



COMUNE DI
PERGINE VALSUGANA



COMUNE DI
LEVICO TERME



COMUNE DI
CALCERANICA
AL LAGO



Comunità Alta Valsugana e Bersntol
"Toghamet schijet Hosa Valsugana" con Bersntol



Annuario 2016

GS VALSUGANA TRENTINO



IL DIRETTIVO

Presidente

Mauro Andreatta

Consiglieri

Mattia Gasperini

Amando Orsingher

Walter Groff

Francesco Cardamone

Marica Martinelli

Massimo Lussana

Elisa Zanei

Segreteria

Erika Orsingher

Responsabile sito

www.gsvalsugana.it

internet

(Marica Martinelli)

Medico Sociale

Dott. Massimo Lussana

Pagine facebook

Gs Valsugana Trentino

(Giulia Bernardelli)

Gs Valsugana - Master e non solo. . .

Tecnici

collaboratori

Renzo Chemello

Emanuele Serafin

Giavedoni Cornelio

Leda Grassilli

Alessandro Briana

Nicola Severini

Alessandro Albrizzi

Claudia Coslovich

TESTI ED INTERVENTI DI:

Mattia Gasperini - Mauro Andreatta - Anna Moratelli - Bruno Nicolussi Mozze - Pada Fedrizzi - Forella Viesi

LE IMMAGINI SONO DI:

Giuseppe Fachiri - Marica Martinelli - Maddalena Carminati - Bruno Nicolussi Mozze - Anna Moratelli - Giancarlo Colombo (www.fidal.it)

ARTICOLI TRATTI DA:

L'Adige - il Trentino - la Finestra - il Cinque - la Voce del Trentino - www.fidal.trentino.it - www.fidal.it

Ci scusiamo fin d'ora per le inevitabili imprecisioni e dimenticanze. Ringraziamo quanti hanno collaborato con la propria generosa disponibilità. Buona lettura.

IL SETTORE TECNICO

Direttore Tecnico

Mattia Gasperini

Settore assoluto

salto

Alberto Faifer

velocità ostacoli

Walter Groff

lanci

Yuriy Krykiya

Settore giovanile

Francesco Cardamone

Pergine

Maddalena Carminati

Luca Pedron

Borgo

Antonio Casagrande

Massimo Dissegna

Loredana Todero

Toni Farronato

Settore Amatori

Anna Moratelli

Paola Fedrizzi

IL NOSTRO TEAM

- 6° CROSS DELLA VALSUGANA - LEVICO, 6 NOVEMBRE
 - GARA INTERNAZIONALE DI CORSA CAMPESTRE
 - PROVA DI QUALIFICAZIONE PER I CAMPIONATI EUROPEI DI CROSS
- 2° DAL LAGO AL CROZ - **CALCERANICA AL LAGO, 28 AGOSTO**
 - **GARA NON COMPETITIVA SU STRADA**
- 27° TROFEO PANAROTTA - PANAROTTA, 7 AGOSTO
 - GARA NAZIONALE DI CORSA IN MONTAGNA
 - 6A PROVA DEL CIRCUITO GRAN PREMIO MONTAGNE TARENTINE
- 29° MEETING NAZIONALE GIOVANILE DELLA VALSUGANA
 - **BORGO VALSUGANA, 18 GIUGNO**
 - MANIFESTAZIONE NAZIONALE SU PISTA RISERVATA ALLA CAT. ALLIEVI
 - 5A PROVA GRAND PRIX GIOVANILE SU PISTA PER RAGAZZI E CADETTI
- 3° GARDA LAKE - VALCANOVER, 10 GIUGNO
 - GARA NON COMPETITIVA SU STRADA
- 3° VIGOLANA TRAIL - **ALTOPIANI VIGOLANA E MARZOLA, 4 GIUGNO**
 - **TRAIL**
- MEETING GIOVANILI INDOOR - PERGINE VALSUGANA gennaio-febbraio 4
 - MANIFESTAZIONI INDOOR DEDICATE AL SETTORE GIOVANILE

Il G.S. Valsugana Trentino è una bella società che sta, con onore e orgoglio anche di tutto lo sport trentino, ai vertici dell'Atletica italiana.

Oltre che nella bravura organizzativa è anche nel settore della preparazione agonistica di molti giovani che la Società riesce ad esprimere le sue grandi qualità. Con il suo impegno diretto e con una serie di accordi operativi sta affermando una ottima formula di organizzazione agonistica e si è già fatta ben conoscere anche fuori dai confini della nostra provincia. Il nostro augurio è anche che riesca a riproporre il Meeting Internazionale Città di Pergine che è stato per molti anni un forte messaggio promozionale per la Valsugana e per Pergine, e uno spettacolo per gli appassionati.

Ai dirigenti, tecnici ed atleti del gruppo presieduto da Mauro Andreatta il grazie da parte del movimento sportivo e l'augurio che possano continuare a trovare il sostegno pubblico e privato che supporti adeguatamente gli sforzi di tante persone.

Uno sportivissimo augurio di buona stagione.

Giorgio Torgler presidente CONI Trentino



Con vivo piacere esprimo saluto e gratitudine al G.S. Valsugana Trentino, per un'annata ricca di importanti risultati e soddisfazioni. In particolare ringrazio dirigenti, tecnici, volontari, atleti e sponsor per tutta l'attività svolta, manifestazioni organizzate e partecipazione ad eventi di ogni livello, culminati con l'ottimo risultato della finale Oro dei CDS. Auguro a tutti voi un'ottimo 2017 ricco di soddisfazioni

Fulvio Viesi – Presidente FIDAL Trentino

E' con vivo piacere che saluto la nuova edizione dell'annuario del GS Valsugana Trentino, una pubblicazione ricca di eventi, notizie e storie che parlano di una Società capace di stimolare continuamente il movimento dell'atletica ed di trasmettere i valori più sani dello sport

Come testimoniato dai risultati e dai numeri importanti riportati in queste pagine, prosegue con successo l'attività agonistica e si susseguono i progetti e le iniziative targate GS Valsugana. I risultati sportivi sono il frutto della fatica e del sudore degli atleti e della preparazione e costanza dei tecnici che li seguono, quelli organizzativi sono il merito di un gruppo dirigente che ha fatto del GS Valsugana una società consolidata, vero punto di riferimento per chi si avvicina al mondo dell'atletica. Una società che sa eccellere nel mondo dell'atletica leggera e del cross, ed allo stesso tempo sa rinnovarsi ed abbracciare da protagonista nuove discipline che stanno appassionando un numero sempre crescente di atleti, a cominciare dalla corsa in montagna con l'organizzazione di manifestazioni affascinanti e riuscitissime come il Vigolana Triled il trofeo Panarotta.

Desidero infine ringraziare il GS Valsugana, a nome mio e di tutta l'amministrazione comunale di Calceranica, per l'impegno che profonde sul nostro territorio, con la gestione puntuale della palestra comunale e l'organizzazione precisa ed impeccabile di eventi che toccano direttamente la nostra comunità quali la Lake Runner, la corsa dal Lago al Croz, e da quest'anno la proposta di un Vertical running a Calceranica. Complimentandomi per la questa capacità di saper coniugare meeting agonistici nazionali e presenza di volontariato sul territorio, vi auguro che il nuovo anno possa rivelarsi più intenso e ricco di soddisfazioni di quello raccontato in queste pagine.

Luca Faes - Assessore allo Sport Comune di Calceranica al Lago





E' passato un altro anno, soddisfazioni ,delusioni, problemi . Siamo ancora cresciuti e questo è la cosa che conta. Tante volte mi soffermo a cercare quali siano le nostre motivazioni nel fare atletica e quali le motivazioni dei ragazzi nel praticarla. Anche in questo anno passato più volte mi sono fatto questa domanda. Sì, come per allenarsi occorre ripetere lo stesso gesto più volte per raggiungere risultati migliori, anche per guidare una società sportiva (ma non solo) bisogna pensare che strada prendere, che scelte e proposte fare: e per far questo ci vuole il coraggio di fermarsi. Fermarsi a pensare può dare la sensazione che quello che si è fatto finora non è andato bene, almeno non del tutto. Quindi per fermarsi a riflettere serve una discreta dose di umiltà: non è sempre facile. Poi, quando ti fermi e ti apri, dici perché fai le cose, ci rifletti sopra, ti confronti , poi... ti senti meglio. Questo perché hai condiviso prima il disagio di non sapere come muoverti e poi hai progettato le possibili soluzioni. Il primo pensiero e la prima necessità che ho avvertito: la necessità di ricompattare la società nel suo insieme.

Ho percepito una sorta di slegamento tra dirigenti, allenatori e atleti. Si sta rischiando di delegare solo gli allenatori a “fare”, senza “vivere” insieme a loro l'esperienza. Se lasciamo che le cose vadano come stanno andando rischiamo di non essere più protagonisti di quello che vogliamo fare ma di lasciarci trascinare da eventi, mode, consuetudini; senza porci domande, senza un progetto chiaro! Qual è questo progetto chiaro? C'è nel nostro statuto: “Scopo dell'Associazione è la formazione fisica e morale dei giovani attraverso gli allenamenti, la preparazione e la partecipazione a gare sportive di atletica leggera. Anche l'organizzazione o la partecipazione ad attività extrasportive sarà finalizzata al raggiungimento dello scopo sociale”. Per raggiungere lo scopo sociale non possiamo prescindere dai Soggetti in gioco: i ragazzi, la famiglia, gli allenatori e i dirigenti. I ragazzi e le ragazze: proporre attività che permettano loro di vivere momenti che favoriscano l'unione del gruppo e che valorizzino ognuno di loro. Proporre degli stage per rinforzare il senso di appartenenza al gruppo. La famiglia: se proponiamo una attività sportiva che verte sulla crescita globale del ragazzo non possiamo prescindere dalla famiglia; quindi la proposta va condivisa con questa. La prima idea che mi viene , ma sulla quale vorrei confrontarmi, è quella di parlare a tutte le famiglie dei nostri ragazzi programmando incontri per ogni categoria. Per conoscersi reciprocamente, per presentare obiettivi e progetti. Per entrare in sintonia, ascoltare e condividere problematiche. Gli allenatori e i dirigenti: avere chiaro che l'attenzione all'atleta, partendo dall'ultimo, è un fondamento imprescindibile. Si concretizza facendo sì che tutti si sentano considerati per i talenti che hanno, pochi o tanti che siano. Che durante le gare e gli allenamenti respirino aria di divertimento, rispetto, solidarietà e condivisione. Che si sentano importanti per quello che fanno. Certo, partecipando si vive meglio la società sportiva, ma è grande la necessità di rapportarci l'un l'altro con modalità opportune: fondamentale la comprensione. Per comprendere occorre ascoltare l'altro e si comprende bene se riusciamo a cogliere il punto di vista dell'altro. Se riusciremo a farlo sarà più facile comunicare tra di noi e raggiungeremo senz'altro obiettivi ancora più grandi. Proviamoci, sarà anche più bello. **Mauro Andreatta - Presidente GS Valsugana Trentino**

Anche quest'anno ci siamo divertiti!

Ci siamo confermati a livello regionale con piazzamenti in tutte le categorie giovanili ed assolute dei Campionati di società . Tre le ciliegie sulla torta: la vittoria tra i cadetti a livello regionale, il 2° posto con gli allievi a livello regionale e il bellissimo 4° posto nella fase interregionale, la vittoria del Titolo regionale con la squadra assoluta femminile e la conquista della salvezza nella massima serie nazionale.

Bene anche sul fronte delle individualità, con 5 maglie azzurre e molti podi ai Campionati Italiani.

Sul piano organizzativo sono 10 le manifestazioni organizzate sul territorio.... ed abbiamo viaggiato molto: circa 120 sono le trasferte gara, dai paesi della nostra valle fino ad Atene e a Bydgoszcz in Polonia per i Mondiali Juniores. Abbiamo formato 1 giudice cronometrista e 2 nuovi tecnici sociali.

I 250 tesserati, le tante attività ed iniziative, la presenza sui social e sui mezzi di comunicazione regionali e nazionali, la gestione dell'impianto di Pergine Valsugana e della Palestra di Calceranica, stanno a testimoniare come il GS Valsugana sia sul territorio e investa molto sul territorio, sia sportivamente che socialmente. Il presente annuario riassume un'annata positiva per il GS Valsugana, ma dietro ai numeri e alle statistiche ci sono tempo e passione, vittorie e delusioni, idee, progetti, professionalità e investimenti, legami e amicizie. Buona lettura e complimenti a tutti!

Mattia Gasperini – Direttore Tecnico



ATLETI TESSERATI

CATEGORIE	MASCHILE	FEMMINILE	TOTALE
Esordienti	22	6	28
Ragazzi	10	11	21
Cadetti	19	19	38
Allievi	13	10	23
Juniores	4	9	13
Promesse	3	5	8
Seniores	8	22	30
Amatori - master	47	21	68
TOTALI	126	103	TOTALE ATLETI
			229
			('13 = 302 - '14 =296 - '15 = 271)

			TOT. = 87
			('13 = 137 - '14 = 128 - '15 = 110)

			TOT. = 74
			('13 = 87 - '14 = 94 - '15 = 93)

			TOT. = 68
			('13 = 78 - '14 = 74 - '15 = 68)

I NOSTRI ALLENATORI SOCIALI



NAPOLI LEVICO TERME COMEGIANO
 PADOVA VERONA MILANO AGORDO
 ABAO TERME SCHIO
 GUBBIO NOGARENO GORIZIA
 SAMPANO FORNA LORO LUGA
 VILLALAGARINA CASSINO
 CUSSELLO BALSAMO
 LEARO MOENA URBANIA
 LANA PERGINE VALSUGANA
 ANCONA BARI
 VENEZIA
 MEZZOLOMBARD
 ALTOPANO VIGOLANA
 CLES S. VITTORE DONA
 ROVERETO LA GO
 CALDERANICA AL
 TERMI LIVORNO
 LUSI AEC BOI
 BRESCIANONE BORG
 VALSUGANA
 BONTATE
 MEMBRO CAPRINO V
 ATENE
 CHIARI
 CAORLE

SIAMO STATI A ..

7

Premessa Il GSD VALSUGANA TRENTINO, società regolarmente affiliata alla FIDAL - codice TN104, adotta la presente Carta Etica (estrapolata dalla *Carta Etica* e messa dalla FIDAL stessa). Il documento si propone di portare alla luce e garantire tutte le forme in cui si estrinsecano i principi e gli obblighi morali insiti nella pratica dell'Atletica, al fine di incentivare lo Sport inteso come valore universale, accessibile e alla portata di tutti. Sottoscritta da: ATLETI, ALLENATORI, DIRIGENTI, FAMIGLIE e da tutti i tesserati e collaboratori del GSD Valsugana Trentino i quali si impegnano alla sua osservazione, senza distinzioni di sesso, razza, lingua, religione, opinioni politiche, condizioni personali e sociali.

Principi Generali La Carta Etica si fonda sui seguenti principi che attengono non soltanto all'esperienza sportiva, ma contribuiscono in maniera decisiva anche alla formazione della persona all'interno della vita sociale:
il RISPETTO di sé stessi: ognuno deve avere riguardo dei limiti imposti dal proprio fisico e dai propri ideali, praticando l'attività al meglio delle capacità personali. Inoltre, il RISPETTO degli altri è fondamentale per mantenere una sana convivenza sociale con tutti coloro che interagiscono all'interno del mondo atletico.

Ogni individuo è tenuto al rispetto del principio di LEALTÀ durante la pratica sportiva, attribuendo il giusto valore alla competizione. E' importante osservare tutte le regole che disciplinano l'Atletica, sia a livello nazionale che internazionale. E' complementare a tale principio l'ONESTÀ, in forza della quale ognuno è tenuto a riconoscere la superiorità del rivale ovvero a non infierire in caso di sua manifesta inferiorità. Questi due valori insieme contribuiscono alla formazione di una SANA COMPETITIVITÀ, quale fine fondamentale a cui tendono i principi della presente Carta Etica.
Nel relazionarsi con gli altri ogni individuo deve essere mosso da un sentimento di FIDUCIA RECIPROCA verso il prossimo per favorire il rispetto delle opinioni altrui con la consapevolezza che lo stesso trattamento verrà riservato per le proprie.
La Carta Etica si fonda anche sul principio di INTEGRAZIONE. Sono infatti favorite tutte le esperienze volte alla realizzazione di una stretta connessione tra bambini, privilegiando la dimensione ludica e creativa dell'Atletica; per attuare questa vera integrazione si vuole incoraggiare l'aggregazione di ragazzi stranieri ed il coinvolgimento dei disabili.

L'Atletica vuole assumere la dimensione di sport "SOSTENIBILE" al fine di scongiurare che lo sviluppo fisico ed emotivo sfoci in esasperazioni o aberrazioni, ma tenda sempre a mantenersi equilibrato e rispettoso delle proprie ed altrui aspettative.

ATLETI L'atleta si impegna a:

vivere l'Atletica e lo sport in generale come momento di crescita personale e di aggregazione, basato sul confronto con sé stesso e con gli altri, e valorizzato da relazioni di solidarietà e amicizia;

rispettare l'ordinamento sportivo del CONI e della FIDAL, nell'osservanza dei supremi principi dello sport;

rispettare il ruolo dell'allenatore e agire sempre nel rispetto delle consegne da lui affidate, alla luce del principio di collaborazione;

accettare serenamente il responso del campo, anche quando sfavorevole;

sviluppare l'autocritica: quando i risultati deludono le proprie aspettative è utile mettere in discussione se stessi prima di tutto, senza cercare attenuanti o addossare la responsabilità ad altri fattori;

a dare continuità al proprio impegno, il quale, unito a pazienza e costanza, contribuisce alla crescita delle competenze tecniche e al conseguente raggiungimento di risultati sempre migliori;

incoraggiare i propri compagni di squadra o di allenamento per instaurare un circolo virtuoso che porta al miglioramento personale e di conseguenza al miglioramento del gruppo.

