, notorietà, vittorie ed emozioni. La SAM contempla pure le sezioni basket, nandudo, unihockey, fitness, senza dimenticare la SAM benefica.

Soci attivi

166 iscritti (solo atletica e podismo).

Attività

Organizzazione gara Coppa Ticino di cross e StraMassagno, corsa valida per la Coppa Ticino podismo (per 10 anni Memorial Gianchy Crimella).

Campo estivo a San Moritz e campo primaverile a Rimini. Organizzazione eliminatorie e finali Ragazzo+veloce del Ticino. Organizzazione meeting e campionati di atletica leggera (FTAL).

Allenamenti

Palestra Scuole elementari Massagno, Muzzano, Besso e Gerso oppure Centro sportivo Valgersa; U8: mercoledì 14.15-15.15, U10: giovedì 17.00-18.30; U11: lunedì 17.00-18.30, U12: lunedì 18.30-20.00 e mercoledì 18.00-19.00; U14: lunedì e giovedì 18.30-20.00. U16: martedì e giovedì 18.15-20.00 + allenamenti specifici. U18, U20, attivi: lunedì, martedì e giovedì 18.15-20.00 + allenamenti specifici su invito.

Contatti e informazioni

Società atletica Massagno
casella postale 114, 6900 Massagno
091 968 15 72
info@sammassagno.ch
www.sammassagno.ch

SOCIETÀ ATLETICA VACALLO



La Società atletica Vacallo è stata fondata il 3 ottobre 1958 da 21 giovani con la passione per lo sport. Uno stralcio del primo statuto approvato dall'assemblea riporta che la SAV è affiliata all'Associazione sportiva ticinese e lo scopo della società è di permettere ai giovani di praticare competizioni sportive in un ambiente sano e morale. In questi 55 anni la SAV è diventata un punto di riferimento del paese e come polisportiva ha ben cinque sezioni diverse, con più di 350 atleti attivi dai 5 ai 50 anni.

Per poter sostenere i ragazzi si organizzano diverse manifestazioni sportive e non che sono dei punti di riferimento per tutti.

Soci

Nella sezione atletica 40 su un totale di 450 soci, di cui 30 nel calcio, 250 nel basket, 30 tra sci e rugby, 100 sostenitori.

Attività

Organizzazione Staffetta SAV Vacallo valida per il TAS.

Fino al 2014 organizzazione corsa in salita Vacallo-Monte Bisbino, valida per la Coppa Ticino di corsa in montagna.

Partecipazione alle gare cantonali ASTi e FTAL.

Allenamenti

Palestra scuole elementari a Vacallo e Centro sportivo a Vacallo: bambini 6-8 anni: venerdì 17.30-19.00; bambini 9-12 anni: martedì 17.30-19.15, giovedì 17.30-19.00.

Contatti e informazioni

Società atletica Vacallo
casella postale 46, 6833 Vacallo
www.savvacallo.ch

SOCIETÀ ATLETICA VIS NOVA



La Società atletica Vis Nova fu fondata nel 1956 ad Agarone e le attività coinvolsero i giovani di diversi comuni del Piano di Magadino.

Inizialmente la Vis Nova si dedicava al podismo ma presto si aggiunsero l'atletica e la corsa d'orientamento, che dal 1992 si staccò per fondare una nuova società.

Attualmente si ricomincia dalla base per ricostruire un settore atletico che in passato formò diversi atleti di livello.

Il fiore all'occhiello della Vis Nova è indubbiamente stata la Maratona Ticino, organizzata dal 1983 al 2013.

Soci attivi

Sono un centinaio di cui circa un terzo scolari o giovani.

Attività

Organizzazione della corsa in salita Sementina-San Defendente valida per la Coppa Ticino di montagna.

Organizzazione della Maratona Ticino dal 1983 al 2013.

Partecipazione alle gare del calendario atletico e podistico.

Allenamenti

Allenamenti settimanali per due gruppi di scolari (lunedì e mercoledì a Lavertezzo e Contone) e quattro di adulti (Gerra Piano, Gudo e Quartino). Tre allenamenti settimanali per il gruppo atletico: lunedì e mercoledì 18.30-20.00, sabato 10.15-11.45, a Contone.

Contatti e informazioni

Società atletica Vis Nova

6594 Contone

Pierluigi Paioni, 079 302 97 29

p.paioni@bluewin.ch

www.visnova.ch

SOCIETÀ CORSE D'ORIENTAMENTO MENDRISIO E DINTORNI



La SCOM, Società corse d'orientamento Mendrisio e dintorni, è stata fondata nel 1978 e raggruppa gli appassionati momò di corsa d'orientamento, promuovendo questo sport nel distretto. La società organizza corsi d'introduzione per gli interessati e allenamenti settimanali per i soci. Organizza ogni anno un paio di gare valide per la stagione ticinese e, in collaborazione con le altre società ticinesi, eventi nazionali e internazionali. La SCOM collabora pure all'insegnamento della corsa d'orientamento nelle scuole.

Soci attivi

Circa 80, di cui circa 50 regolarmente attivi e circa 30 ragazzi.

Attività

Organizzazione, annualmente, di alcune gare di CO inserite nel calendario ticinese e di corsi per le scuole o per i soci. Partecipazione alla stagione cantonale e nazionale, oltre ad alcune trasferte all'estero e al campeggio per i ragazzi.

Allenamenti

Martedì dalle 18.00 alle 20.00 (durante il periodo scolastico), all'esterno o nella palestra di Canavée a Mendrisio durante l'inverno.

Contatti e informazioni

Società corse d'orientamento Mendrisio e dintorni
casella postale 1805, 6850 Mendrisio
scom@scom-mendrisio.ch
www.scom-mendrisio.ch

Il settore atletica della SFG Biasca è suddiviso in tre gruppi: il primo, gruppo A, comprende tutti gli atleti e le atlete dalle categorie U16 alle categorie donne e uomini. Di questo gruppo fanno parte anche i podisti che al momento non hanno degli appuntamenti in comune, ma che si fanno ben notare nelle varie gare su strade, sentieri o campagne. Il gruppo B, dedicato ai giovani delle categorie U12 e U14, svolge i suoi due allenamenti parallelamente al gruppo A, mentre il gruppo C introduce i più piccoli, dai 6 ai 9 anni, all'atletica.

Soci attivi

Circa 60 soci attivi (solo settore atletica e podismo).

Attività

Partecipazione alle gare in calendario: in pista, su strade e sui sentieri del Ticino, così come oltre Gottardo.

Organizzazione di diversi appuntamenti agonistici su pista e, dal 2014, anche una prova sui 5'000 m valida per la Coppa Ticino di podismo dell'ASTi.

Allenamenti

Presso il centro sportivo al Vallone o la palestra delle scuole medie di Biasca: gruppo A tre allenamenti fissi a settimana; gruppo B due allenamenti, gruppo C un allenamento.

Contatti e informazioni

SFG Biasca atletica

via O.Rodoni, 6710 Biasca

c/o Martino Rossetti 13, 079 239 07 77

mrossetti@sunrise.ch

www.sfg-biasca.ch

SOCIETÀ FEDERALE DI GINNASTICA STABIO



La Società federale di ginnastica Stabio (SFG Stabio) è attiva dal 1984 e vanta al suo interno diverse discipline.

Gli allenamenti di atletica e di podismo si svolgono presso la palestra della scuola media di Stabio. Il Giro podistico organizzato ogni anno dalla società è ormai un appuntamento fisso del calendario ASTi di podismo.

Soci attivi

Una trentina per l'atletica e il podismo; in totale circa 450 soci attivi (bambini, giovani e adulti).

Attività

Ogni anno in primavera viene organizzata la corsa podistica Giro di Stabio, valida per la Coppa Ticino di podismo.

Allenamenti

Presso la palestra della scuola media di Stabio.

Per l'atletica in collaborazione con la VIGOR di Ligornetto, per ragazzi dai 5 ai 10 anni: allenamento il martedì dalle 16.30 alle 17.45.

Per il podismo allenamento di ginnastica e stretching il martedì sera dalle 18.15 alle 19.15 e il venerdì sera dalle 18.30 alle 19.30.