ALLENATORI L'allenatore si impegna a:

curare con attenzione la preparazione fisica degli atleti che ricadono sotto la sua responsabilità per migliorarne le qualità e le conoscenze tecniche;

offrire un'educazione globale agli atleti che gestisce, da un punto di vista morale e spirituale oltre che culturale e civico;

valorizzare le capacità di ogni singolo atleta, mettendolo nelle condizioni di esprimere al massimo delle sue potenzialità al momento della gara. Inoltre è fondamentale rispettare i tempi di crescita e di maturazione degli atleti più giovani, cercando di evitare un blocco dell'evoluzione;

lavorare per migliorare le carenze tecniche e personali di un atleta. E al tempo stesso riconoscere il valore dei successi ottenuti, sottolineando i progressi quotidiani di acquisizione delle capacità personali ottenute durante le sedute di allenamento;

fornire un'adeguata educazione alla salute, promuovendo una sana e corretta alimentazione e favorendo l'adozione di comportamenti virtuosi;

aggiornare periodicamente le proprie competenze tecniche ed educative per fornire agli atleti il miglior supporto possibile;

incrementare i momenti di socializzazione tra gli atleti, in collaborazione con i dirigenti, al fine di offrire un'occasione di crescita personale e culturale; essere a disposizione dei genitori per fornire informazioni di carattere tecnico riguardo all'attività dell'atleta.

DIRIGENTI Il dirigente si impegna a:

fornire il necessario supporto agli atleti e agli allenatori che ricadono sotto la loro responsabilità e gestione ed a offrire

adeguata assistenza alle famiglie;

scegliere i propri collaboratori e gli allenatori sulla base di adeguate competenze e di una sufficiente formazione;

promuovere e coinvolgere nella vita sportiva tutti gli interessati, atleti, allenatori e famiglie; in particolare, è opportuno che siano a disposizione dei genitori degli atleti per tutte le informazioni necessarie di carattere non tecnico; organizzare periodicamente o incentivare la partecipazione a corsi di aggiornamento o di formazione per i vari soggetti che operano nel mondo atletico; rispettare formalmente e sostanzialmente le prescrizioni che garantiscono il regolare svolgimento delle competizioni, garantendo in materia assistenza agli atleti e agli allenatori; valutare, al termine dell'anno agonistico, le prestazioni di atleti e allenatori al fine di monitorare l'evoluzione delle carriere.

FAMIGLIE La famiglia si impegna a:

considerare l'Aletica e lo sport in generale uno dei momenti per la formazione personale dei propri ragazzi, con particolare riguardo allo sviluppo dei bambini; non estremizzare il valore sportivo dei propri figli: è nocivo alimentare aspettative incongrue o esageratamente sproporzionate rispetto all'impegno profuso, così come non è d'aiuto sminuire o ignorare il raggiungimento di determinati risultati;

rispettare il ruolo dei dirigenti, accettando con serenità le loro decisioni e cercando, nei limiti, di coadiuvare il loro lavoro;

rispettare il ruolo degli allenatori, evitando intromissioni e proprie su questioni tecniche. I genitori possono, altresì, cercare di dipanare casi di incomprensioni tra allenatori e figli, cercando di favorire la soluzione;

incoraggiare e sdisuivamente il proprio figlio e la sua squadra di appartenenza; sono da condannare tutte le espressioni di qualsiasi forma volte a screditare e denigrare elementi delle squadre avversarie.

LOTTA AL DOPING

Tutti i soggetti a cui si rivolge la presente Carta Etica – atleti, allenatori, dirigenti, familiari – si impegnano fermamente a rifiutare il doping in tutte le sue forme;

è obbligatorio rispettare le norme anti-doping promosse dalla WADA e dal CONI, al fine di garantire un regolare e sano sviluppo delle competizioni;

la lotta al doping contribuisce a salvaguardare uno dei diritti inviolabili fondamentali della persona, sancito anche nella nostra Costituzione: il diritto alla salute. Tutti hanno l'onere di provvedere alla diffusione del messaggio di coerenza con i principi e i valori di una vita sana;

tutti coloro che si trovino nella condizione di essere testimoni di un caso di doping sono tenuti a presentare espressa dichiarazione agli organi competenti della FIDAL al fine di prevenire o reprimere determinati comportamenti nocivi al movimento atletico italiano e al GSD Valsugana Trentino

PROVVEDIMENTI

per chiunque incorra in sospensioni per doping, il GSD Valsugana Trentino provvederà alla sospensione immediata dell'interessato del tesseraamento e l'inibizione di accesso alle strutture sportive in uso alla società per i allenamenti con nostri atleti e/o tecnici

il GSD Valsugana Trentino si riserva inoltre, qualora la positività venisse confermata da successiva squalifica dagli organi preposti, di cautelare la sua immagine presso le opportune sedi per il danno d'immagine procurato.

Noi, atleti e allenatori, dirigenti e familiari assumiamo con totale consapevolezza e piena responsabilità i principi nascenti da questa Carta Etica, impegnandoci a rispettarli ed a tutelarli.

Pergine Valsugana, 27.11.2014

IL PRESIDENTE

IL DIRETTIVO DELLA SOCIETÀ'



Annuario 2016
GS VALSUGANA TRENINO

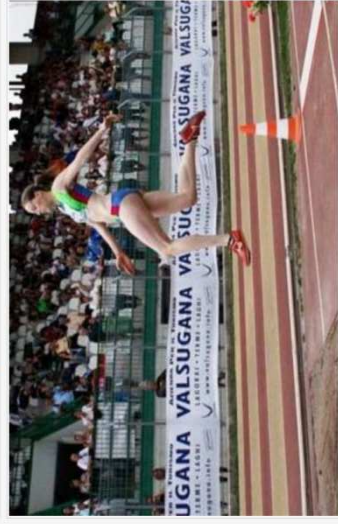






Atleti e dirigenti del Gs Valsugana Trentino festeggia il settimo posto a Cinisello Balsamo (foto Giuseppe Facchini)

Valsugana: l'epoca d'oro dell'atletica trentina
Alfonso Norelli | novembre 28, 2016



Società presente in tutte le categorie. Nasceva così il Gs Valsugana Pagine

L'Unione ha rappresentato una grande novità per la Valsugana. Le manifestazioni organizzate, i risultati sportivi ottenuti sono la testimonianza e la conferma del valore della società.

E' lunga 40 anni la storia che ha portato il **GS Valsugana** ad essere tra le più importanti realtà sportive del Trentino e tra le migliori società di atletica italiana.

L'Unione dell'atletica in ambito federale risale al 1975 col nome **Atletica Pagine** e al 1976 come **Atletica Valsugana**. **Tesino** che curavano soprattutto il settore giovanile non avendo in forza ed i numeri per allestire un settore assoluto di buon livello.

I migliori prospetti pertanto erano costretti a **lanciare presso altre società** per continuare nella loro attività agonistica.

Nel 1984, con il preciso scopo di dare continuità ad un lavoro che vedeva operare le due società abbinando in totale collaborazione, si è realizzata una **prima operazione di fusione** dalla quale nasceva **Atletica Lagorni**.

I risultati, la perfetta simonia e l'unità di vedute sia a livello tecnico che disciplinare, nel novembre 2000 hanno portato all'**unificazione** in un'unica



2015: unificazione sotto A.O.

Il Gs Valsugana in "rosa" è settimo tra le società

Per le valsuganote nessuna vittoria ma una serie di cinque ottimi piazzamenti che consente al sodalizio la permanenza nel gotha dell'atletica leggera italiani



Dalla Montà*, 3° nel 3000 siepi

no, per la vicentina **Ilaria Casarotto**. Doppio impegno per **Dalla Montà** che, dopo il buon terzo posto sulle "sue" siepi, ieri ha coperto gli 800 giungendo decima alle spalle della compagna di squadra **Gala Tarsi**, anche lei impegnata su due fronti a livello individuale. **Tarsi** e **Monica Lazzara** sono state le uni-

Continua il momento magico del Gs. Valsugana

Atletica: GS Valsugana raggiunge il 4° posto nella finale nazionale nord est - U18

Redazione Trento | ottobre 4, 2016



Goff e Alberto Falier, hanno portato la squadra U18 a risalire la classifica fino ad un impensabile (alta vigilia) 4° posto finale

«Un risultato che premia l'impegno quotidiano dei ragazzi ed allenatori - dichiara **Mattia Gasperini direttore del centro sportivo** A.V. - ma soprattutto che premia il lavoro che la società ha fatto e sta facendo sul settore giovanile».

la VOCE del TRENTINO.it
quotidiano on line INDIPENDENTE

Grandissima prestazione di squadra dei ragazzi del **GS Valsugana** che al termine della due giorni di gara di **Bovolone** (VR) si piazzano al 4° posto nella classifica generale.

Un **weekend** **successivo al 7° posto delle ragazze** nella massima serie nazionale a squadre, è toccato ai **ragazzi categoria U18** portare in alto i colori della società valsuganotta nella finale nazionale nord-est.

La vittoria di **Trentino** **Mattini** nel 2000 metri, il secondo posto di **Luca** **Nadon** (suo) **spio** e **110m**, **Marco** **Paggio** (400m), **Daniela** **Amadio** (suo) **in** **400**, **Ita** **Campanelli** (400m) e alla staffetta 4x400, **formata** da **Zorile** **Campanelli**, **Orangini**, **Stella** **Stella**.

Annuario 2016
GS VALSUGANA TRENTINO

GRANDE FESTA DELL'ATLETICA



Tradizionale festa dell'atletica per il GS Valsugana con la presentazione dell'annuario e la consegna delle targhe e riconoscimenti per la stagione 2015 che è risultata ricchissima di soddisfazioni per il sodalizio che conta su quasi 300 atleti tesserati. Tra tanti splendidi risultati spicca quello della squadra assoluta femminile che ha stravinco la Finale Argento a Matera ottenendo la promozione nella Finale Oro con le migliori e quotate società nazionali e anche quello degli allievi maschili che ha disputato la Finale nazionale ottenendo il settimo posto. Presenti il Presidente Mauro Andreatta, il Direttore Tecnico Mattia Gasperini, il Presidente del Coni trentino Giorgio Torgler, il Sindaco di Pergine Roberto Oss Emer, il Sindaco di Calceranica Cristian Uez e l'assessore allo sport Luca

Faes. Nel 2015 il GS Valsugana ha partecipato a 134 gare e ha organizzato direttamente importanti gare e manifestazioni di alto livello.

La perghinese Elisa Zanet è stata premiata atleta dell'anno 2015. Dal 2004 ad oggi è salita ben nove volte sul podio dei campionati italiani nel salto in lungo e anche nel 2015 dopo un'operazione al ginocchio ha conquistato la medaglia di bronzo ai campionati italiani di Torino. Atleti dell'anno nella categoria assoluta maschile è stato proclamato Alessandro Avi per gli importanti risultati nelle gare di velocità e Paola Padovan che nel 2015 è ritornata alla grande nel lancio del giavellotto con due titoli nazionali e la maglia azzurra.

Questi gli altri titoli di atleti dell'anno nelle rispettive categorie: Simone Filippo (categoria allievi maschile, velo-

cita), Elisa Ferrari (categoria allieve, 100 ostacoli e prove multiple), Werner Orsinger (categoria cadetti, mezzofondo), Alessia Disegna (categoria cadette, salto in lungo), Davide Zeni (categoria ragazzi, velocità), Anna Fichera (categoria ragazze, salti e velocità), Anna Moratelli (atleta master), Walter Grof e Alberto Falier (allenatori dell'anno). Riconoscimenti alle maglie azzurre Abigail Gyedu (100 ostacoli), Luisa Sinigaglia (giavellotto), Yohely Jimenez (lancio del peso), oltre a Paola Padovan. La festa è stata l'occasione per il benvenuto alle nuove arrivate Chiara Pedrini, Gaia Tarsi, Ilaria Martini, Sintayeho Vissa che già hanno ottenuto alcuni importanti risultati nelle prime gare della nuova stagione, una stagione è già iniziata alla grande. (G.F.)



67

Da "Se vuoi puoi" fino alla mezza maratona

L'iniziativa di avvicinamento allo sport del gs Valsugana ha portato alcuni amatori alla gara d



Alcuni atleti di "Se vuoi puoi"

PERGINE

Il progetto era partito la scorsa primavera e sembrava piuttosto ambizioso: avvicinare alla corsa o all'agionismo amatoriale persone che volevano iniziare a fare un po' di sport o migliorare se stesse. Un successo assolutamente non scontato per il GS Valsugana: sono state una ventina le persone coinvolte nel pro-

getto "Se vuoi puoi", impegnate a ritrovarsi una/due volte alla settimana sotto l'egida di alcuni atleti volontari del sodalizio, che si sono messi a disposizione per impostare un po' di preparazione e un piano di allenamento. Su tutti Paola Fedrizzi e Anna Moratelli.

L'iniziativa ha colto nel segno, perché domenica scorsa alcune atlete uscite da questa luci-

na, hanno portato a termine la loro prima mezza maratona, approfittando della vicina Trento Half Marathon. Si tratta di Heike Pollo, Mariangela Filz, Patrizia Marchi, Fiorella Viesi, Alessandra Giovannini, che sono riuscite a percorrere i 21,2 chilometri della gara grazie alla forza di volontà e alla preparazione maturate in questi mesi. Inutile sottolineare la soddisfazione e i sorrisi.

si a 32 dietro al traguardo. Fra l'altro il GS Valsugana è stato premiato alla competizione cittadina tra i gruppi più numerosi, con oltre 30 partecipanti alla gara. Un riconoscimento per l'attività portata avanti dalla società e dal gruppo atleti per i mesi scorsi.

Da «L'ADIGE»

Annuario 2016
GS VALSUGANA TRENTO

6° CROSS DELLA VALSUGANA

LEVICO TERME, 6 novembre 2016






2016
 CARTA NAZIONALE
 CROSS DELLA
 VALSUGANA
 PER I CAMPIONATI
 EUROPEI DI CROSS

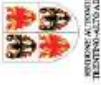
6° CROSS DELLA VALSUGANA

PROVA DI SELEZIONE PER I CAMPIONATI EUROPEI DI CROSS



**Domenica
6 novembre 2016**
 inizio gara ore 9:15

LEVICO TERME (TN)
 Zona impianti sportivi comunali







PROVINCIA AUTONOMA
 DI TRENTO

CONSORZIO DEI COMUNI
 DELLA PROVINCIA DI TRENTO
 B.I.M. Brenta

CON IL PATROCINIO DELLA
 REGIONE AUTONOMA DELLA
 VALSUGANA E
 BERSNTOL

la VOCE del TRENTO.it

quotidiano on line INDIPENDENTE

Cross di Levico «sold-out» sotto la pioggia. Trionfano l'olimpionico
 Bamoussa e Oggioni

Alfonso Norelli | novembre 7, 2016



Il weekend di peggio non ha fermato, anzi ha
 probabilmente reso più spettacolare, la gara
 di **cross di Levico**, organizzata dalla
 società di atletica leggera **GS VALSUGANA**
 nel **parco Segantini** domenica mattina 6
 novembre.

Molta meno la partecipazione, perché già con le
 tantissime altre di tutte le età. Dagli allievi più
 giovani agli amatori più vecchi (75 anni il record)
 nessuno si è risparmiato sul terreno pesante,
 percorso tra stadi ed erica, tutti hanno dato tutto
 per arrivare alla meta. Il risultato è stato
 giustissimo, serene le immagini, ma con la
 pioggia, la gara è stata molto più dura e il
 impegno per raggiungere la meta.

La manifestazione è giunta alla **sesta edizione** ed
 ha visto la partecipazione di oltre 100 atleti che
 hanno gareggiato in 10 diverse categorie. Tra i
 campioni **Europi di Chi** (in Sardegna) 111
 dicembre.

Lo stesso **Abdullah Bamoussa**, il vincitore della
 prova maschile, che ha fatto parte della squadra italiana dei **3000 metri** a Rio 2016, ha affermato di aver sofferto negli ultimi giri su un percorso impegnativo, ma questo
 probabilmente è risultato essere il miglior test per la forma che l'olimpionico cerca in vista dei **Mondiali** dell'anno prossimo, suo vero obiettivo.



L'arrivo vincente di Bamoussa (foto di Giuseppe Facchini)

Bamoussa e Oggioni protagonisti a Levico

07 Novembre 2016

La sesta edizione del Cross della Valsugana esaltano l'olimpionico delle siepi e la promessa
 varesina. In chiave trentina buone prove per Francesco Michi e per i giovanissimi





CONSIGLIO TRENTO
 S.I.

Friulintagli hanno vinto stamane la sesta edizione del Cross della Valsugana,
 seconda prova indicativa in vista della composizione della squadra azzurra ai
 prossimi Campionati Europei di Chi, organizzata nel parco Segantini del Lido di
 Levico dal Gs Valsugana Trentino.

Fondo di gara decisamente fradicio per la pioggia della fine settimana, pioggia che
 è caduta ad intermittenza anche durante le gare che in campo femminile hanno
 visto la promessa Oggioni (già prescelta per gli Europei) completare i sette chilometri del programma in 25'11 precedendo di
 cinque secondi la reggina Barbara Bressi (Gs Self Atletica Montanari Guazza) con l'altra promessa Chiara Spagnolli (Atletica Brescia
 1950) a meritare la terza posizione del podio davanti alla medaglia di bronzo degli ultimi Europei di corsa in montagna Sara
 Bottarelli (Free-Zone), quarta.

Da www.trentino.fidal.it

IL CROSS IN TV SU
 TG REGIONALE

Annuario 2016
 GS VALSUGANA TRENTO

FINALE ORO

MILANO, 24-25 settembre 2016



LE GARE



FINALE ORO

LE GARE



27° TROFEO PANAROTTA

PANAROTTA, 7 agosto 2016





GARA NAZIONALE DI CORSA IN MONTAGNA
PER LE CATEGORIE J/P/S MASCHILI E FEMMINILI
CAMPIONATO PROVINCIALE
DI SOCIETÀ DI CORSA IN MONTAGNA
6ª PROVA GRAN PREMIO MONTAGNE TRENTINE

Domenica **07 Agosto 2016**
inizio gare ore 9.30

**VIGNOLA FALESINA
PANAROTTA**





Panarotta, Vender trionfa con dedica

08 Agosto 2016, <http://trentino.fidal.it/>

Il ventenne Alberto Vender si è imposto nel tradizionale Trofeo Panarotta: il pensiero va ai giovani amici giudicariesi Fabio e Federico, mancati nel fine settimana

Alberto Vender (Atletica Valchiese) e Simonetta Menestrina (Atletica Trento) si sono imposti nel consueto appuntamento a gostano del Trofeo Panarotta, sesto appuntamento stagionale con il Circuito Montagne Trentine, allestito grazie all'organizzazione del Gs Valsugana Trentino.

Nella gara maschile, sul tradizionale tracciato dalla frazione perghinese di Assizzi alla vetta della Panarotta, Vender ha saputo seminare tutti per completare la fatica (7,5km per 1336 metri di dislivello) sotto l'ora di gara, lasciandosi alle spalle i due aquilotti Federico Baldessari e Tommaso Caldonazzi. Per Vender il successo ha avuto un sapore particolare, con il pensiero che è corso immediatamente alla tragedia che ha funestato gli ultimi giorni delle Giudicarie, la scomparsa dei giovani Fabio e Federico, scomparsi in montagna la scorsa settimana.

Nella gara femminile, su un tracciato appena ridotto con partenza da Vignola Falesina, vittoria invece per Simonetta Menestrina che ha avuto la meglio dell'ultramaratoneta valsuganotta Monica Carlin (Gs Valsugana Trentino) e della bionda compagna di colori Lorenza Beatrice.

Il Circuito Montagne Trentine da ora appuntamento a domenica 14 agosto con il Giro delle Frazioni di Brentonico, penultimo atto stagionale.

LE GARE

18

Annuario 2016
GS VALSUGANA TRENTINO

INDOOR GIOVANILI

TROFEO CASSA RURALE DI PERGINE



SABATO 16 GENNAIO 2016 – PERGINE VALSUGANA
GARA REGIONALE OPEN INDOOR
CATEGORIE GIOVANILI
con gare contorno AJPS

TROFEO SAUCONY



SABATO 30 GENNAIO 2016 – PERGINE VALSUGANA
GARA REGIONALE OPEN INDOOR
CATEGORIE GIOVANILI
con gare contorno AJPS



TROFEO TRISOTTO



SABATO 13 FEBBRAIO 2016 – PERGINE VALSUGANA
GARA REGIONALE OPEN INDOOR
CATEGORIE GIOVANILI
con gare contorno AJPS

TROFEO MEDIO CREDITO



MEDIO CREDITO
 INVESTITIONSBANK
 TRENTINO AUTO ADVICE SUDTIRROL

SABATO 5 MARZO 2016 – PERGINE VALSUGANA
GARA REGIONALE OPEN INDOOR
CATEGORIE GIOVANILI
con gare contorno AJPS

LE GARE

10 GIUGNO 2016
LAKE RUNNER

Gara non competitiva in notturna
Valcanover - Calceranica al Lago

STAFFETTA 3x6km
GARA INDIVIDUALE 18km
Partenza ore 20.00 da Valcanover
A seguire "PASTA PARTY"

Per info e iscrizioni:
340.1299576 - gsvalsugana@tin.it

VALSUGANA TRENTINO
Valcanover
Albergatori: Valcanover - Pagine Gialle
VALSUGANA TRENTINO

LE NON COMPETITIVE

Domenica 28 agosto 2016

dal LAGO CROZ alla PIAZZA PIEVE

CORSA NON COMPETITIVA DI 11 KM (400 D+)
 (per giovani dai 6 ai 16 anni)

Partenza ore 9.30
 Piazza Municipio
 Calceranica

Arrivo ore 13.00
 Piazza Municipio
 Calceranica

Quota d'iscrizione 5,00 euro
 (comprensivo di ristoro finale)
 Possibilità di usare la doccia presso la palestra comunale

ISCRIZIONI: IL GIORNO STESSO O VIA MAIL A GSVALSUGANA@TIN.IT
RIITORO PETTORALE: IN PIAZZA MUNICIPIO A PARTIRE DALLE ORE 8.30
 In caso di pioggia la gara "dal Lago al Croz" potrà essere rinviata.



PIUCCO PREMIO PER TUTTI I PARTECIPANTI
 VERBANO PREMIAI, INOLTRE IL GRUPPO VERBANO PREMIAI E QUELLO PIU' GIOVANE (MASCHIO E FEMMINA)

19

Annuario 2016
GS VALSUGANA TRENTINO

3° VIGOLANA TRAIL

Altopiani Vigolana e Marzola, 4 giugno 2016



4 giugno 2016

Memorial
Raffaella Bailoni



LE GARE

TERZA EDIZIONE DEL VIGOLANA TRAIL CON 450 ATLETI CHE
IL 4 GIUGNO 2016 SI SONO DATI APPUNTAMENTO PER UNA BELLISSIMA
GIORNATA DI SPORT



Annuario 2016
GS VALSUGANA TRENTINO

29° MEETING NAZIONALE GIOVANILE DELLA VALSUGANA

BORGO VALSUGANA, 18 giugno 2016



BORGO

Sanato e Oberrauch, piccoli-grandi protagonisti

Duecento atleti da tutto il Nord Italia hanno dato vita al meeting nazionale giovanile della Valsugana

Sabato pomeriggio, al Centro Sportivo di Borgo Valsugana, si è potuto finalmente recuperare il Meeting Nazionale Giovanile della Valsugana, già previsto per domenica 29 maggio ma rinviato per le avverse condizioni meteo. Circa 200 gli atleti presenti sulla pista del centro sportivo borghigiano, con al via rappresentanti delle categorie Ragazzi, Cadetti e Allievi provenienti da tutto il Nord Italia. La gara organizzata dal Gruppo Sportivo Valsugana Trentino aveva infatti un'importante valenza regionale e nazionale. Ottimi in particolare i risultati usciti dalla gara dei 60 metri piani Ragazzi, dove il classe 2003 Kevin Sanato è riuscito ad abbattere il muro degli 8" fermando il cronometro su un positivo 7.95 e staccando da la concorrenza di quasi mezzo secondo. Sulla stessa distanza, il Trentino è stato

Amnik Oberrauch (Bozen Raiffeisen), che ha stampato un clamoroso 8.18. La Oberrauch si è poi ripetuta anche nel salto in lungo, facendo suo la vittoria con la misura di 4.95 metri.

CLASSIFICHE: 60 piani ragazzi: 1. Kevin Sanato (Quercia) 7.95; 2. Luca Troian (Oltrefersina) 8.30.

100m assoluti M: 1. Kevin Giacomelli (Club 96) 11.14; 2. Patrick Montin (Club 96) 11.28.

400m assoluti M: 1. Giulio Luterotti (Quercia) 51.15; 2. Simone Filippo (Valsugana) 51.83.

1000m ragazzi: 1. Giovanni Santomaso (GS Astra) 3:04.30; 2. Abderattah Chouh (Tione) 3:07.05.

Salto in alto ragazzi: 1. Stefano Moser (Valle di Cembra) 1.45; 2. Federico Pedri (Quercia) 1.37.

Peso 2kg ragazzi: 1. Leonardo Zorzi (Atl. Trento) 12.67; 2. Alex Wolf (Oltrefersina) 12.12.

60 piani ragazze: 1. Annika Oberrauch (Bozen Raiffeisen) 8.18; 2. Giulia Ricciardi (Trilacum) 8.30.

100m ragazze: 1. Sofia Martina Tomas (Atletica Rotallina) 5.00; 2. Sofia Boninsegna (US Dolomittica) 4.95.

Peso 3kg cadette: 1. Marianna Fabian (Atl. Valle di Cembra) 8.81; 2. Alessia Gentilini (Tione) 8.76.

80 piani cadette: 1. Nicolò Gatti (Quercia) 9.84; 2. Noel Cappelletti (Trilacum) 9.87.

1000m cadette: 1. Gabriele Coser (Cermis) 2:42.85; 2. Seneteahyu Masè (Tione) 2:43.29.

300 hs cadette: 1. (Tione) 4:03; 2.



Annika Oberrauch, grande protagonista a Borgo Valsugana



Kevin Sanato, velocista dell'Us Quercia (foto Giuseppe Facchini)

detti: 1. Simone Gramola (Valle di Cembra) 45.18; 2. Lorenzo Takor (Pol. Azzanese) 46.10.

Salto in alto cadetti: 1. Cristian Angeli (Valli di Non e Sole) 1.62; 2. Simone Gre- (GS Valsugana) 1.60.

Peso 4kg cadetti: 1. Alessandro Luciani (Atl. Trento) 11.35; 2. Nicola Dandrea (GS Valsugana) 10.54.

100m assoluti femminili: 1. Valerina Menpoli (Quercia) 12.71; 2. Lhea Calliani (Bozen) 12.74.

400m al- lieve: 1. Veronika Gebauer (GS Valsugana) 1:02.33; 2. Federica Zanetti (GS Valsugana) 1:03.32.

Salto in lungo allieve: 1. Lhea Calliani (Bozen) 5.01; 2. Inga Pizzerra (Ita- liana) 4.68.

Clavellotto allieve: 1. Elisa Ferrari (Valsugana) 31.10; 2. Evelyn Torri (Atl. Trento) 28.26.

100m allieve: 1. (Tione) 28.26.

Annuario 2016
GS VALSUGANA TRENTO

ATLETA DELL'ANNO

NOA

DNIMUWANKO
LANCIO DEL MARTELLO

Il 2016 ha rappresentato l'anno della svolta
Campionessa Italiana U23 a febbraio
Maglia azzurra U23 a marzo
Campionessa Italiana U23 a giugno
Primatista Trentina con record regionale nel
lancio del martello con 57,35m.
Medaglia d'argento in Finale Oro a settembre

L'impegno, la costanza e la voglia di mettersi in
gioco ti hanno portata a risultati importanti, ma
siamo convinti che il tuo martello potrà volare
ancora più lontano.

La simpatia e la generosità ti rendono inoltre a
livello umano, una ragazza davvero speciale.

Complimenti e forza NOA!



**ALLENATORE
DELL'ANNO
YURY KRYKLYA**

La simpatia e la generosità ti rendono inoltre a
livello umano, una ragazza davvero speciale.

Complimenti e forza NOA!



Annuario 2016
GS VALSUGANA TRENINO

ATLETA DELL'ANNO

Categoria ASSOLUTA

ATLETA DELL'ANNO

Categoria ALLIEVI

LUISA SINIGAGLIA

Lancio del giavellotto



Ragazza di Monselice, è entrata nella famiglia del GS Valsugana nel 2015.

Specialista nel lancio del giavellotto, riesce molto bene anche nel salto in alto e nel salto triplo.

In soli 2 anni, ha raggiunto risultati eccellenti : 2 titoli italiani invernali, 2 titoli italiani estivi, ha vestito 4 volte la maglia azzurra, ha partecipato ai mondiali ed europei junior.

Le sue migliori qualità sono sicuramente la tenacia, l'intelligenza motoria e, ovviamente, la «spallata»...che le permette di far volare il suo giavellotto !

PB giavellotto: 51,52m

PB salto in alto: 1,70m

PB salto triplo: 12,52m

Il coach

CLAUDIA COSLOVICH

LORENZO NAIDON

Salto in alto



Salto in alto: 2,01m

Salto in lungo: 6,51m

100hs 14"83

Questi PB più significativi della stagione di Lorenzo.

Le doti fisiche sono evidenti e lasciano sperare in un brillante proseguo della carriera sportiva.

Il capitano della squadra allievi, ha saputo trascinare i suoi compagni ad uno storico 4° posto alla finale interregionale di società.

Forza Lollo!

Il coach

ALBERTO FAJFER

ATLETI DELL'ANNO

23

Annuario 2016
GS VALSUGANA TRENINO

ATLETA DELL'ANNO categoria CADETTI MASCHILE

ALDO ANDREI

marcia



Aldo, figlio d'arte, allenato dal papà, seppur ancora cadetto, è tra i migliori marciatori italiani di categoria.

Nel 2016 è riuscito a migliorarsi ed a conquistare un ottimo 5° posto al Criterium U15 di Cles (miglior piazzamento di tutta la rappresentativa trentina).

La sua marcia è pulita e raramente subisce sanzioni e squalifiche, segno della predisposizione di Aldo per la specialità e dell'occhio attento del coach.

Bravo Aldo!

MARCIA 3000M Pista
14:06.39

Fidenza
MARCIA 3000M Indoor
14:34.81
Ancona

Il coach

REGGIANI LORENZO

ATLETA DELL'ANNO categoria CADETTE FEMMINILE

ANNA FICHERA

Salto in alto



Anna è una ragazza impegnata su tutti i fronti e riesce bene sia a scuola che nello sport.

Seppur ancora cadetta, le caratteristiche fisiche e le doti atletiche, l'hanno portata a dedicarsi soprattutto alle specialità del salto in lungo e del salto in alto. Proprio nel salto in alto si sono visti i maggiori miglioramenti con un progresso di 15 cm rispetto al 2015, stabilendo a settembre in quel di Rovereto il PB a 1,56m.

Il talento c'è, con l'impegno e la passione potrai toglierti molte soddisfazioni!

I coach

ANTONIO CASAGRANDA e

MASSIMO DISSEGNA

Annuario 2016

GS VALSUGANA TRENINO

ATLETI DELL'ANNO

RICONOSCIMENTI
categoria RAGAZZI

PVA CAMILLA

MORELETTI MATTEO

FERREIRA POLANCO LEUDY

BONECCHER ALICE

ATLETA DELL'ANNO
categoria MASTER

PAOLA FEDRIZZI

E' una super...donna, ha una passione per la corsa che la fa alzare al mattino alle 4,30 per allenarsi e poter poi essere a casa a preparare la colazione e mandare a scuola i suoi tre pargoletti (età compresa tra 4 e 13 anni!). E che dire di come si dedica alla preparazione delle gare le cui medaglie conquistate, coprono ormai una intera parete!! i risultati? Non si parla di una persona che si accontenta di finirla la gara, no, lei (e giustamente!) si prepara con costanza e testardaggine per raggiungere i suoi obiettivi e ne ha raggiunti davvero di ragguardevoli e ancora ne ha in programma di impegnativi! E fino a qui si parla di prestazione sportiva e questo basterebbe da sola per ricevere il premio! Ma in questa presentazione non ci si può fermare solo ai risultati sportivi, no...la nostra atleta dell'anno è una persona attiva a 360 gradi, è un vulcano di idee che poi mette regolarmente in pratica, insomma non è che solo le pensa...le fa anche!! E' sempre disponibile, attenta agli altri, dona tutta se stessa senza risparmiarsi! Non ama apparire, fatica a riconoscere le sue grandi qualità, è quindi anche umile e riservata, ma non lo diresti mai, se ti concede la sua preziosa amicizia! Ha dato vita e cura il bellissimo progetto "se vuoi...puoi" animato da persone che da zero si sono ritrovate runner d'eccezione!...e lei è l'esempio perfetto che volere è potere! Brava, la nostra PAOLA FEDRIZZI, atleta dell'anno 2016...è lei!! E la si riconosce da una caratteristica...quando corre...ha un meraviglioso sorriso stampato in viso!!



ABIGAIL GYEDU
100 hs

MAGLIA AZZURRA INCONTRO INT.LE JUNIORES INDDOR (ITA-FRA-GER)
Padova - febbraio 2016

LUISA SINIGAGLIA
giavelotto

MAGLIA AZZURRA CAMPIONATI MONDIALI JUNIOR
Bydgoszcz (PL), luglio 2016
PB: 100hs 13"87

MAGLIA AZZURRA INCONTRO INT.LE JUNIORES DI LANCI (ITA-FRA-GER)
Caorle - febbraio 2016

MAGLIA AZZURRA CAMPIONATI MONDIALI JUNIOR
Bydgoszcz (PL), luglio 2016
PB : giavelotto 51,52m

PAOLA PADOVAN
giavelotto

MAGLIA AZZURRA INCONTRO INT.LE U23 DI LANCI (ITA-FRA-GER) Caorle
- febbraio 2016

MAGLIA AZZURRA COPPA EUROPA U23 Aroud (ROU) - marzo 2016



MAGLIA AZZURRA GIOCHI DEL MEDITERRANEO U23
Tunisi - maggio 2016
MEDAGLIA DI BRONZO!!!