Contatti e informazioni

Società federale di ginnastica Stabio

casella postale 572, 6855 Stabio

Antonio Imbesi, 079 618 28 42, Silvia Corti, 079 712 18 77,

Ovidio Petraglio, 091 647 16 38 (monitori)

www.sfgstabio.ch

SOCIETÀ FEDERALE GINNASTICA BALERNA



Nata nel 1963, la Società federale ginnastica Balerna, è un'associazione affiliata all'ASTi, alla Federazione svizzera di ginnastica (FSG) e rispettivamente a quella cantonale (ACTG).

È attiva in tutti i campi della ginnastica, dai gruppi genitore-bambino (età 3 anni) fino agli anziani. Il settore atletica si occupa dei bambini dagli otto ai dodici anni, mentre i più grandi passano nella Società atletica Mendrisiotto, nata nel 2005 dalla collaborazione di diverse società della regione.

Numero soci attivi

Per l'atletica circa 20 ragazzi seguiti da due monitori. In totale circa 250 soci attivi di tutte le età.

Attività

Partecipazione alle gare organizzate dall'ACTG, FTAL e ASTI.

Allenamenti

Per l'atletica (bambini da 8 a 12 anni) l'allenamento è previsto il venerdì dalle 17.00 alle 18.00 presso la palestra in Viale municipio a Balerna.

Contatti e informazioni

Società federale ginnastica Balerna
casella postale 129, 6828 Balerna
info@ginnasticabalerna.ch
www.ginnasticabalerna.ch

SOCIETÀ FEDERALE GINNASTICA CHIASO



La SFG Chiasso è nata nel 1867 e da ormai 150 anni offre una vasta gamma di attività sportive, con l'obiettivo di promuovere una sana attività fisica e di favorire un sano impiego del tempo libero.

Si va dai gruppi più competitivi e specialistici (atletica e ginnastica artistica), ai gruppi per i più piccoli (ginnastica infantile e madre-bambino), passando per la ginnastica attrezzistica, senza dimenticare i gruppi delle donne, dei veterani, la squadra di pallavolo, un gruppo di tai chi e uno polisportivo per adulti. Il gruppo atletico partecipa attivamente ai meeting cantonali, nazionali e internazionali. Il gruppo giovanile, composto da una quarantina circa di atleti, partecipa alle staffette di paese del trofeo TAS.

Soci attivi

Settore atletico: 48 ragazzi U14, 22 giovani U16 e U18.

Attività

Organizzazione Penz...iamo (corsa podistica competitiva, camminata a passo libero e percorso per famiglie), Meeting di apertura, Serata cronometro e Kids cup team (calendario FTAL).

Allenamenti

Settore atletica, stadio comunale e la palestra CPC Chiasso:
U10: lunedì 18.00-19.30; U12-U14: lunedì, mercoledì 18.00-19.30; U16: lunedì, mercoledì, venerdì 18.00-19.30; gruppo competizione: da lunedì a venerdì 18.00-19.30, sabato 10.00-12.00.

Contatti e informazioni

Società federale ginnastica Chiasso
casella postale 1359, 6830 Chiasso
c/o Martha Stamm Croci
info@sfgchiasso.ch
www.sfgchiasso.ch

SOCIETÀ FEDERALE GINNASTICA DI MENDRISIO



Il libro *Società federale ginnastica di Mendrisio 1899-1999, Cento anni al servizio della comunità* di Renato Simoni, narra della nascita della SFG, della ricerca di un monitore, delle prime palestre, dell'evoluzione dell'atletica, già presente nel 1895.

Il gruppo atletico della SFG Mendrisio si riduce oggi alla sezione scolari (dalla quarta elementare alla seconda media), mentre i più grandi passano nella Società atletica Mendrisiotto, nata nel 2005 dalla collaborazione di diverse società della regione. La sezione scolari promuove quindi l'introduzione alle abilità atletiche e la conoscenza delle diverse discipline attraverso il gioco.

Soci attivi

Sezione atletica con circa 20 appassionati; in totale oltre 400 soci attivi.