PB : giavelotto 54,99m



GAIA TARSİ
mezzofondo

MAGLIA AZZURRA INCONTRO INT.LE JUNIORES INDDOR
(ITA-FRA-GER) Padova - febbraio 2016

PB : 800 2'08"27 - 1500 4'30"32

NOA
NDIMURWANKO
Lancio del martello

MAGLIA AZZURRA INCONTRO INT.LE U23
DI LANCI (ITA-FRA-GER)
Caorle - febbraio 2016

PB : martello 57,35m



Annuario 2016
GS VALSUGANA TRENITINO

7° Classificata CDS NAZIONALE SU PISTA - SQUADRA ASSOLUTI DONNE
FINALE ORO Milano, settembre 2016

4° posizione CDS NAZIONALE SU PISTA - ALLIEVI MASCHILE
FINALE GRUPPO NORD EST Bovolone, ottobre 2015

7° posizione GRADUATORIE NAZIONALI DI SQUADRA ASSOLUTI DONNE

1° Classificata CDS REGIONALE SU PISTA - SQUADRA ASSOLUTI DONNE
2° posizione CDS REGIONALE SU PISTA - ALLIEVI MASCHILE

2° Classificata CDS REGIONALE DI CROSS - SQUADRA ASSOLUTI DONNE
2° Classificata CDS REGIONALE DI CROSS - ALLIEVI MASCHILE

5° Classificata CDS REGIONALE SU PISTA - RAGAZZE
5° Classificata CDS REGIONALE SU PISTA - CADETTE
1° Classificata CDS REGIONALE SU PISTA - CADETTI

CDS REG. GIOVANILE RAGAZZE+CADETTI DI CROSS
CDS REG. GIOVANILE RAGAZZE+CADETTE DI CROSS



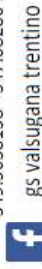
ATTIVITA' 2016

GS VALSUGANA TRENINO



info atletica: 0461.538230 - gsvalsugana@tin.it

349.5638138 - 347.0828043

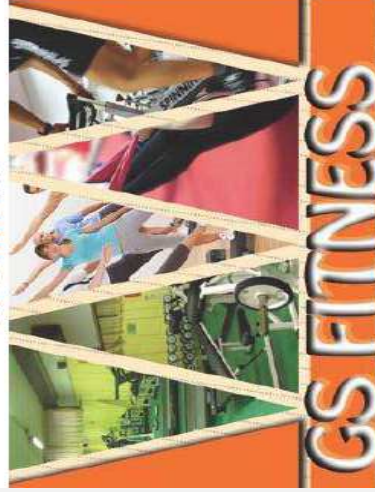


[gsvalsugana.trentino](https://www.facebook.com/gsvalsugana.trentino)

sito internet: www.gsvalsugana.it

PALESTRA COMUNALE

GS FITNESS



via San Piero 1, Centro Sportivo Comunale
38057 Pergine Vals.

mail: info@gsvalsugana.it tel: 0461/538230

info palestra: 0461.538230 - info@gsvalsugana.it



centro sportivo comunale & GS Fitness

GIOCA ATLETICA

età: 6-15 anni

Corsi di avviamento allo sport

Corso dedicato ai ragazzi 6-11 anni

OBIETTIVO: divertimento & attività motoria

in modo sano ed educativo

ISTRUTTORI QUALIFICATI insegneranno

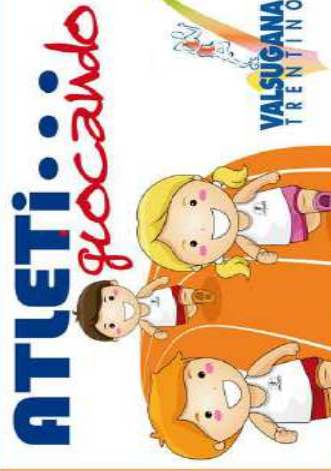
attraverso attività ludiche e gioiose

i movimenti coordinativi

che sono alla base di ogni sport

FILOSOFIA DEL CORSO:

apprendere i movimenti sportivi...giocando



Corso dedicato ai ragazzi 11-15 anni

OBIETTIVO: conoscere l'atletica e le sue

discipline: velocità, resistenza, salto, lancio

ALLENATORI SPECIALISTI insegneranno

e motiveranno ogni ragazzo indirizzandolo

alla specialità a lui più congeniale

FILOSOFIA DEL CORSO:

allenamento è.... soddisfazione

ORARI CORSI 6-11 ANNI

lun-mer 17.00-18.30 palestra di Canezza

mar-ven 17.00-19.00 palestra **Ciro Andreatta**

ORARI CORSI 11-15 ANNI

lun-mer-ven 18.30-20.00 palestra di Canezza

ATTIVITA' AGONISTICA

ATLETICA LEGGERA

Allenamenti specialistici dedicato a ragazzi / atleti
di età superiore ai 15 anni

Il GS VALSUGANA TRENINO, società che negli anni

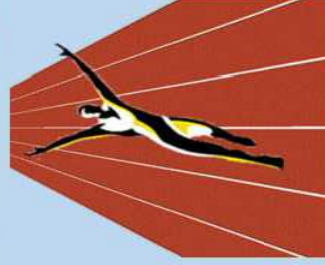
ha formato atleti di valore nazionale

organizza con ALLENATORI SPECIALISTI

allenamenti mirati e suddivisi per disciplina

OBIETTIVO:

allenamento è.... raggiungere i propri obiettivi



SE VUOI... PUOI

Progetto dedicato a tutti quelli a cui piacerebbe...

ma che non si decidono...

dedicato a chi non pratica sport agonistico,

a tutti coloro che vivono una vita sedentaria

divisa tra ufficio, automobile, e divano...

ALLENAMENTI DI GRUPPO

CALBRATI e NON TROPPO IMPEGNATIVI

per correre insieme, per trovare amicizie

per stare bene e per rimettersi in forma o per correre una

mezza maratona

OBIETTIVO: sport & salute & divertimento

info: Paola 335-8469512 - Anna 329-8488220

GRUPPO MASTER GS VALSUGANA

Ritrovo: ogni ultimo lunedì del mese.

Ore 20.00 presso la sede sociale

PALESTRA GS FITNESS

presso il centro Sportivo Comunale loc. Costa



SALE ATTREZZATE

macchinari, bilanceri, manubri, attrezzi

ISTRUTTORE QUALIFICATO

TABELLE PERSONALIZZATE

per ogni esigenza:

rimettersi in forma, recuperare da un infortunio

rassodare, potenziare, prescristica

preparazione atletica per ogni sport



CORSI FITNESS



JUMPING FITNESS



KICK BOXING & FIT BOXE



TOTAL BODY



Tai Chi

#AUTODIFESA PERSONALE

CORSI FITNESS



FUNCTIONAL TRAINING



SPINNING



ZUMBA



AEROBICA

ATTIVITA' PROMOZIONALE

GS Valsugana presenta...

CENTRI ESTIVI 2016

A CHE ORA?
Dalle 8 alle 13

COME FACCIAMO?
ADDESSO!
Telefona o manda un sms con i dati del bambino e il periodo scelto al 3470600566 (Maddalena)

DOVE?
Al campo sportivo comunale localit  Ponte di Vigalzano - Pergine

CHI PUO' ISCRIVERSI?
Tutti i bambini dai 6 ai 10 anni

QUANDO?
Dal 13 giugno al 29 luglio, dal lunedi al venerdi

CHI SEGUIRA' I BAMBINI?
Maddalena e Laura

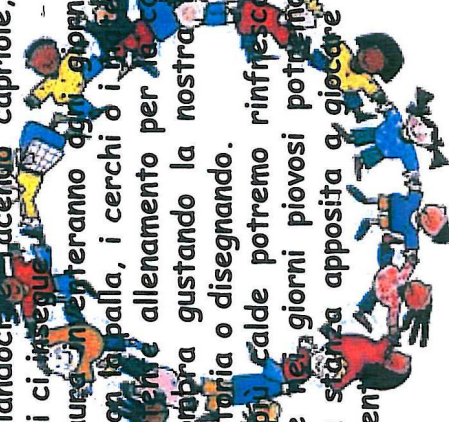
QUANTO COSA?
65 euro / settimana
60 euro / sett per i fratelli

GS Valsugana

presenta...
CENTRI ESTIVI 2016

Sull'erba fresca del prato correremo e giocheremo a perdifiato, rotolanderemo facendoci capriole, rincorrendoci o scappando da chi ci insegue. Maddalena e Laura ci prepareranno ogni giorno giochi di ruolo adatti a tutti, con la palla, i cerchi o i nastri. E dopo un divertente allenamento per la corsa e i salti, ci riposeremo all'ombra gustando la nostra merenda, magari ascoltando una storia o disegnando.

Nelle giornate pi  calde potremo rinfrescarci con i giochi d'acqua, mentre nei giorni piovosi potremo stare sotto la tettoia o in una stanza apposta a giocare e raccontarci le storie pi  divertenti.





Vuoi correre una Mezza maratona?

Vuoi correre una Maratona?



Vuoi rimetterti in forma?

Vuoi correre 2 - 3 - 5 - 10 chilometri?

Vuoi camminare in compagnia?



Vuoi stare bene, e vivere sano?

Ma soprattutto...



VUOI DIVERTIRTI E FAR PARTE DI UN GRUPPO?

SE VUOI ... PUOI!

Contattaci, il divertimento è assicurato !!!

Referenti del Progetto:
FEDRIZZI PAOLA: 335 6486612
e mail: paola.fedrizz79@gmail.com
ANNA MORATELLI: 329 8488220

molinari
SPORT
CIVIZZANO-TN



saucony®

CAMPIONATI ITALIANI

INDOOR

CAMPIONATI ITALIANI ALLIEVI

ALTO	ARMELAO Daniel	6°
ALTO	NAIDON Lorenzo	8°
PENTATHLON	NAIDON Lorenzo	8°
LUNGO	NAIDON Lorenzo	19°
1000m	ORSINGERHER Werner	22°
ALTO	FEDEL Simone	24°
PENTATHLON	FERRARI Elisa	10°
60 hs	FERRARI Elisa	34°

CAMPIONATI ITALIANI JUNIOR/PROMESSE

60hs J	GYEDU Abigail	ORO
800m J	TARSI Gaia	BRONZO
PESO J	JIMENEZ LUNA Yohely	5°
TRIPLO J	SINIGAGLIA Luisa	5°

PENTATHLON P	AGUGIARO Emma	ARGENTO
ALTO P	AGUGIARO Emma	7°
800m P	VISSA Sintayehu	8°
60hs P	AGUGIARO Emma	9°
400m P	VISSA Sintayehu	13°

CAMPIONATI ITALIANI ASSOLUTI

LUNGO	PALEZZA Gia da	4°
3000m	DALLAMONTA' Laura	5°
1500m	TARSI Gaia	9°
60hs	GYEDU Abigail	10°
60m	GYEDU Abigail	34°

CAMPIONATI ITALIANI INVERNALI LANCI

GIAVELLOTTO J	SINIGAGLIA Luisa	ORO
GIAVELLOTTO P	PADOVAN Paola	ORO
GIAVELLOTTO	PADOVAN Paola	BRONZO
MARTELLO P	NDIMURWANKO Noa	ORO

OUTDOOR

CAMPIONATI ITALIANI ALLIEVI

ALTO	NAIDON Lorenzo	BRONZO
400 hs	CAMPESTRINI Elia	4°
ALTO	FEDEL Simone	15°
ALTO	ARMELAO Daniel	17°
GIAVELLOTTO	PAOLI Sara	20°
2000 siepi	MATTIVI Tommaso	25°
400 m	FILIPPO Marco	34°

CAMPIONATI ITALIANI JUNIOR/PROMESSE

GIAVELLOTTO J	SINIGAGLIA Luisa	ORO
800 m	TARSI Gaia	ARGENTO
15000 m	TARSI Gaia	ARGENTO
100hs J	GYEDU Abigail	BRONZO
TRIPLO J	SINIGAGLIA Luisa	BRONZO
3000 siepi J	MASE' Endale	10°

GIAVELLOTTO P	PADOVAN Paola	ORO
MARTELLO P	NDIMURWANKO Noa	ORO
400hs P	VISSA Sintayehu	7°
400m P	VISSA Sintayehu	10°

CAMPIONATI ITALIANI ASSOLUTI

100hs	GYEDU Abigail	4°
MARTELLO	NDIMURWANKO Noa	6°
GIAVELLOTTO	PADOVAN Paola	6°
LUNGO	ZANEI Elisa	7°
800 m	TARSI Gaia	7°
3000 siepi	DALLAMONTA' Laura	10°
TRIPLO	PEDRINI Chiara	10°
MARCIA	MARIOTTI Ilaria	rit

ATLETICA » CAMPIONATI ITALIANI JUNIORES E PROMESSE

A Bressanone è il Trentino a brillare con 5 medaglie

Conquistano il titolo tricolore Mattuzzi (3000 Siepi), Ndimurwanko (martello) e Sinigaglia (giavelotto). Tarsi è argento (800) e Gyedu è bronzo (100 ostacoli)

di Marco Marangoni

di BRESSANONE

Trento, un argento e un bronzo per la nostra delegazione al trentino nella giornata più lunga degli italiani juniores e promesse. I nostri atleti hanno conquistato oggi a Bressanone, Merano, la medaglia d'argento nel 3000 metri juniores e bronzo nel 100 metri ostacoli promesse. Ci mancava solo la medaglia d'oro nel 100 metri ostacoli promesse.

Cavaliana vincente e trionfante. La superstita della Quercia Rovereto, già campionessa italiana juniores, ha fatto subito il vuoto tagliando il traguardo in meno di 10 secondi. Il nostro di vantaggio alla livornese Valentina Spagnoli, che ha segnato il tempo di 1'40" alla lunga volata. In quarto



Noa Ndimurwanko (al centro) con la medaglia. A pag. 32

Annuario 2016
GS VALSUGANA TRENTINO

CAMPIONATI REGIONALI

CADETTI

HUELLER Jaider Alexander	60m	oro
GREMES SIMONE	lungo	argento
VOLTOLINI GABRIELE	peso	oro
TRENTIN CELESTE	300hs	bronzo
FICHERA ANNA	alto	argento
ANDREI ALDO	marcia	oro

ALLIEVI

ZORTEA MATTEO - CAMPESTRINI ELIA - FILIPPO MARCO - FIILUPPO SIMONE	4x400	
CAMPESTRINI ELIA	400hs	
NAIDON LORENZO	alto	
MATTIVI TOMMASO	2000siepi	

ASSOLUTI

LAZZARA MONICA	200m	oro
GYEDU ABIGAIL	100hs	oro
GYEDU ABIGAIL	100m	argento
MAGGIOLO MARINELLA	400m	oro
MARONGIU SONIA	5000m	oro
NDIMURVANKO NOA	martello	oro

FINALE GRAND PRIX GIOVANILE

FICHERA ANNA	9° - ragazze
PEDRIN ELENA	10° - ragazze
MINATI ELISABETTA	27° - ragazze
CENDI STEFANO	8° - ragazzi
DANDREA NICOLA	3° - cadetti
FEDELSIMONE	10° - cadetti
MASE' SENETHAYU	12° - cadetti
TRENTIN CELESTE	5° - cadette



Annuario 2016
GS VALSUGANA TRENINO

LE RAPPRESENTATIVE

CAMPIONATI NAZIONALI INDIVIDUALI E PER REGIONI DI CORSA CAMPESTRE CADETTI - GUBBIO TRENTIN CELESTE

CROSS INTERNAZIONALE - CORTENOVA TRENTIN CELESTE

RAPPRESENTATIVA CADETTI INDOOR CADETTI

AI CONFINI DELLE MARCHE - ANCONA
VOLTOLINI GABRIELE, ANDREI ALDO

MEETING INDOOR PER RAPPRESENTATIVE

ALLIEVI / JUNIOR - MODENA
NAIDON LORENZO, FERRARI ELISA, MICOLABOLIS

TROFEO PROVINCE TRIVENENTE RAGAZZI/CADETTI - CAORLE

QUERCIA D'ORO - ROVERETO

TROFEO "CITTÀ DI FIDENZA" - CADETTI
VOLTOLINI GABRIELE, DANDREA NICOLA, ANDREI ALDO

TROFEO "CITTÀ DI MAIANO" - CADETTI
VOLTOLINI GABRIELE, DANDREA NICOLA

RAPPRESENTATIVA JUNIOR PER MACROREGIONI - CAORLE

BRIXIA MEETING BRESSANONE - ALLIEVI

NAIDON LORENZO, ORSINGER WERNER, MATTIVI TOMMASO, FERRARI ELISA, PAOLI SARA

CAMPIONATO ITALIANO INDIVIDUALE E PER REGIONI CADETTI/E - CLES

ALDO ANDREI, HUELLER JAIDER, VOLTOLINI GABRIELE, ZENI DAVIDE, TRENTIN CELESTE, FICHERA ANNA

CATEGORIA RAGAZZE

60 piani

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
8.98		DIVINA Chiara	3	Trento	22-mag
9.62		VOLTOLINI Zoe	3	Borgo Valsugana	18-giu
9.74		GALLER Giulia	4	Mezzolombardo	10-apr
9.87		CASAGRANDA Andrea	4	Borgo Valsugana	18-giu
9.92		SILVESTRI Vanessa	4	Borgo Valsugana	18-giu
10.15		TANEL Arianna	3	Cles	23-apr
10.17		GABBI Emma	4	Mezzolombardo	10-apr
10.17		SANNA Alessandra	4	Cles	23-apr
10.54		CAMPESTRINI Nadia	4	Borgo Valsugana	18-giu
11.40		PIVA Camilla	4	Trento	22-mag
9.09	I	COLO' cristina	3	Pergine Vals.	30-gen
9.34	I	MINATI Elisabetta	3	Pergine Vals.	16-gen
9.97	I	BONECCHER Alice	3	Pergine Vals.	16-gen
10.45	I	SANNA Alessandra	4	Pergine Vals.	13-feb
11.27	I	PIVA Camilla	7	Pergine Vals.	13-feb

600 metri

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
2:03.13		GALLER Giulia	4	Rovereto	15-ott
2:06.78		BONECCHER Alice	3	Cles	23-apr

1000 metri

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
3:50.74		GALLER Giulia	4	Borgo Valsugana	18-giu

Staffetta 4X100

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
1:01.30		PIVA RF,VOLTOLINI RF,MINATI RF,DIVINA RF		Trento	22-mag

60 Hs H 60

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
11.37		BONECCHER Alice	3	Trento	21-mag
12.57		GALLER Giulia	4	Rovereto	15-ott

Salto in alto/HJ

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
1.20		VOLTOLINI Zoe	3	Trento	22-mag
1.20		MINATI Elisabetta	3	Trento	22-mag
1.15		GALLER Giulia	4	Mezzano	03-set

Salto in lungo/LJ

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
4.11		BONECCHER Alice	3	Cles	23-apr
3.92		MINATI Elisabetta	3	Trento	21-mag
3.76		VOLTOLINI Zoe	3	Borgo Valsugana	18-giu
3.12		CASAGRANDA Andrea	4	Borgo Valsugana	18-giu
3.01		CAMPESTRINI Nadia	4	Borgo Valsugana	18-giu
2.98		SILVESTRI Vanessa	4	Borgo Valsugana	18-giu
2.48		PIVA Camilla	4	Borgo Valsugana	18-giu
3.90	I	MINATI Elisabetta	3	Pergine Vals.	16-gen
3.77	I	BONECCHER Alice	3	Pergine Vals.	16-gen
3.72	I	DIVINA Chiara	3	Pergine Vals.	30-gen

Peso/SP Kg 2.000

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
8.85		GALLER Giulia	4	Merano	24-set
8.05		DIVINA Chiara	3	Trento	22-mag
6.45		TANEL Arianna	3	Mezzolombardo	10-apr
5.91		GABBI Emma	4	Mezzolombardo	10-apr
4.97		SANNA Alessandra	4	Mezzolombardo	10-apr
4.94		VOLTOLINI Zoe	3	Cles	23-apr
4.89		PIVA Camilla	4	Trento	22-mag
4.22		SILVESTRI Vanessa	4	Trento	14-mag

Giavello/JT Gr400

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
21.20		GALLER Giulia	4	Mezzano	03-set

Palla Gr 150

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
35.75		GALLER Giulia	4	Rovereto	15-ott
19.86		MINATI Elisabetta	3	Cles	23-apr
14.84		PIVA Camilla	4	Cles	23-apr

Vortex

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
39.97		GALLER Giulia	4	Cles	25-ago

BIATHLON

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
1107		BONECCHER Alice	3	Cles	23-apr
1043		GALLER Giulia	4	Cles	23-apr
742		TANEL Arianna	3	Mezzolombardo	10-apr
706		GABBI Emma	4	Mezzolombardo	10-apr
662		VOLTOLINI Zoe	3	Cles	23-apr
528		SANNA Alessandra	4	Cles	23-apr
286		PIVA Camilla	4	Cles	23-apr

TRIATHLON

Prest.	W	Nominativo	Anno	
1573		GALLER Giulia	4	

CATEGORIA CADETTE

60 piani

Prest.	Ven to	Nominativo	Anno	Società	Piazz.
8.61	I	STEFANI Mara	1	Pergine Vals.	16-gen
8.97	I	SEGNANA Martina	2	Pergine Vals.	16-gen
8.98	I	CENCI Asia	1	Pergine Vals.	16-gen
9.55	I	CEMCH Evelin	2	Pergine Vals.	30-gen
9.71	I	CORTI Elena	1	Pergine Vals.	16-gen

80 piani

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
10.88	+0.2	TRENTIN Celeste	1	Rovereto	15-ott
11.23	+1.7	STEFANI Mara	1	Borgo Valsugana	18-giu
11.46	-0.5	SEGNANA Martina	2	Rovereto	09-set
11.71	+0.4	FICHERA Anna	2	Rovereto	15-ott
13.43	+0.2	FAVRIN Veronica	1	Cles	23-apr

150 metri

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
20.52		TRENTIN Celeste	1	Mezzolombardo	10-apr
23.49		CORTI Elena	1	Mezzolombardo	10-apr

300 piani

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
44.17		TRENTIN Celeste	1	Cles	25-ago
47.46		SEGNANA Martina	2	Trento	21-mag

600 metri

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
1:44.67		TRENTIN Celeste	1	Rovereto	15-ott
1:57.81		SEGNANA Martina	2	Rovereto	15-ott
2:07.10		FAVRIN Veronica	1	Cles	23-apr

1000 metri

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
3:15.88		TRENTIN Celeste	1	Trento	19-lug
4:18.75		GIACOPPO Anna	2	Mezzolombardo	10-apr

2000 metri

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
7:25.41		TRENTIN Celeste	1	Trento	26-lug

1200 siepi H 76 S.R.

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
4:13.64		TRENTIN Celeste	1	Trento	22-mag

Staffetta 4X100

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
56.33		TRENTIN CF,FICHERA CF,SEGNANA CF,STEFANI CF		Trento	22-mag

80 Hs H 76 CF

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
12.89		TRENTIN Celeste	1	Trento	21-mag

300 Hs H 76

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
46.35		TRENTIN Celeste	1	Borgo Valsugana	18-giu
54.35		SEGNANA Martina	2	Trento	22-mag

Salto in alto/HJ

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
1.56		FICHERA Anna	2	Rovereto	10-set
1.20		SEGNANA Martina	2	Trento	14-mag
1.20		TRENTIN Celeste	1	Rovereto	15-ott
0.90		FAVRIN Veronica	1	Trento	21-mag

Salto in lungo/LJ

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
4.73	+0.0	TRENTIN Celeste	1	Arco	25-set
4.30	-2.4	CENCI Asia	1	Borgo Valsugana	18-giu
3.86	-0.7	FAVRIN Veronica	1	Trento	22-mag
3.74	I	SEGNANA Martina	2	Pergine Vals.	16-gen

Peso/SP Kg 3.000

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
7.96		TRENTIN Celeste	1	Rovereto	15-ott
7.08		FICHERA Anna	2	Rovereto	15-ott
6.98		GIACOPPO Anna	2	Mezzolombardo	10-apr
6.64		BRATO Federica	2	Trento	15-apr
5.92		STEFANI Mara	1	Trento	15-apr
5.50		SEGNANA Martina	2	Trento	15-apr

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
25.56		TRENTIN Celeste	1	Cles	23-apr
15.53		CENCI Asia	1	Trento	22-mag
15.27		FICHERA Anna	2	Trento	22-mag
14.48		FAVRIN Veronica	1	Cles	23-apr

TETRATHLON

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
2511		TRENTIN Celeste	1	Cles	23-apr
1732		SEGNANA Martina	2	Rovereto	15-ott
1591		FICHERA Anna	2	Rovereto	15-ott
940		FAVRIN Veronica	1	Cles	23-apr



CATEGORIA ASSOLUTE

100 metri

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
12.12	-1.0	GYEDU Abigail	97	Rovereto	04-giu
12.25	+0.5	MAGGIOLO Marinella	88	Conegliano Veneto	15-giu
12.39	-0.6	CORBUCCI Silvia	94	Faenza	14-set
12.51	+0.6	LAZZARA Monica	91	Cles	25-ago
13.33	+1.8	FERRARI Elisa	99	Borgo Valsugana	18-giu
13.34	+4.1	CASAGRANDE Sara	0	Borgo Valsugana	18-giu
13.95	-0.4	CASAGRANDA Silvia	99	Rovereto	04-giu
14.03	+0.2	GRIPPO Elena	0	Rovereto	04-giu
15.24	+0.6	CRITTENDEN Emma	0	Trento	30-apr

150 metri

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
19.10	-2.9	MAGGIOLO Marinella	88	Rovereto	17-apr
20.53	-1.5	FERRARI Elisa	99	Rovereto	17-apr
21.34		IORIATTI Elena	97	Rovereto	17-apr
21.36	-1.9	ZANETTI Federica	0	Rovereto	17-apr
21.56	-2.7	GANARIN Veronica	0	Rovereto	17-apr

200 metri

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
24.73	+1.9	MAGGIOLO Marinella	88	Agordo	22-mag
25.17	+0.3	LAZZARA Monica	91	Arco	18-set
25.68	+1.5	GYEDU Abigail	97	Verona	02-giu
26.98	-0.1	VISSA Sintayehu	96	Palmanova	01-mag
27.75	-2.0	IORIATTI Elena	97	Rovereto	05-giu
27.77	+0.4	CASAGRANDE Sara	0	Arco	18-set
27.93	+0.6	GANARIN Veronica	0	Rovereto	08-mag
28.12	-4.3	TARSI Gaia	97	Imperia	03-apr
28.55	+0.7	ZANETTI Federica	0	Trento	01-mag
29.10	-1.6	GRIPPO Elena	0	Rovereto	05-giu
29.21	-1.6	CASAGRANDA Silvia	99	Rovereto	05-giu

300 piani

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
40.86		MAGGIOLO Marinella	88	Rovereto	17-apr
43.50		IORIATTI Elena	97	Rovereto	17-apr
44.78		ZANETTI Federica	0	Rovereto	17-apr
45.72		GANARIN Veronica	0	Rovereto	

400 metri

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
56.04		MAGGIOLO Marinella	88	Rovereto	07-mag
56.80		VISSA Sintayehu	96	Udine	25-apr
59.23		TARSI Gaia	97	Savona	30-apr
1:01.24		IORIATTI Elena	97	Trento	30-apr
1:02.33		GANARIN Veronica	0	Borgo Valsugana	18-giu
1:03.32		ZANETTI Federica	0	Borgo Valsugana	18-giu
1:03.83		LAZZARA Monica	91	Trento	30-apr
1:13.36		STENGHEL Daniela	98	Trento	30-apr

500 metri

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
1:15.98		VISSA Sintayehu	96	Remanzacco	28-ago

600 metri

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
1:34.94		TARSI Gaia	97	Milano	22-apr

800 metri

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
2:08.27		TARSI Gaia	97	Sarzana	03-lug
2:10.13		DALLA MONTA' Laura	93	Trento	19-lug
2:13.50		VISSA Sintayehu	96	Palmanova	01-mag
2:29.20		MARONGIU Sonia	74	Rovereto	09-set
2:41.29		GIROTTTO Chiara	0	Trento	01-mag

1500 metri

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
4:30.32		TARSI Gaia	97	Bressanone	12-giu
4:30.96		DALLA MONTA' Laura	93	Trento	12-lug
5:04.92		BERGAMO Mirella	69	Rovereto	06-set
5:08.59		MARONGIU Sonia	74	Rovereto	07-mag
5:28.59		MALPAGA Anneke	88	Cles	25-ago

1 Miglio

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
5:26.0		TARSI Gaia	97	Novi Ligure	17-set

3000 metri

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
10:03.90		DALLA MONTA' Laura	93	Ferrara	30-giu
10:42.14		MARONGIU Sonia	74	Rovereto	09-set
10:48.32		BERGAMO Mirella	69	Rovereto	09-set
9:52.97	I	DALLA MONTA' Laura	93	Ancona	06-mar

5000 metri

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
16:01.88		AKENO Martha	93	Paderno Di Ponzano Veneto	10-giu
18:42.08		MARONGIU Sonia	74	Rovereto	05-giu

Corsa strada Km 10

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
38:59:00		DALLA MONTA' Laura	93	San Giorgio Pertiche	11-set

MARATONINA A

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
1h28:24		MARONGIU Sonia	74	Cittadella	18-dic
1h29:07		CARLIN Monica	71	Frangarto	13-nov
1h35:02		FEDRIZZI Paola	79	Verona	20-nov
1h48:42		CAMPREGHER Luisa	80	Frangarto	13-nov
2h01:35		PASQUALINI Sara	77	Verona	20-nov
2h01:35		PUVIANI Alessia	87	Verona	20-nov
2h01:35		POLLO Heike	68	Verona	20-nov
2h08:17		DALCANALE Laura	69	Merano	24-apr

MARATONINA B

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
1h29:11		BERGAMO Mirella	69	Jesolo	28-mag

MARATONA A

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
3h20:57		FEDRIZZI Paola	79	Reggio Emilia	11-dic
5h03:16		MORATELLI Anna	58	Reggio Emilia	11-dic

2000 siepi H76

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
6:55.15		DALLA MONTA' Laura	93	Milano	22-apr

3000 siepi H76

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
10:40.85		DALLA MONTA' Laura	93	Rovereto	07-mag

Staffetta 4X100

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
46.78		GYEDU JF,MAGGIOLO SF,LAZZARA SF,CORBUCCI PF		Cinisello Balsamo	24-set
47.74		GYEDU JF,MAGGIOLO SF,LAZZARA SF,ZANEI SF		Rovereto	07-mag
51.66		BERNARDI JF, IORIATTI JF, ABOLIS JF, FERRARI AF			

Staffetta 4X400					Salto triplo/TJ				
Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data	Prest.	Vento	Nominativo	Data
3:58.70		LAZZARA SF,TARSI JF,VISSA PF,DALLA MONTA' SF		Cinisello Balsamo	25-set	12.59	+1.8	ZANEI Elisa	07-mag
3:58.71		LAZZARA SF,TARSI JF,VISSA PF, IORIATTI JF		Rovereto	08-mag	12.21	+1.0	PEDRINI Chiara	25-giu
100 Hs H 76-8.50						12.13	-0.3	SINIGAGLIA Luisa	12-giu
Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data	10.83	+1.5	BERNARDI Milena	21-mag
16.02	-1.3	FERRARI Elisa	99	Bressanone	15-mag	12.42	I	PEDRINI Chiara	24-gen
100 Hs H 84-8.50						Peso/SP Kg 3.000			
Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data	Prest.	Vento	Nominativo	Data
13.87	+1.1	GYEDU Abigail	97	Rieti	24-giu	10.93		FERRARI Elisa	17-apr
400 Hs H 76						Peso/SP Kg 4.000			
Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data	Prest.	Vento	Nominativo	Data
1:02.76		VISSA Sintayehu	96	Agordo	22-mag	8.72		NDIMURWANKO Noa	07-mag
1:11.49		ZANETTI Federica	0	Rovereto	08-mag	8.10		PADOVAN Paola	16-ott
Salto in alto/HJ						11.99	I	JIMENEZ LUNA Johely	07-feb
Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data	11.03	I	AGUGIARO Emma	23-gen
1.68		AGUGIARO Emma	94	Rosa	17-set	Disco/DT Kg 1,000			
1.68		SINIGAGLIA Luisa	97	Cinisello Balsamo	24-set	Prest.	Vento	Nominativo	Data
1.50		PADOVAN Anna	95	Modena	25-apr	26.47		PADOVAN Paola	16-ott
1.50		GANARIN Veronica	0	Rovereto	10-set	25.18		PAOLI Sara	15-mag
1.40		FERRARI Elisa	99	Rovereto	07-mag	Martello/HT Kg 4.000			
1.71	I	AGUGIARO Emma	94	Padova	09-gen	Prest.	Vento	Nominativo	Data
1.58	I	PADOVAN ANNA	95	Padova	21-feb	57.35		NDIMURWANKO Noa	18-set
1.50	I	FERRARI Elisa	99	Padova	24-gen	Giavellotto/JT Gr500			
Salto con l'asta/PV						Prest.	Vento	Nominativo	Data
Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data	35.82		PAOLI Sara	01-mag
3.50	I	GRETA Chemello	92	Padova	30-gen	31.69		FERRARI Elisa	01-mag
Salto in lungo/LJ						Giavellotto/JT Gr600			
Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data	Prest.	Vento	Nominativo	Data
6.20	+1.9	PALEZZA Giada	93	Savona	25-mag	54.99		PADOVAN Paola	04-giu
6.02	-0.8	ZANEI Elisa	84	Rieti	25-giu	51.52		SINIGAGLIA Luisa	22-mag
5.36	+2.4	ABOLIS Micol	97	Rovereto	05-giu	32.40		PAOLI Sara	22-mag
5.22	-0.5	FERRARI Elisa	99	Rovereto	08-mag	Marcia 3000m			
5.17	+1.5	BERNARDI Milena	97	Rovereto	05-giu	Prest.	Vento	Nominativo	Data
4.70	+0.8	ZANETTI Federica	0	Arco	18-set	18:45.40		ANDREI Ilaria	17-apr
3.84	+0.2	CASAGRANDA Silvia	99	Rovereto	09-set	Marcia 5000m			
3.81	+0.5	GRIPPO Elena	0	Rovereto	09-set	Prest.	Vento	Nominativo	Data
5.24	I	AGUGIARO Emma	94	Padova	23-gen	24:46.08		MARIOTTI Ilaria	09-lug
						33:20.8		ANDREI Ilaria	22-ott