Attività

Organizzazione Staffetta del Magnifico Borgo (Trofeo Tas) e Corsa in salita del Monte Generoso (Coppa Ticino montagna).

Allenamenti

Martedì e giovedì dalle ore 18.15 alle 20.00, presso lo stadio di Mendrisio (sezione atletica).

Contatti e informazioni

Società federale ginnastica di Mendrisio
6874 Castel San Pietro
Giorgio Cereghetti, 091 646 94 06
giorgiocereghetti@gmail.com
www.sfgmendrisio.ch

SOCIETA' FEDERALE GINNASTICA MORBIO INFERIORE



Nel 1973 Armando Ceppi, Claudio Ceppi, Dario Medici e Claudia Tettamanti, memori del loro trascorso sportivo nella SFG Chiasso, decisero di dar vita nel comune di Morbio Inferiore a una società di ginnastica. La SFG Morbio vanta varie sezioni, che cercano di offrire alla popolazione delle attività variegata all'insegna dello sport e del divertimento. Tra queste anche la sezione atletica, nata da una decina d'anni. A quarant'anni dalla fondazione, la SFG Morbio appare ben consolidata e affronta le sfide future con grande fiducia e ottimismo.

Soci attivi

Per l'atletica 4 adulti e 25 bambini su un totale di 180 soci: 60 adulti e 120 ragazzi.

Attività

Organizzazione, in collaborazione con altre società, della selezione regionale UBS Kids cup e di una giornata sportiva-popolare.

Allenamenti

Palestra scuole medie e Centro sportivo Morbio Inferiore:
da 6 a 12 anni, venerdì 18.00-19.30;
da 9 a 12 anni, lunedì 18.00-19.30.

Contatti e informazioni

Società federale ginnastica Morbio Inferiore
6834 Morbio Inferiore
Elena Medici, 079 261 45 15
enamedici@gmail.com
www.sfgmorbio.ch

SOCIETÀ GINNASTICA BRISSAGO



La SFG Brissago è stata fondata nel 1972 da un gruppo di amici ginnasti, capitanati dal socio fondatore e onorario Ivan Weber. Nel corso di questi 40 anni la società si è dedicata in particolare alla formazione ginnica di bambini e ragazzi, senza dimenticare gli adulti. La SFG Brissago partecipa alle gare cantonali organizzate dall'ACTG, FTAL e ASTi, oltre alle Feste federali di ginnastica. Purtroppo non esistono più gruppi dedicati all'atletica, ma i gruppi fitness e polisport sono rivolti ai giochi e alla condizione fisica, con alcune lezioni nell'ambito dell'atletica.

Soci attivi

Nessun gruppo d'atletica particolare, ma in totale 184 soci: a Brissago e nelle sottostazioni del Gambarogno e di Brissago.

Attività

Le nostre attività sono principalmente gruppi di genitore-bambino, infantile, fitness e attrezzistica. Per gli adulti fitness e giochi, polisport, aerobica e donne senior.

Allenamenti:

Gli allenamenti, sia per Brissago che per il Gambarogno e Contone, si svolgono nelle palestre comunali, tutti i giorni al termine delle lezioni scolastiche. Per gli adulti lezioni a partire dalle 20.30 o nel pomeriggio per donne senior.

Contatti e informazioni:

Società ginnastica Brissago

Piazza Municipio 4, 6614 Brissago

c/o Claudio Jelmoni, 079 337 35 18

elettro.jelmoni@bluewin.ch

Emy Jelmoni (presidente tecnico), 091 793 40 42

o 079 604 77 29.

SOCIETÀ GINNASTICA CONCORDIA GIUBIASCO



Fondata nel 1939 da Don Martino Imperatori, la Società ginnastica Concordia Giubiasco si affermò ben presto nel campo ginnico cantonale. Nel 1943 venne organizzata la prima Staffetta cantonale di corsa sotto il patrocinio della Federazione sportiva cattolica ticinese, poi diventata Associazione sportiva ticinese (ASTi), che viene ancora proposta annualmente. La società organizza anche corsi di ginnastica, fitness, pilates e unihockey.

Soci attivi

Si sta cercando di ricomporre un gruppo di jogging, mentre in totale si contano un centinaio di soci.