Salto triplo/TJ

Peso/SP Kg 3.000

Peso/SP Kg 4.000

Martello/HT Kg 4.000

Giavellotto/JT Gr500

Giavellotto/JT Gr600

Marcia 3000m

Marcia 5000m

Marcia 10000m

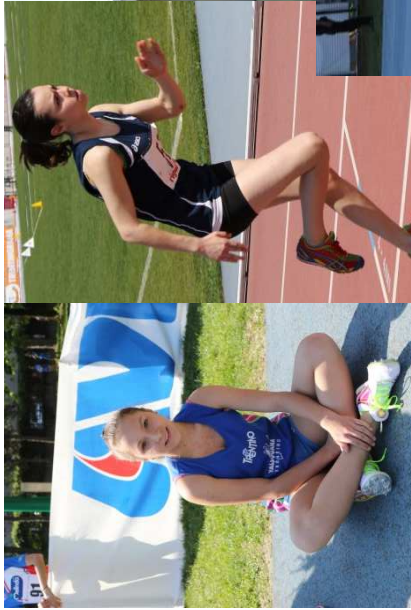
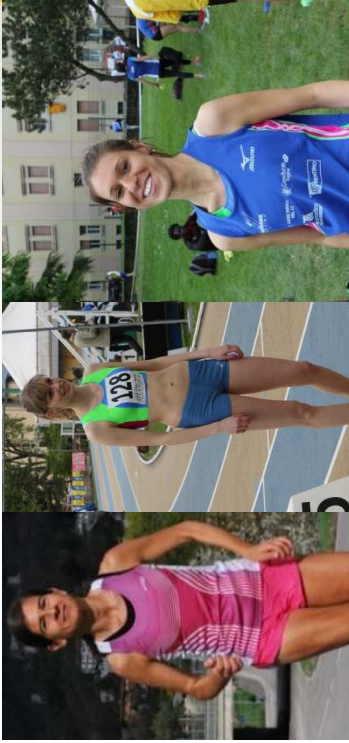
Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
51:35.29		MARIOTTI Ilaria	91	Acquaviva Delle Fonti	17-apr

PENTATHLON A F

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
3016	I	FERRARI Elisa	99	Padova	23-gen

PENTATHLON JPS F

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
3512	I	AGUGIARO Emma	94	Padova	10-gen



Annuario 2016
GS VALSUGANA TRENTO

CATEGORIA RAGAZZI

CATEGORIA CADETTI

60 piani				
Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città
9.21		MORELETTI Matteo	4	Borgo Valsugana
11.17		CARLIN Tommaso	4	Cles
9.51	I	MORELETTI Matteo	4	Pergine
9.60	I	CARLIN Mattia	3	Pergine
60 Hs H 60				
Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città
11.19		MORELETTI Matteo	4	Trento
Salto in lungo/LJ				
Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città
2.98		CARLIN Mattia	3	Trento
3.42	I	MORELETTI Matteo	4	Pergine
3.14	I	CARLIN Mattia	3	Pergine
Palla Gr 150				
Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città
32.65		CARLIN Mattia	3	Trento
25.93		MORELETTI Matteo	4	Cles
11.76		CARLIN Tommaso	4	Cles
Vortex				
Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città
31.56		RIGO Raffaele	4	Rovereto
BIATHLON				
Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città
25		CARLIN Tommaso	4	Cles



60 piani				
Prest.	W	Nominativo	Anno	Città
7.95	I	ZENI Davide	2	Pergine Vals.
8.05	I	ZAMPIERO Rahar	1	Pergine Vals.
8.75	I	PAOLI Stefano	1	Pergine Vals.
8.85	I	LUNELLI Stefano	1	Pergine Vals.
8.92	I	CENCI Stefano	2	Pergine Vals.
9.34	I	POMPERMAIER	2	Pergine Vals.
9.37	I	SARTORI Mattia	2	Pergine Vals.
60 Hs H 84-8.50				
Prest.	W	Nominativo	Anno	Città
11.17	I	ZAMPIERO Rahar	1	Pergine Vals.
12.79	I	POMPERMAIER	2	Pergine Vals.
Marcia 3000m				
Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città
14:34.81	I	ANDREI Aldo	1	Ancona
80 piani				
Prest.	W	Nominativo	Anno	Città
9.77	+1.2	HUELLER Jaider alexander	1	Arco
9.79		ZENI Davide	2	Trento
10.24	-0.1	DANDREA Nicola	1	Rovereto
10.38	+0.8	ZAMPIERO Rahar	1	Trento
10.41	-0.3	GREMES Simone	1	Rovereto
10.44	+1.5	DISSEGNA Martin	1	Mezzano
10.55	+0.1	VOLTOLINI Gabriele	1	Cles
11.30	-0.3	ELAONNI Youssef	2	Rovereto
11.40	+0.0	CONCI Guido	2	Cles
12.24	+0.1	SARTORI Mattia	2	Cles
	-1.0			
12.26	-0.2	POMPERMAIER Cristian	2	Cles
42848				

150 metri

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
18.30		ZENI Davide	2	Mezzolomba rdo	10-apr
19.53		ZAMPIERO Rahar	1	Mezzolomba rdo	10-apr
19.63		GREMES Simone	1	Mezzolomba rdo	10-apr
19.71		DANDREA Nicola	1	Mezzolomba rdo	10-apr
19.77		VOLTOLINI Gabriele	1	Mezzolomba rdo	10-apr
20.09		DISSEGNA Martin	1	Mezzolomba rdo	10-apr

300 piani

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
39.09		HUELLER Jaider alexander	1	Cles	25-ago
40.02		DANDREA Nicola	1	Trento	21-mag
42.14		GREMES Simone	1	Trento	14-mag
42.30		ZAMPIERO Rahar	1	Trento	21-mag
42.80		VOLTOLINI Gabriele	1	Trento	14-mag
45.06		DISSEGNA Martin	1	Mezzano	03-set
46.05		ELAONNI Youssef	2	Trento	14-mag

600 metri

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
1:37.12		DANDREA Nicola	1	Cles	23-apr
1:43.16		GREMES Simone	1	Cles	23-apr
1:49.12		VOLTOLINI Gabriele	1	Cles	23-apr
1:52.26		DISSEGNA Martin	1	Rovereto	15-ott
1:53.19		CONCI Guido	2	Cles	23-apr
1:53.55		ELAONNI Youssef	2	Rovereto	15-ott
1:54.24		ZENI Davide	2	Cles	23-apr
1:57.99		POMPERMAIER Cristian	2	Cles	23-apr
2:01.33		SARTORI Mattia	2	Cles	23-apr

1000 metri

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
3:21.81		BEBER Michele	2	Borgo Valsugana	18-giu
3:22.12		CONCI Guido	2	Borgo Valsugana	18-giu
3:22.31		POMPERMAIER Cristian	2	Borgo Valsugana	18-giu
3:53.52		SARTORI Mattia	2	Trento	21-mag

1200 metri

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
4:02.36		SARTORI Mattia	2	Mezzolomba rdo	10-apr
4:06.83		BEBER Michele	2	Mezzolomba rdo	10-apr
4:23.32		CONCI Guido	2	Mezzolomba rdo	10-apr

2000 metri

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
7:29.44		POMPERMAIER Cristian	2	Trento	22-mag
1200 siepi H 76 S.R.					
Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
4:07.39		ELAONNI Youssef	2	Trento	22-mag
4:29.55		CONCI Guido	2	Trento	22-mag
Staffetta 4X100					
Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
48.78		ZAMPIERO CM,DANDREA CM,VOLTOLINI CM,ZENI CM		Trento	22-mag

300 Hs H 76

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
50.37		ELAONNI Youssef	2	Cles	23-apr
Salto in alto/HJ					
Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
1.64		GREMES Simone	1	Trento	22-mag
1.58		DISSEGNA Martin	1	Borgo Valsugana	18-giu
1.55		LUNELLI Stefano	1	Mezzolomba rdo	10-apr
1.50		VOLTOLINI Gabriele	1	Cles	23-apr
1.30		DANDREA Nicola	1	Cles	23-apr

Salto in lungo/LJ

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
5.65	+0.0	GREMES Simone	1	Arco	25-set
5.01	-0.5	VOLTOLINI Gabriele	1	Rovereto	09-set
4.95	-0.5	ZENI Davide	2	Trento	22-mag
4.88		DISSEGNA Martin	1	Trento	14-mag
4.86		DANDREA Nicola	1	Trento	14-mag
4.69	+0.0	CENCI Stefano	2	Arco	25-set
4.49		ELAONNI Youssef	2	Trento	14-mag
4.35	I	LUNELLI Stefano	1	Pergine Vals.	16-gen
3.88		PAOLI Stefano	1	Pergine Vals.	30-gen



Annuario 2016
GS VALSUGANA TRENTO

Peso/SP Kg 4.000

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
13.59		VOLTOLINI Gabriele	1	Arco	25-set
10.59		DANDREA Nicola	1	Mezzolomba rdo	10-apr
9.74		GREMES Simone	1	Cles	23-apr
9.12		CENCI Stefano	2	Arco	25-set
6.59		DISSEGNA Martin	1	Cles	23-apr

Disco/DT Kg 1.500

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
29.37		VOLTOLINI Gabriele	1	Arco	25-set
13.64		CONCI Guido	2	Trento	21-mag
10.05		POMPERMAIER Cristian	2	Trento	21-mag

Martello/HT Kg 4.000

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
25.71		VOLTOLINI Gabriele	1	Trento	22-mag

Giavellotto/JT Gr600

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
39.65		DANDREA Nicola	1	Rovereto	10-set
27.34		DISSEGNA Martin	1	Mezzano	03-set
22.01		GREMES Simone	1	Rovereto	15-ott
20.96		ELAONNI Youssef	2	Rovereto	15-ott
20.82		CENCI Stefano	2	Trento	21-mag

TETRATHLON

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
1987		DANDREA Nicola	1	Rovereto	15-ott
1910		VOLTOLINI Gabriele	1	Cles	23-apr
1856		GREMES Simone	1	Cles	23-apr
1690		DISSEGNA Martin	1	Mezzano	03-set
973		ELAONNI Youssef	2	Rovereto	15-ott

Marcia 3000m

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
14:06.39		ANDREI Aldo	1	Fidenza	05-giu

Marcia 5000m

Prest.	Vento	Nominativo	Anno	Città	Data
23:59.53		ANDREI Aldo	1	Cles	08-ott

CATEGORIA ASSOLUTI

100 metri

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
11.47	+1.2	FILIPPO Simone	98	Arco	17-set
11.69	-0.5	AVI Alessandro	97	Trento	30-apr
11.78	-0.4	ZORTEA Matteo	99	Rovereto	07-mag
12.23	+0.0	BANCHELLI Alessandro	86	Cles	25-ago
12.59	-0.6	TOMIO Giulio	0	Trento	30-apr
12.78	+0.9	BERNARDI Davide	0	Borgo Valsugana	18-giu
12.89	+1.2	ORSINGHER Martin	97	Arco	17-set

200 metri

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
23.24	-0.1	AVI Alessandro	97	Rovereto	05-giu
23.37	+0.1	FILIPPO Simone	98	Bressanone	11-set
23.59	+0.5	ZORTEA Matteo	99	Rovereto	08-mag
23.77	-0.5	FILIPPO Marco	99	Rovereto	05-giu
24.69	+0.7	BANCHELLI Alessandro	86	Arco	18-set

300 piani

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
38.73		ORSINGHER Werner	0	Rovereto	17-apr

400 metri

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
50.73		FILIPPO Simone	98	Rovereto	04-giu
51.20		AVI Alessandro	97	Rovereto	07-mag
51.61		FILIPPO Marco	99	Bovolone	01-ott
52.16		CAMPESTRINI Elia	99	Arco	17-set
54.50		ZORTEA Matteo	99	Cles	25-ago
57.55		BANCHELLI Alessandro	86	Trento	30-apr

600 metri

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
1:27.47		ORSINGHER Werner	0	Rovereto	17-apr



Annuario 2016
GS VALSUGANA TRENTO

800 metri				
Prest.	W	Nominativo	Anno	Città
2:00.08		FILIPPO Marco	99	Arco
2:00.42		ORSINGHER Werner	0	Rovereto
2:02.22		MATTIVI Tommaso	99	Trento
1500 metri				
Prest.	W	Nominativo	Anno	Città
4:13.90		MASE' Endale	97	Trento
4:14.61		ORSINGHER Werner	0	Bressanone
4:16.50		MATTIVI Tommaso	99	Rovereto
2000 metri				
Prest.	W	Nominativo	Anno	Città
6:07.51		MATTIVI Tommaso	99	Rovereto
3000 metri				
Prest.	W	Nominativo	Anno	Città
9:05.56		MASE' Endale	97	Trento
9:16.77		CORRADI Norbert	74	Trento
9:19.65		MATTIVI Tommaso	99	Bovolone
9:48.41		FILIPPO Marco	99	Trento
9:57.48		DECARLI Denis	91	Ancona
11:01.78		BALDO Corrado	67	Trento
5000 metri				
Prest.	W	Nominativo	Anno	Città
16:10.22		MASE' Endale	97	Trento
16:16.25		CORRADI Norbert	74	Trento
Corsa strada Km 10				
Prest.	W	Nominativo	Anno	Città
34:52:00		DECARLI Denis	91	Santarcangelo Di Romagna
MARATONINA A				
Prest.	W	Nominativo	Anno	Città
1h15:42		DECARLI Denis	91	Vicenza
1h18:17		DIVINA Luca	84	Dolo
1h18:22		BOFFO Marco	75	Brugnera
1h18:58		RAGUCCI Leonardo	71	Caldaro
1h22:28		ZANOL Marco	73	Verona
1h28:45		GIACOMONI Marco	67	Caldaro
1h29:41		MARCHESONI Fabio	76	Frangarto
1h30:07		SADLER Paolo	60	Verona

1h30:08	GASPEROTTI Carlo	66	Dolo	03-apr
1h35:18	MARQUES DOS SANTOS Carlos alberto	75	Caldaro	20-mar
-10				
1h38:00	NICOLUSSI MOTZE Bruno	57	Verona	14-feb
1h39:58	LEONARDELLI Armando	65	Frangarto	13-nov
1h40:22	RICCI Camillo	70	Verona	14-feb
1h44:10	TRENTIN Simone	71	Verona	14-feb
1h46:04	SLOMPO Giorgio	60	Verona	14-feb
1h49:43	GHILARDI Francesco	63	Cittadella	18-dic
2h00:47	SIMONI Mattia	92	Verona	14-feb

MARATONINA B

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
1h30:16		DE BERTI Gaetano	74	Jesolo	28-mag
1h33:21		ROSATI Alberto	79	Jesolo	28-mag
1h35:12		TRENTIN Simone	71	Jesolo	28-mag
1h36:48		FILIPPI Gianluca	70	Jesolo	28-mag
1h40:20		MARIOTTI Andrea	86	Jesolo	28-mag
1h54:10		GHILARDI Francesco	63	Genova	24-apr

MARATONA A

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
2h39:45		BOFFO Marco	75	Ferrara	20-mar
2h55:34		ZANOL Marco	73	Firenze	27-nov
3h00:10		GIACOMONI Marco	67	Reggio Emilia	11-dic
3h14:13		MARCHESONI Fabio	76	Padova	17-apr
3h21:52		SADLER Paolo	60	Reggio Emilia	11-dic
3h29:59		LEONARDELLI Armando	65	Brescia	13-mar
3h32:23		ANDREATTA Paolo	75	Brescia	13-mar
3h32:33		NICOLUSSI MOTZE Bruno	57	Russi	03-apr
4h30:10		SIMONI Mattia	92	Parma	16-ott
-10					

Maratona B

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
3h25:55		RICCI Camillo	70	Aquileia	28-mar

Corsa Km 50

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
3h12:48		BOFFO Marco	75	Castelbolognes e	25-apr
4h43:05		LEONARDELLI Armando	65	Castelbolognes e	25-apr

Corsa Km 100					
Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
7h57:22		BOFFO Marco	75	Faenza	29-mag
13h26:42		NICOLUSSI MOTZE Bruno	57	Faenza	29-mag

2000 siepi H91

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
6:22.49		MATTIVI Tommaso	99	Bovolone	01-ott

3000 siepi H91

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
9:55.27		MASE' Endale	97	Rovereto	07-mag

Staffetta 4X100

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
46.20		TOMIO AM,ZORTEA AM,ARMELAO AM,NAIDON AM		Trento	30-apr

Staffetta 4X400

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
3:29.52		ZORTEA AM,FILIPPO AM,ORSINGER AM,CAMPESTRINI AM		Bovolone	02-ott

110 Hs H 91

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
14.83	+0.0	NAIDON Lorenzo	99	Bovolone	01-ott

400 Hs H 84

Prest.	Ven	Nominativo	Anno	Città	Data
55.53		CAMPESTRINI Elia	99	Jesolo	18-giu

Salto in alto/HJ

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
2.01		NAIDON Lorenzo	99	Roma	02-giu
1.95		ARMELAO Daniel	99	Arco	18-set
1.93		FEDEL Simone	U	Arco	18-set

Salto in lungo/LJ

Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	
6.43	+1.6	NAIDON Lorenzo	99		
6.18	+1.0	FEDEL Simone	0		

Salto in lungo/U					
Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
6.43	+1.6	NAIDON Lorenzo	99	Rovereto	17-apr
6.18	+1.0	FEDEL Simone	0	Arco	18-set
Salto triplo/TJ					
Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
13.98	+0.2	NAIDON Lorenzo	99	Bovolone	01-ott
Peso/SP Kg 5.000					
Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
10.06		ARMELAO Daniel	99	Bovolone	02-ott
Disco/DT Kg 1.500					
Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
16.05		CAMPESTRINI Elia	99	Bovolone	01-ott
Martello/HT Kg 5.000					
Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
22.35		ORSINGHER Werner	0	Bovolone	02-ott
Giavellotto/JT Gr700					
Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
43.01		NAIDON Lorenzo	99	Arco	17-set
25.84		FEDEL Simone	0	Bovolone	01-ott
Giavellotto/JT Gr800					
Prest.	W	Nominativo	Anno	Città	Data
26.22		SCOTTON Gabriele	98	Rovereto	07-mag