Attività

Organizzazione Staffetta cantonale valida per il TAS e, fino al 2013, Giro podistico. Partecipazione a tornei e campionati di unihockey (livello cantonale e nazionale).

Allenamenti

Gruppo di jogging il venerdì sera, alle 18.30 con ritrovo presso la palestra di Viale Stazione a Giubiasco.

Altri gruppi durante tutta la settimana: fitness da 15 anni, ginnastica mamma & bambino 3-6 anni, donne sprint da 18 anni (aerobica e step), unihockey (prima squadra attivi, 9-11 anni, femminile da 16 anni, piccoli 9-11 anni), pilates da 18 anni.

Contatti e informazioni

Società ginnastica Concordia Giubiasco

Mario Wagner, presidente, 076 383 22 23

Roberto Pronini, responsabile gare, 079 240 05 39

info@sgconcordia.ch

www.sgconcordia.ch

SOCIETÀ PODISTICA LOCARNESE



Fondata nel 1974, la Società podistica Locarnese (SPL) si è subito mostrata molto attiva nel settore del podismo e dell'atletica leggera. Grazie all'avvento del jogging dagli Stati Uniti, l'attività sociale ha trovato subito numerosi appassionati sia a livello popolare sia a livello agonistico. Parallelamente venne lanciata anche la sezione giovanile, inizialmente come scuola di base dell'atletica leggera e in seguito con un indirizzo più marcato verso la competizione. Sin dall'inizio, all'attività agonistica venne affiancata quella organizzativa.

Soci attivi

Circa 100 adulti.

Allenamenti

Il martedì sera dalle 18.00 alle 20.00. In estate presso la piscina del Centro sportivo di Tenero e d'inverno presso la palestra a Losone.

Attività

Organizzazione gare Stralosone e Orselina-Cimetta (valide per Coppa Ticino e, nel 2013, per il Campionato svizzero di corsa in montagna).

Preparazione atletica di gruppo in palestra (inverno) e su strada. Fornitura di materiale e documentazione per la partecipazione a gare.

Organizzazione di trasferte in comune e pratica del nuoto in estate. Consulenza per la preparazione personale.

Contatti e informazioni

Società podistica Locarnese
casella postale 655, 6616 Losone
Elio Decarli, 076 679 79 57
www.splocarnese.ch

SOCIETÀ SPORTIVA UNITAS MALCANTONE



Fondata nel 1953, la Società sportiva Unitas Malcantone comprendeva un gruppo di giovani che univano l'attività atletica a quella di compagnia filodrammatica. Con il passare del tempo, il gruppo divenne un sodalizio sportivo, partecipando a gare podistiche e atletiche, più tardi anche a corse d'orientamento. Nata a Caslano, l'Unitas ha conservato il carattere popolare, dove l'amicizia, l'entusiasmo e l'agonismo sono gli ingredienti principali del successo. Negli ultimi anni la società si è dedicata soprattutto alla promozione e alla pratica della corsa d'orientamento.

Soci attivi

Circa 30 adulti e 25 ragazzi.

Attività

Organizzazione Cronometro del Malcantone a Caslano (valida per la Coppa Ticino podismo), prova di corsa d'orientamento (TMO). Collaborazione per grandi manifestazioni e per il progetto sCOOL.

Partecipazione alle gare del TMO, di Coppa Ticino e a gare nazionali.

Allenamenti

Allenamento tecnico: martedì dalle ore 18.00 alle ore 19.30 (sul terreno o presso le scuole medie di Bedigliora).

Allenamento fisico: giovedì dalle ore 18.00 a Caslano.

Contatti e informazioni

Società sportiva Unitas Malcantone
via Chiesuola 6, 6987 Caslano
c/o Giuliana Bettelini, 079 262 65 32
unitas@ticino.com
www.unitas-malcantone.ch

SOCIETÀ SPORTIVA VALLE DI MUGGIO



La Società sportiva Valle di Muggio (SVAM) è stata costituita il 3 giugno 1977 su iniziativa di un gruppo di amici della Valle. A seguito della costruzione del centro scolastico di Lattecaldo, che ha dotato la Valle di Muggio di una palestra, si è colta l'opportunità per creare una società di ginnastica. Con il passare del tempo l'attività si è estesa ad altri settori: atletica, pallacanestro femminile, indiana, unihockey, break dance e nordic walking.

Soci attivi

Per l'atletica due monitori e circa una ventina di bambini; in totale 134 soci: 67 adulti, 55 ragazzi, 12 sostenitori.

Attività

Organizzazione staffetta valida per il TAS.

Partecipazione ad alcune gare cantonali (atletica).

Organizzazione campo allenamento estivo e accademia sociale (ginnastica).

Allenamenti

Palestra centro scolastico di Lattecaldo, Morbio Superiore: settore atletica: gruppo atletica, lunedì 18.00-19.30; atletica cuccioli, mercoledì 15.00-16.30; nordic walking: mercoledì 09.30-11.00.

Ginnastica: infantile, lunedì 16.15-17.30; donne, martedì 18.00-19.15; genitore-bambino, mercoledì 16.45-17.45; donne aerobic dance, giovedì 14.00-15.00; break dance, venerdì 18.00-19.30.

Contatti e informazioni

Società sportiva Valle di Muggio

6835 Morbio Superiore

Erica Ostinelli, 076 338 16 20

erica.ostinelli@gmail.com

Il comitato StraLugano è nato nel gennaio 2006 con l'intento di organizzare una gara podistica, denominata appunto StraLugano.

La prima edizione si è svolta il 16 e 17 settembre 2006 con una partecipazione di 865 podisti, suddivisi in 335 per la 30 chilometri e 530 per la 10 km. La manifestazione è poi cresciuta gradualmente e nel 2014 la partecipazione ha raggiunto i 4'511 iscritti, di cui 1'315 nella 30 km, 2'389 nella 10 km, 58 staffette, 554 ragazzi nella KidsRun e 79 handbike. Nel 2014 è stato anche inserito il Charity program a sostegno di associazioni benefiche cantonali, finanziato mediante le tasse d'iscrizione delle staffette.

Soci attivi

Il comitato è composto da 30 soci.

Attività

Organizzazione delle gare nell'ambito della StraLugano e in particolare una 30 km panoramica (Panoramic), una 10 km cittadina (City), una corsa per i bambini e ragazzi (KidsRun), una prova non competitiva e una gara di handbike.

Allenamenti per tutti da febbraio, presso lo stadio di Cornaredo a Lugano: lunedì dalle 18.30 alle 20.00. Da metà giugno, presso l'Arena sportiva di Tesserete, il mercoledì dalle 18.30 alle 20.00. Da inizio luglio al Monte Ceneri, il giovedì dalle 18.30 alle 20.00.

Contatti e informazioni

Comitato StraLugano
casella postale 557, 6814 Lamone
Vanni Merzari, 079 621 40 00
info@stralugano.ch
www.stralugano.ch

TEAMCOMACINA ATLETI.EU



Il Team Comacina Atleti.eu è stato fondato nel 2007 per dare una casa a giovani atleti ambiziosi. Gli atleti della società praticano il podismo, il triathlon e il duathlon.

Soci attivi

20 atleti tra i 20 e 40 anni, 10 specializzati nel podismo, 10 nel triathlon e duathlon.

Attività

Organizzazione allenamenti, campi di allenamento, trasferte alle gare e cene in compagnia.

Allenamenti

Allenamenti allo stadio Cornaredo, giorni e orari variabili.

Contatti e informazioni

Team Comacina Atleti.eu
postmaster@teamatleti.eu
www.teamatleti.eu

UNIONE SPORTIVA CAPRIASCHESE



Dopo la seconda guerra mondiale, a Tesserete, nasce la Società atletica Capriaschese che nel 1947 cambia nome in Unione sportiva Capriaschese sezione atletica (USC). Negli anni sessanta l'attività subisce una forte flessione, ma nel 1971 un gruppo di giovani rilancia la nuova USC con una sezione a Lamone-Cadempino.