Annuario 2016
GS VALSUGANA TRENITINO

Gara	Risultato	Cognome Nome	A.N.	Località	Data	NOTE
100	11"69	Osazuwa Agnes	89	Trento	2012	
200	24"21	Baggio Claudia	84	Rieti	2006	
400	55"41	Canali Lorenza	84	Lana	2008	
800	2'03"66	Canali Lorenza	84	Rovereto	2008	
1500	4'10"69	Mrisho Mohamed Zakia	84	Rovereto	2010	
3000	8'44"78	Mrisho Mohamed Zakia	84	Rovereto	2008	
5000	15'16"14	Mrisho Mohamed Zakia	84	Lodi	2008	
100 hs	13"87	Gyedu Abigail	97	Rieti	2016	RECORD PROVINCIALE
400 hs	58"25	Scardanzan Elisa	85	Orvieto	2013	RECORD PROVINCIALE
alto	1,83	Marconi Valeria	81	Cagliari	2008	
asta	3,70	Benedetti Giulia	83	Pergine	2008	
lungo	6,39	Zanei Elisa	84	Chiasso	2010	RECORD REGIONALE
triplo	13,22	Zanei Elisa	84	Trento	2014	
peso (Kg. 4)	13,07	Rendina Laura	83	Hengelo	2010	
disco (Kg. 1)	49,95	Zin Greta	90	Donnas	2010	RECORD REGIONALE
giavellotto (gr. 600)	54,99	Padovan Paola	95	Tunisi	2016	
martello (kg. 4)	57,35	Ndimurwanko Noa	93	Arco	2016	RECORD REGIONALE
staffetta 4x100	46"25	Olekibe , Marcato, Coly, Osazuwa		Trento	2012	
staffetta 4x400	3'49"05	Lazzara, Scardanzan, Rigoni, Canali		Modena	2012	
staffetta 100/200/300/400	2'34"02	Larcher, Zanei, Vulcan, Canali		Pergine	2004	
3000 siepi	10'28"65	DallaMontà Laura	93	Castiglione della Pescaia	2015	RECORD PROVINCIALE
Eptathlon	5454 punti	Rendina Laura	83	Hengelo	2010	RECORD PROVINCIALE
Maratonina 21.097	1h22'11"	Bergamo Mirella	69	Padenghe sul Garda	2013	
Maratona 42.195	2h49'47"	Carlin Monica	71	Malcesine	2012	
Marcia 5 km	23'27"88	Stetskiv Cecilia	91	Cassino	2013	RECORD PROVINCIALE
Marcia 10 km	48'39"58	Stetskiv Cecilia	91	Firenze	2013	RECORD PROVINCIALE

Gara	Risultato	Cognome Nome	A.N.	Località	Data	NOTE
100	10'78"	Lorenzi Marco	93	Trento	2011	
200	21'58"	Lorenzi Marco	93	St. Cristina	2010	
400	46'39"	Lorenzi Marco	93	Bressanone	2011	RECORD REGIONALE
800	1'50"98	Nadalini Francesco	85	Pergine	2007	
1500	3'43"44	Crippa Yemaneberhan	96	Eugene	2014	RECORD PROVINCIALE
3000	8'09"89	Crippa Yemaneberhan	96	Conegliano	2014	
5000	14'22"17	Crippa Yemaneberhan	96	Landquart	2014	
10000	30'37"13	Crippa Nekagenet	94	Ferrara	2014	
110 hs	17"0	Nollo andrea	81	Caldaro	1997	
400 hs	53"58	Lorenzi Nicola	95	Torino	2014	
3000 siepi	9'53"99	Pintarelli Loris	92	Trento	2012	
alto	2,12	Nadalini Stefano	93	Rieti	2010	
asta	4,61	Sgarabotto Alberto	82	Trento	2008	
lungo	6,90	Galvan Marco	80	Pergine	2002	
triplo	13,79	Galvan Marco	80	Modena	2007	
peso (Kg. 7,260)	13,15	Planchel Erick	86	Bolzano	2006	
disco (Kg.2)	37,52	Trentinaglia Davide	80	Bolzano	1997	
giavellotto	43,18	Sgarabotto Alberto	82	S. Giovanni Lupatoto	2012	
martello (Kg. 7,260)	30,83	Trentinaglia Davide	80	Pergine	2002	
staffetta 4x100	44"59	Sala, Galvan, Sgarabotto, Troncone		Pergine	2008	
staffetta 4x400	3'29'64	Rizzo, D'amici, Rettore, Dorigato		Trento	2012	
staffetta 100/200/300/400	2'20"07	Fruet, Oss, Pegorar, Donati		Faenza	1999	
Maratonina 21.097	1h05'31"	Crippa Nekagenet	94	Cremona	2014	
Maratona 42.195	2h19'55"	Leonardi Massimo	73	Firenze	2012	
100 km	7h14'55"	Campestrin Cristiano	72	Faenza	2004	
Marcia 10 km	57'36"22	Reggiani Lorenzo	62	Mogliano Veneto	2007	

QUESTI SIAMO NOI!



“SE VUOI ... PUOI” da dietro le quinte

E' trascorso un anno esatto dall'avvio di questo progetto; l'idea è nata così, di punto in bianco dopo che per l'ennesima volta mi sono sentita chiedere come facessi a conciliare famiglia lavoro e corsa. E' una domanda che mi fanno spesso e la mia risposta è sempre la quella: se a una cosa ci tieni veramente il tempo e il modo per farla lo si trova, il resto sono tutte seuse! E poi, se ci riesco io ci riescono tutti. Mi rendo conto che non sempre è facile e la forza di volontà deve essere pari alla voglia di riuscirci. Mi rivolgo in particolare alle mamme lavoratrici che spesso sono via tutto il giorno da casa e non vedono l'ora di rientrare per stare un po' con i propri figli, ma da mamma di tre bambini vi assicuro che si può, e bisogna ricordarsi anche che non è la quantità del tempo che conta ma la qualità e comunque il tempo si trova che sia di sera tardi o di mattina prima dell'alba. Il gruppo, numerosissimo sin dall'inizio, è molto affiatato, ogni nuovo iscritto viene sempre accettato con tanto affetto e incoraggiamento da parte di tutti, perché il sostegno è essenziale. Ognuno ha i suoi ritmi e i suoi obiettivi che vanno rispettati; regola fondamentale: DIVERTIMENTO!!!

Ricordo che Heike il giorno in cui abbiamo iniziato ci ha detto che il suo grande obiettivo era riuscire a correre più di sei chilometri e nel giro di un mese è riuscita a fare allenamenti da 12/15 chilometri, in un anno ha corso tre mezze maratone, in allenamento ora corre 28 chilometri. Come lei Fiorella, grande amica dalla simpatia ineguagliabile che scende dalla Val di Non per allenarsi con il gruppo, dimostrazione di grande impegno e forza di volontà è diventata un punto di riferimento per tutte. Altro esempio di determinazione è Alessandra “La cugina”, che ha avuto la sua rivincita personale sulla vita; ha iniziato a correre a marzo 2016 e a ottobre 2016 ha corso la sua prima mezza maratona a Trento, quel giorno il gruppo la stava aspettando all'arrivo, indimenticabile l'abbraccio del Presidente Mauro Andreatta e le lacrime di commozione di tutti noi, Alessandra è una forza e un grande esempio per tutti.

In questo anno abbiamo fatto tantissimi chilometri insieme, gli allenamenti sono sempre divertentissimi e pieni di allegria, far parte di un gruppo così affiatato è bellissimo. Ho imparato tanto da queste ragazze, ho vissuto sensazioni che spesso gareggiando al di sopra delle mie possibilità avevo perduto e dimenticato come la bellezza di vivere una gara osservando anche ciò che mi circonda o semplicemente parlando con chi mi è fianco senza monitorare continuamente i tempi e i ritmi. Ho capito per l'ennesima volta che la vittoria non sempre è arrivare prima degli altri, le mie medaglie più belle sono i sorrisi di queste ragazze. Per d'atme una, non dimenticherò mai il sorriso di Barbara per aver raggiunto il suo obiettivo quest'anno alla mezza maratona di Verona, credo che quel bellissimo sorriso pieno di emozioni forti le sia rimasto stampato in faccia per tre giorni. Devo dei ringraziamenti agli amici Master che aiutano nella riuscita di questa iniziativa: Anna Moratelli, mia valida compagna in questo progetto, sostenitrice delle cammina runners, il coach Paolo Sadler che quando può segue il gruppo dando i suoi preziosi consigli, come lui anche Paolo Andreatta e Carlos Santos danno supporto alle ragazze negli allenamenti e nelle gare, non per ultimo il Presidente Mauro Andreatta che ha creduto e sostenuto sin dall'inizio il progetto.

Il gruppo “Se Vuoi... puoi” ad oggi è composto da: Alessia Puviani, Anna Fronza, Barbara Facchinelli, Daniela Bertoldi, Daniela Mosele, Daniela Giovannini, Federica Cobbe, Fiorella Viesi, Paola Galvan, Giovanna Ecel, Giulia Voltolini, Heike Pollo, Katia Re, Lorenza Fedrizzi, Manuela Sighel, Maria Antonia Murgia, Enrico Dolzani, Mariangela Filz, Mauro Baitella, Patrizia Marchi, Romina Bertoldi, Alessandra Giovannini, Tatiana Baldessari, Valentina Zanotti

Auguro a tutti voi di “Se vuoi... Puoi” KM e KM di divertimento!

Paola



Così è iniziata....

Più di un anno fa, la mia amica di vecchia data Paola mi parlò del progetto che aveva in mente: creare un gruppo camminata/corsa e battezzarlo **se vuoi....puoi!** (che nome assurdo!)

Io, che ormai abito lontana da Pergine, non ho nemmeno pensato ad iscrivermi....

lontana, famiglia, figli, lavoro....

Correvo saltuariamente qualche mezz'oretta (fiato permettendoli) e mi bastava....non era fattibile!

Ma anche se lontane, Paola mi dava suggerimenti sulla corsa e mai insisteva perché mi iscrivessi! Sempre presente, mai insistente!!!!

Poi, un giorno....trak! mi iscrivo al gruppo e al GS Valsugana! mi riorganizzo la vita (fisica e mentale!), sicura che non ne sarebbe uscito niente!

Arriva così il giorno che ci troviamo tutti assieme per correre...

Vecchie conoscenze, nuove conoscenze, agitazione....ok!

Si parte! 15 km portati a casa! Soddisfatta fisicamente ma soprattutto mentalmente! 15 km di risate, chiacchiere, divertimento!

Era marzo....a ottobre ho corso la mia prima Half Marathon! Incredibile!

Da quel giorno non so quanti km abbiamo corso insieme....ma so quanto ci si diverte quando ci si trova; so che anche se parti con poca voglia, il gruppo ti dà carica; so che abbiamo preso la pioggia e ci abbiamo riso su; so che abbiamo percorso itinerari che mai avrei immaginato; so che ci sono degli elementi con i quali ho stretto un runner-legame; so che qualcuno corre sempre, a qualsiasi ora; so che si condivide fatica e sudore e tutto è più soft; so che si condivide tempo, sia per correre che per mangiare e bere insieme; so che trovarsi è sempre una festa; so che ormai trovarsi è un rito, un desiderio, una necessità sia per il corpo ma soprattutto per il cuore, perché la bella gente fa bene al cuore; so che....che ho rifatto la tessera! e allora tutte le scuse che prima trovavo, erano solo scuse perché effettivamente "se vuoi, puoi!", perché in realtà non è un nome assurdo, è il vero motivo per cui facciamo alcune scelte e alcune no!!!!

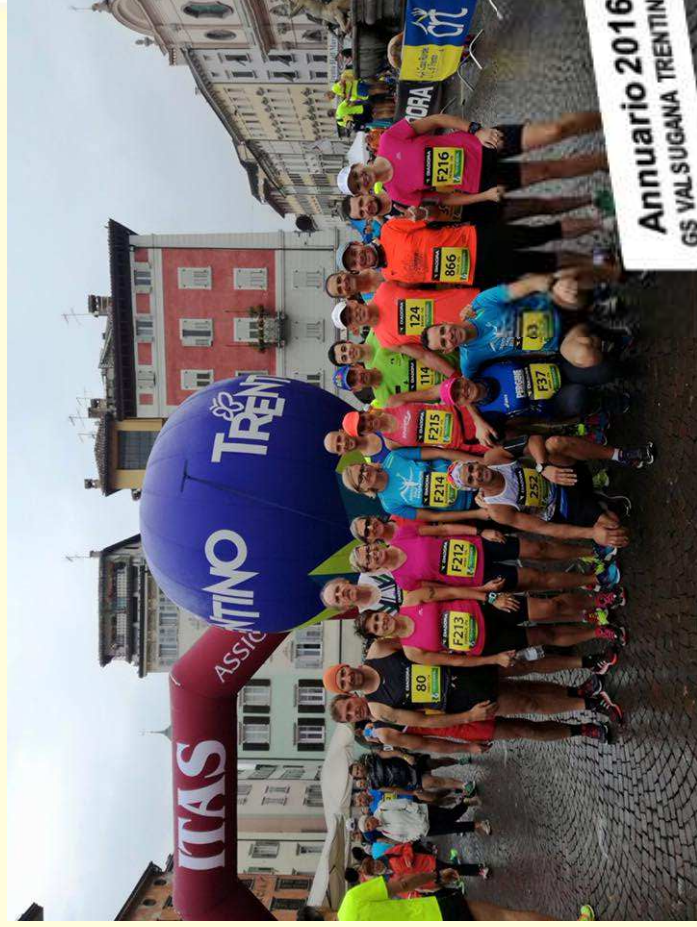
E quando sono lontana dalla squadra e corro da sola, mi immagino il gruppo che corre con me e tutto diventa più bello!!!!

beata Paola e la sua sana droga per la corsa: le sue runner-idee mi hanno regalato tutto ciò!!!!

fantastico sano star bene corpo e spirito!!!!

grazie a tutti noi SVP

Fiore

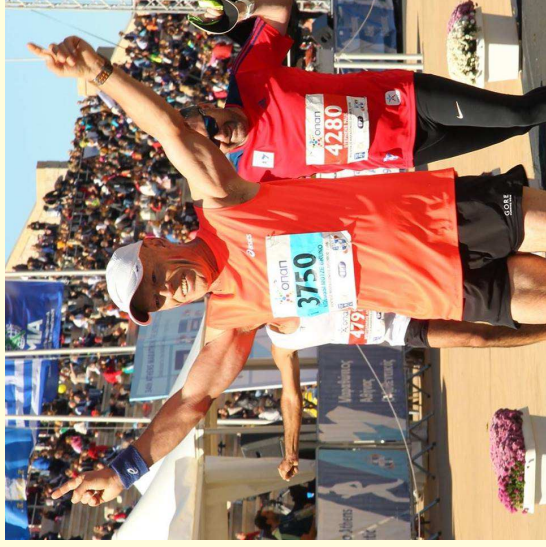


Buona sera Signora, cheffà? Corriamo?

Buonasera Signora, come? Sembro un minatore? Ma non vede che è un frontolino e sto partendo per la corsa? ahahahahah, cos'ho da ridere? Non ridi di lei Signora, è tutta la sera che ridi, non so dar mi pace. Come? Il riso abbonda sulla bocca degli stolti? ahahahahah, si si sono un po' stolti ahahahahah, ma non si offenda sono fatto così quando mi prende mi prende Purtroppo, se sente digiulare il mio letto stanotte non pensi male, sono solo, con la mia pancia in subbuglio a forzar gli addominali dal ridere. La ritenevo un uomo serio! Non si è sbagliata Signora, sono un uomo serio ma oggi va così, volevo fare delle ripetute ...

Ma non mi prenda in giro sporcaccione! Mannò Signora cos'ha capito, parlo di corse, invece ho fatto 20km a 5'30"/km ... ma cosa le sto a spiegare...comunque...continuavano a venirmi in mente certi miei amici e non riuscivo proprio a correre più veloce: la Paola Fedrizzi, la moretta della Moretta, con le sue ansie continue ma quando c'è da correre non ha rivali, tanto le fa fare 60km in montagna che 60km in pianura delle salite manco se ne accorge; se è normale?