Dopo il 1985 la società intensifica il suo lavoro e il numero dei soci è in continuo aumento. L'USC ottiene risultati importanti, come alcune medaglie ai Nazionali assoluti, la qualifica per la Coppa Europa a squadre nel cross (2008) o il bronzo nella 4x1'500 metri agli Svizzeri con record ticinese (2000).

Soci attivi

220 soci: 65 adulti, 34 giovani, 96 scolari, 25 sostenitori.

Attività

Organizzazione Staffetta Capriaschese (TAS), Tesserete-Gola di Lago e Cronoascesa al Bigorio (Coppa montagna), 2'000 e 5'000 metri ASTi (Coppa podismo), meeting e cross (FTAL), Campo allenamento estivo a San Moritz.

Partecipazione alle manifestazioni ASTi e FTAL, ai Campionati ticinesi e svizzeri, oltre che a diverse trasferte in Svizzera, in Europa e oltre Oceano.

Allenamenti

Tesserete, palestra scuole medie o Arena sportiva: 1a-2a elementare: giovedì 17.15-18.30, 3a-5a: martedì 17.15-18.45; medie e superiori: martedì e giovedì 18.15-20.15; podisti adulti: lunedì 18.00-20.00. Lamone-Cadempino: 2a-5a elementare: martedì 16.30-18.00.

Contatti e informazioni

Unione sportiva Capriaschese sezione atletica
casella postale 6, 6954 Bigorio
Sergio Stampanoni, 079 579 44 28
info@uscatletica.ch
www.uscatletica.ch

VIGOR LIGORNETTO



La società atletica VIGOR Ligornetto è nata nel 1955 e si è fatta conoscere sempre più, partecipando a competizioni di livello ticinese, nazionale e internazionale. Nel 2012 è diventata società olimpica, grazie alla partecipazione ai Giochi di Londra. Come la propria fama, anche il numero degli atleti è in forte crescita; l'assidua attività atletica ricca di successi è garantita da allenatori formati Swiss athletics e Gioventù e sport. La VIGOR è strutturata in varie sezioni, partendo dai miniatleti fino al settore competizione, indirizzato alla pratica agonistica in pista, su strada e della corsa in montagna.

Soci attivi

Oltre 100 soci attivi, fra atleti di ogni età, collaboratori e sostenitori.

Attività

Staffetta VIGOR (valida per il TAS).

Due campi d'allenamento, in primavera e in estate.

Gran premio Mendrisiotto e SaltIn Piazza.

I giovani si allenano con le stelle del Weltklasse, Sportissima.

Allenamenti

Miniatleti: venerdì 17.15-18.15; scolari: martedì e venerdì 18.00-20.00; U16-U18: martedì, mercoledì e venerdì 18.00-20.00; attivi e U20: programma d'allenamento giornaliero individuale.

Contatti e informazioni

VIGOR Ligornetto

via Ponte di Mezzo 25A, 6854 San Pietro

c/o Andrea Salvadè, 079 423 83 84

info@vigorligornetto.ch

www.vigorligornetto.ch

Le tre società qui elencate, pur essendo affiliate all'ASTi, non hanno fornito una documentazione.

GORT RODI TREMORGIO

La società organizza dal 2000 la corsa in salita Rodi-Lago Tremorgio, prova valida per la Coppa Ticino di corsa in montagna di 5,5 chilometri con 910 metri di dislivello.

Contatti

GORT Rodi Tremorgio
casella postale 32, 6772 Rodi Fiesso
www.rod-tremorgio.ch

GRUPPO RICREATIVO SANVITTORESE

Il Gruppo ricreativo sanvittorese, fondato nel 1988, ha organizzato dal 1989 al 2014 una corsa in salita: dapprima la Giova-Prepiantoo, poi San Vittore-Giova e San Vittore Bellen, quest'ultime pure valide per la Coppa Ticino di corsa in montagna.

Contatti

Gruppo ricreativo San Vittore
6535 Roveredo
www.grsv.ch

SOCIETÀ ATLETICA LUGANO CAMMINATE

La società organizza da anni camminate e marce popolari inserite nel calendario ASTi, così come il Giro podistico di Breno, gara podistica.

Contatti

Società atletica Lugano camminate
6937 Breno
c/o Brunello Genazzini