Normale no, ma cosa vuole aspettarsi da una che alle 6 della mattina è già tornata dal giro e se non può fare il giro lungo fa il criceto sul prato di casa; il criceto? ma scusi Bruno lei beve? ahahah si certo che bevo, boccali di birra ma solo dopo le ultra, ahahahah ... No guardi Bruno deve spiegarsi meglio. Vede Signora, ormai lo avrà capito, a me piace correre e lo consiglio anche a Lei che mi sembra in sovrappeso Ahiiiiiii, Signora di vada piano con quell'ombrello ho solo scherzato, stavo dicendo che mi piace correre e faccio parte di un gruppo di persone molto belle, uomini e donne di tutte le età che stanno bene assieme ... Ahiiii! porca vacca con quell'ombrello, ma che ammucciate ... se mi lascia finire ... non sto dicendo nulla di male. Mettiamola così, abbiamo in comune la passione della corsa e correre è una cosa che fa stare bene sia di fisico che di mente ... si si anche di mente tanto che anche noi di una certa età ci sentiamo giovani al pari dei più giovani e i più giovani ci fanno sentire ancora più giovani ... Ahahahah ... mannò Signora Le assicuro che stasera la pinta di birra la devo ancora bere. Prenda per esempio quel signore con i baffetti che ho appena salutato, Paolo Sadler, si certo sembra una persona normale, ma nella corsa è un campione, ed è pure simpatico oltre che generoso, dispensa consigli a tutti tanto che lo chiamano "il coach", lui si prepara con metodo e matematica diligenza e i risultati gli danno ragione ... nooooo, si figurì non sono tutti come lui, quello è unico; prenda per esempio quell'altro Paolo, l'Andreata, anche quello ha le potenzialità di un campione ma è tutto ridere, non ride anche più di me, quando corre a volte si veste da scimpanzé ahahah ... gli piace fare la macchietta ma va forte, anche con la pastasciutta ... ma non la sto prendendo in giro Signora, è per spiegarle che siamo tutte persone normali con le nostre singole peculiarità però quando corriamo tutti assieme ci divertiamo molto. Persino Norbert Corradi che è un campione serio, lui si che ha tanta esperienza e vince le gare, anche lui è di gran compagnia e la birra media non la butta mai via ... ahahah ... a forza di correre mi vengono anche le rime ... ahahah ... Signora vorrei presentarle una Signora, ... non capisco, perché le sembra cretino? Vorrei presentarle la Anna Moratelli, ha un anno meno di me quindi un po' più giovane di Lei, mannò non si offenda Lei che Lei è più giovane ma se si mettesse a correre vedrebbe che si ringiovanirebbe in men che non si dica, e dopo aver conosciuto l'Anna il miglioramento è certo ... no! L'ombrello no! basta! l'Anna è simpaticissima ed è capace di coinvolgere tutti con divertenti intrattenimenti e corsi di ginnastica che lei stessa conduce, è una maratoneta e una trailer instancabile. Trailer? Uno che fa gare di trail, diòè gare, o anche non necessariamente gare, fuori strada quasi sempre in ambiente montano, sono gare bellissime, in semiautonomia ... sì, bisogna portarsi uno zainetto con bevande e qualcosa da mangiare e dell'attrezzatura tecnica specifica ... sì si le spiegherò, ne ho già fatte diverse ed anche molto lunghe e con dislivelli elevati, arrivare in fondo, o in cima, è una gran soddisfazione. Su questo tipo di percorsi ci sono anche gli specialisti tipo il Gabriele Zeni che ha iniziato da poco ma è fortissimo, oppure le ragazze, la Luisa Campregher che ha fatto della montagna il suo ambiente naturale, che siano sentieri, rocce o neve non c'è ostacolo naturale che la possa fermare, la Irene Zamboni che io chiamo "capriolo" corre gli ultratrail con un'eleganza disamante, come non facesse fatica, un tutt'uno con la montagna. Si certo può provare anche Lei Signora, venga pure alle nostre riunioni vedrà che le ragazze le spiegheranno tutto, le piacerà di sicuro, conoscerà anche un bel po' di maschiotti e venga pure con la torta ... Ahiiiiiaa!!! Mi ha fatto male sta volta con quell'ombrello, ah si è rotto? Meno male ma vede? A correre anche la testa diventa più dura! Ahahahah ... Le ripeto, sto parlando sul serio, se porta una torta, o qualche altro dolce, è ben accettato anche dai maschiotti, noi di solito portiamo una bottiglia di vino ... tranquilla, sono semplici riunioni dove ci si scambiano esperienze e si organizzano corse in compagnia, ma sempre con quella pacata ironia e divertente approccio che è tutta una simpatia. Conoscerà i ragazzi dell'asfalto continua



no no non c'entra nulla con il lavoro, hanno tutt'altro impieghi, volevo dire quelli che corrono su strada, gli specialisti delle mezze maratone Carlos Santos, no non è della Val di Non è Portoghese, il suo nome completo è Dos Santos Marquez Carlos Alberto Y ... Y ... ma cosa vuole che ne sappia io? Lo chiederà a lui, si è simpatico e ci sta agli scherzi non si preoccupi, si è esperto ed ha già accompagnato le ragazze in gara ... insomma Signora, venga a vedere si metterà d'accordo direttamente con lui! Si c'è anche il Gianluca Filippi, lui fa anche le maratone e proprio ora ci sta aiutando a organizzare la trasferta a Valencia, se vuole può venire anche lei. Va bene, più avanti forse. Sappia che tutti gli anni andiamo all'estero a fare qualche gara, anche di quelle strane, provi a chiedere a Giorgio Slompo e a Francesco Ghilardi della gara di Capodanno corsa a Zurigo, per forza in Svizzera sì, a mezzanotte dell'ultimo dell'anno, siamo partiti proprio un microsecondo dopo lo scoccare della mezzanotte con freddo polare, neve, nebbia, percorso accidentato, eppure ci siamo anche divertiti, si beh siamo anche un po' strani ma con noi ci avrebbe da guadagnare ... ferma con quell'ombrellino, stiamo diventando amici no? Siamo in molti di più, c'è un altro campione e ragazzo simpatico Marco Zanoli, di tanta compagnia ma in corsa è meglio lasciarlo andare tanto è irraggiungibile, Leonardo Ragucci stesso discorso, Fabio Marchesoni corre un po' tutte le distanze è molto forte anche nei cross, i cross? Sono gare corte su sterrati, molte volte in vera e propria campagna, può esserci terreno gelato o fango dipende dal clima, sono dure anche se corte, nel gruppo ci sono gli specialisti anche di queste gare se le dovessero interessare; ma le consiglio di parlare anche con la Barbara Pau che ha fatto un po' di tutto ora si sta appassionando al fuoristrada, ragazza simpaticissima le darà ottimi consigli; conoscerà Camillo Ricci un ragazzoone alla mano tra i più equilibrati e di gran compagnia, se poi le interessasse parlare con uno che del tempo cronometrico gli interessa davvero poco si rivolga a Daniele Ioratti, io l'ho conosciuto nei campionati di corsa in montagna dove sembrava uno stambecco, ora fa anche maratone e gli piacciono anche le lunghe escursioni non competitive lui ne sa parecchio. Sì certo, anche lei può arrivare a fare di tutto, basta che si alleni, un po' alla volta, con pochi km all'inizio e poi sempre di più, come fanno le ragazze del gruppo "Se Vuoi Puoi" coordinato dalla Paola Fedrizzi, in lei troverà una valida alleata. L'importante è che non faccia come i fratelli Zanei Mauro e Luca, perché? Sono bravi ragazzi ma non si allenano, fanno gare da 50km e oltre, su strada o fuori strada non importa, così, senza preparazione, e le finiscono tutte bene, ma guardi che loro non fanno testo per i più, sono casi speciali. Tranquilla Signora, si fidi. Di me? Forse di me è meglio che non si fidi, si certo ne ho fatte tante, di tutti colori ... nel senso ... di tutte le distanze ... dai 100mt ai 200km ... dalla pista piano ai 5500mt di dislivello positivo ... mannoooo non sono andato sul Cervino ... porca vacca le devo proprio spiegare tutto ... il dislivello positivo è la somma dei dislivelli in salita ... vabbè dai capirà ... comunque io sono il meno adatto a spiegarle allenamenti, strategie, alimentazioni, ecc. io vado a occhio, a sensazione, a istinto, come va va! ... Certo mi è sempre andata bene a parte quella volta sui 100mt piani in pista ... ahahahah ... Le spiegherò, Le spiegherò ... Comunque, per i consigli non abbia timore a chiedere, venga alla riunione che Le presenterò le persone giuste e vedrà che rimarrà soddisfatta. Avrà modo di conoscere anche Marco Boffo e Monica Carlin la coppia di ultramaratoneti della Nazionale Italiana, autentici fuoridasse delle gare lunghe e lunghissime, sono di un altro pianeta ... ma è un modo di dire Signora ... per farle capire che sono davvero fortissimi, ma pure alla mano, Le consiglio di ascoltarli bene quando parlano delle loro esperienze. Se siamo in tanti? Oehhh, certo che sì, tantissimi, e tutti simpaticissimi, non posso mica nominarglieli tutti sennò vien mattina, però intanto lei inizi a correre, è bensì un po' avanti con l'età, ahahahahah, ma non è mai troppo tardi, lo diceva anche un vecchio adagio, ahahah. Mannò Signora glielo assicuro, non ho bevuto! E' la corsa che mi fa stare allegro! Lo vede quel serpentone di lucette che sta passando? Sono loro, con i frontalini, venga Signora vengaaaa, massi così com'è che gliene frega, mi segua, ci divertiremo un sacco glielo assicuroooooo!!!

Con un sorriso, buone corse a tutti,

Bruno Nicolussi Motze



LA MARATONA di ANNA

Correre una maratona è il sogno di tanti, molti l'hanno esaudito con allenamenti esenuanti per raggiungere il risultato atteso, altri...e tra questi ci sono io, si prefiggono il piccolo obiettivo di finirla una maratona e privilegiare, di questa gara impegnativa, altri aspetti non meno importanti, come approfittare per fare un viaggio e soprattutto stare con gli amici!

Vediamo di fare un minimo di chiarezza attorno a questa disciplina così particolare, temuta, osannata e...sconosciuta! Quante volte mi è stata rivolta la domanda..."ah, ma tu corri una maratona? Quanti km. sono? E...l'hai corsa la maratona di New York e...quella, quanti km è lunga?" e così, sempre volentieri e con una certa qual spavalderia, mi metto a discettare sulla lunghezza della gara regina, parlo a vanvera di muri del 35° km (facendo del muro che praticamente io vedo già alla partenza!). Io però sono convinta che anche tra di noi "adepti" non sempre è chiara la storia della maratona....eccola!

"La distanza della maratona non venne subito standardizzata e fino alla maratona olimpica del 1924 essa ebbe diverse variazioni, comprese tra i 40 e i 42,75 chilometri. Nei primi anni la distanza della maratona era di circa 40 km, cioè la distanza tra Maratona ed Atene.

La maratona olimpica del 1908, svolta a Londra, doveva originariamente partire dal Castello di Windsor e finire allo Stadio Olimpico, con un percorso di 26 miglia esatte (pari a circa 41,843 chilometri) a cui gli organizzatori aggiunsero 385 iarde (ossia circa 352 metri), in modo da porre la linea di arrivo davanti al palco reale. La distanza risultante fu in tal modo di 42,195 chilometri; tale distanza, dopo le successive edizioni dei Giochi del 1912 a Stoccolma e del 1920 ad Anversa, venne ufficialmente adottata nel 1921 dalla federazione mondiale di atletica e divenne ufficiale a partire dai successivi Giochi di Parigi del 1924.

L'idea di organizzare la gara venne a Michel Bréal, che voleva inserire l'evento nel programma della prima Olimpiade moderna, svoltasi ad Atene nel 1896. La maratona era la gara più attesa dei primi Giochi olimpici e intendeva essere la rievocazione sportiva di un evento epico: la corsa di Fidipide (o Filippide, secondo le fonti) dalla città di Maratona all'Acropoli di Atene per annunciare la vittoria sui persiani nel 490 a.C. La maratona olimpica avrebbe seguito un percorso analogo, dal ponte di Maratona allo Stadio Panathinaiko di Atene, per un totale di 40 km (la lunghezza ufficiale di 42,195 km per la maratona, come già scritto, fu stabilita solo nel 1921)".

Una brevissima ricerca e si trova subito un aggancio per sottolineare le ragioni del mio andar per maratone! Quando ci si trova bene con certi amici, quando sai che potresti andare anche in capo al mondo con loro, ecco, quando succede così e ti propongono...andiamo a correre "la" maratona...bè, dici subito sì!!! E mi preparo... se si può chiamare preparare una maratona corricchiando un po' qua e un po' là e facendo ginnastica! Ma tant'è...anche il tempo di raccogliere la sfida è arrivato! "LA" maratona, quella vera, ti manda a qual cosa che si ha dentro, che fa parte della nostra storia, delle nostre origini! e quando si nomina "ATENE" la risposta pronta è...LA MARATONA!! E si parte con entusiasmo, con la voglia di visitare la città della cultura occidentale, dove è nata la Democrazia, dove è nata la filosofia, l'amore per il sapere! Siamo un bel gruppetto, ognuno di noi ha motivazioni e aspettative diverse, ma animati dalla stessa passione! Il primo impatto è strano, quasi deludente, poi piano piano ci lasciamo conquistare dall'atmosfera ai confini dell'Oriente e poi lo vediamo dal terrazzo dell'hotel, lui, il Partenone in cima all'Acropoli e lì cadono gli indugi...e per me, è amore! E la visita il mattino successivo è emozione allo stato puro, calpestare la terra che ha visto Pericle, Platone, Socrate...e piango di gioia!

Ma...un momento, da lassù vedi tutta la città...ma i nostri occhi che direzione prendono? Tutti verso lo Stadio Panathinaiko, quello è l'arrivo, il nostro arrivo...altra commozone! E il cuore vola oltre l'ostacolo, ma il fisico è quello che è e quando si sta male, non ci si può fare molto! Il mattino, molto presto, dalla piazza Sintagma di Atene si parte con innumerevoli autobus, organizzazione perfetta, ordine e struttura che stride un po' con l'allegria disordinata della città! E io, a volta nello scuro del mattino del 13 novembre, salgo per la deportazione, non me lo sognavo così! Questo inizio, doveva essere tutto perfetto e invece...soffro, sto male e mi dico, piangendo nel cuore e nel fisico...arrivo a Maratona e poi prenderò il primo bus navetta che torna! Sento come ovattate le voci di chi si racconta a viva forza, per darsi un contegno e io invece sono lì, come un cendo! Si arriva a Maratona e si vede anche la segnaletica, c'è scritto proprio Maratona, siamo qui...è qui "LA" Maratona! Una marea di assonnati, iperidrotici, atleti, simpatici, scontroso, belli, brutti, vestiti da antichi ateniesi...e poi ci sono io...che sto male...ma non faccio a tempo a pensarci ormai, il raduno è completo...musica, palloncini...il giorno si è fatto, il sole, il vodka, gli abbracci, bocche...lupi...auguri...si parte!! MARATONA - ATENE... "dai che provo a correre i primi km... poi, se non va...salgo sulla navetta, ce ne sono ogni km, si sì...forse ci salgo! Ma poi... calo la visiera del cappellino, sguardo a terra...voglio solo arrivare ad Atene e...salendo con fatica...urlando pazzo di gioia ARRIVO dentro al Panathinaiko...per annunciare la mia VITTORIA!!

Anna



Il Coach

Chi lo conosce sa che il Coach è un soggetto assai "particolare" all'apparenza sembra sulle sue, parla poco e risponde solo se interpellato, lui è così, un uomo di poche parole, un pensatore, ma quando dice la sua riesce a spiazzarti; dice sempre la cosa giusta, pensata e ben ponderata, chi ha la fortuna di conoscerlo lo sa.



Io devo molto a Paolo Sadler, lui ha sempre creduto in me più di quanto di credessi io, mi aiuta ad affrontare le mie insicurezze, le mie paure. Il coach è diventato il mio punto di riferimento, fra di noi si è creato un legame speciale, non è solo un amico, è uno di famiglia. Lui è sempre stato presente, dalla mia prima mezza maratona due anni fa mi ha seguito ovunque. Al Passatore 2016 ha capito prima di me che qualcosa non andava, gli è bastato solo guardarmi, ha visto che non sorridevo più e quando corro io sorrido sempre, se non lo faccio è perché non sto bene, lui questo lo sapeva senza che io glielo dicessi. Lo scorso dicembre a Reggio Emilia ha detto a mio figlio di aspettarmi alle 12.20 all'arrivo perché avrei fatto il mio personale in maratona, io ho ascoltato perplessa, ma alla fine così è stato, non ho sgarrito di un minuto; per l'ennesima volta aveva fatto i calcoli al secondo, mi ha seguito tutta la gara pensando che non me ne accorgessi, sapevo di avere un angelo custode alle spalle e ho voluto dare il meglio, non dimenticherò mai la sua e la mia commozione all'arrivo.

Oltre che un amico il coach è un grandissimo atleta, mi dice sempre che un giorno lo batterò, credo sia impossibile, ma il solo fatto che lo pensi mi inorgoglisce.

Una volta per incoraggiarmi ad andare a Praga mi ha detto: "La maratona di Praga senza di te la è come la pasta senza il sale" mi ha spiazzato e in "tempo zero" ho preparato la valigia, dimostrazione che le sue parole sanno colpire a segno.

Io penso che: "Correre senza il coach sarebbe come andare a torto senza il zuche".

Grazie per tutto!!

Con affetto e stima infinita.

Paola



NUOVI ARRIVI

Diamo un caloroso
benvenuto a:

ALICE ZENARI e GLORIA AVA



ADIAM YEMANE NEGASI



RISULTATI SPORTIVI

Squadra femminile assoluta

- Campionato italiano Serie A Oro: 7° posto
- Campionato regionale: 1° posto

Squadra maschile allievi

- Campionato Serie A Interregionale: 4° posto
- Campionato regionale: 2° posto

Squadra settore giovanile

- Campionato regionale U15 maschile: 1° posto
- Campionato regionale U15 femminile: 5° posto
- Campionato regionale U13 femminile: 5° posto

Titoli individuali:

- 12 maglie Azzurre
- 5 convocazioni ai campionati Europei
- 10 medaglie d'oro ai campionati italiani
- 3 medaglie d'argento ai campionati italiani
- 2 medaglie di bronzo ai campionati italiani

ORGANIZZAZIONI

- Manifestazioni indoor giovanili su pista
- Meeting giovanile della Valsugana
- Vigolana Trail
- Dal Lago al Croz - corsa non competitiva
- Lake runner - corsa non competitiva
- Trofeo Panarotta - corsa in montagna
- Cross di Levico - corsa campestre nazionale

GESTIONI

- Centro Sportivo Comunale di Pergine Valsugana
- Palestra GS Fitness
- Palestra comunale di Calceranica

PROGETTI

- ATLETI...GIOCANDO - corsi avviamento allo sport
- SE VUOI...PUOI - Gruppo Master

Ringraziamenti e nuovi arrivi



ALBERGO RISTORANTE
La Rotonda ★

