Vertical della Croce, nuova prova di Coppa ASTi montagna salita e vertical

Foto *Elia Stampanoni*

# Un altro anno intenso per il podismo ticinese

di **Elia Stampanoni**

## *Pubblicato il calendario podistico dell'ASTi, Associazione sportiva ticinese, con 45 manifestazioni da febbraio a ottobre 2018*

È fresco di stampa il calendario 2018 dell'ASTi, l'Associazione sportiva ticinese che dal 1929 promuove e coordina le attività di podismo e corsa d'orientamento nel Ticino e nel Moesano. Completamente rivisto graficamente, il libretto in formato A6 sarà disponibile a tutti gli eventi dell'ASTi programmati nell'imminente stagione, oppure online sul sito dell'associazione.
Sono 45 le manifestazioni podistiche di questo 2018, suddivise tra gare di podismo, montagna, salita, vertical e staffette di paese, a cui si aggiungono una ventina di corse d'orientamento, settore che avrà a maggio 2018 una settimana di fuoco con l'organizzazione in Ticino dei Campionati europei assoluti di questa disciplina (e di cui riferiremo in un prossimo contributo).
Per il settore podistico alcune nuove manifestazione entrano nella grande famiglia dell'ASTi, mentre altre purtroppo l'abbandonano. Dopo 37 edizioni, a marzo non si svolgerà infatti più la classica gara d'apertura Sementina-San Defendente, una prova amata anche dai podisti che solitamente in salita corrono poco. Si è fermata invece a 25 edizioni la storia del Giro podistico di Camignolo, che pure ha scritto belle pagine di podismo cantonale. Nella confermata Coppa ASTi montagna salita e vertical, che include la Coppa Ticino ASTi e la Coppa ASTi generale, entra per contro la Faido–Lago di Carì, impegnativa prova nata nel 2017 con 1'600 m di dislivello distribuiti su otto chilometri di sentieri e salita.
Un'altra gara della Leventina, la Corsa delle 7 chiese di Giornico, approda invece nella Coppa di podismo dopo due anni di "apprendistato", congiuntamente alla SanBeRun del San Bernardino, arrivata alla sua

Enrico Cavadini, vincitore della classifica di Coppa generale di podismo 2017

sesta edizione.
Nel calendario ASTI è inserita anche una nuova prova di corsa in (alta) montagna, il Giro della Greina che il 26 agosto propone agli appassionati 27 km e 1'448 metri di dislivello, con partenza (alle ore 8.00) e arrivo a Campo Blenio.

### *Da Bosco Gurin a Mendrisio, da Dongio a Gola di Lago*

Ad aprire la stagione a metà febbraio c'è una corsa particolare, la Snow run Ticino, ossia una prova di corsa sulla neve organizzata a Bosco Gurin dall'Associazione I run to you di Nicola Maciariello, che pure si occupa della prova Gordevio-Brunescio in luglio.
Con l'arrivo della primavera, in marzo iniziano pure le prime staffette di paese con quella del Magnifico Borgo, in notturna nel nucleo di Mendrisio. Un evento tradizionale che sempre mobilita una grande partecipazione, così come tutte le staffette del TAS, il Trofeo ASTi staffette. In aprile ci sarà anche la prima prova valevole per la Coppa ASTi di podismo, la Media Blenio, che nel 2018 prevede anche una prova di 5 km che va ad affiancarsi all'affermata 10 km di Pasquetta.
La Coppa ASTi di montagna

Media Blenio, storica prova di Coppa ASTi podismo 2017

salita e vertical debutterà invece in maggio con la 38ima edizione della Tesserete–Gola di Lago che in 7,2 chilometri porta gli atleti dal capoluogo capriaschese alla vetta dell'alpe Santa Maria, posta ai mille metri di quota.
Per le classifiche di entrambe le coppe vengono conteggiati i migliori otto risultati ottenuti nelle 12 prove distribuite sull'arco della stagione a cui, per quella di podismo, si aggiunge anche il risultato ottenuto sui 5'000 metri ASTi in pista. I campioni uscenti della Coppa ASTi generale sono Enrico Cavadini e Rosalba Vassalli-Rossi per il podismo, mentre Roberto Delorenzi e Susanna Serafini per la montagna. Tutti atleti affezionati alle gare ASTi e che nel 2018 lotteranno ancora per la vittoria di categoria e assoluta con gli altri protagonisti, tra cui citiamo Lukas Oehen, Jonathan Stampanoni, Massimo Maffi, Edo Rossetti, Fausto Zanini, Christian Sonderegger, Paola Stampanoni o Simona Lazzeri solo per fare alcuni nomi.

### *I giovani dell'ASTi alla Transviamala*

Per i ragazzi U16 è confermata la Coppa ASTi giovanile che l'anno scorso non è sfuggita a Matilde Stampanoni dell'USC Capriaschese tra le ragazze e al compagno di club Ruben Balestra tra i ragazzi. Entrambi, nel 2018 ancora nella categoria U16, cercheranno di difendere il titolo, insidiati dai molti giovani che s'affacciano queste corse su strada con distanze comprese tra 1 e 4 chilometri. In questa classifica entra come novità la prova di Faido dell'otto giugno, portando a 11 il numero di gare della Coppa giovani.
Per loro, come tradizione, la Commissione tecnica podismo e staffette ASTi riproporrà anche quest'anno una giornata sportiva. Dopo alcuni anni di pausa si tornerà a gareggiare Oltralpe e la manifestazione scelta per il 2018 è la corsa Transviamala a Thusis, in programma il 21 ottobre, alla quale verranno invitati gli atleti U16 meritevoli che hanno partecipato con costanza alle 11 gare valide per la Coppa Ticino ASTi di podismo giovanile, così come i giovani U18 (eventualmente anche U20) che hanno partecipato alle gare delle Coppe ASTi.

### *Si superano le 6'000 partecipazioni*

L'ASTi propone anche una classifica per società, il cui regolamento è stato completamente rivisto, premiando sia la partecipazione sia la prestazione degli atleti delle società ASTi. Da diversi anni è il Runner's club Bellinzona ad aggiudicarsi il trofeo, ma forse con il nuovo anno e con la nuova formula le gerarchie potrebbero anche mutare: USC Capriaschese, Frecce Gialle Malcantone, SFG Biasca e SAM Massagno sono le società attualmente più accreditate per tentare di scalzare i bellinzonesi dalla vetta.
Confermate pure le otto staffette del Trofeo ASTi staffette che farà tappa a Mendrisio, Vacallo, Tesserete, Ligornetto, Camignolo, Sagno, Riva San Vitale e Isone. Anche nel 2018 le staffette, dedicate soprattutto ma non solo agli scolari, attireranno sulle strade e nei vicoli moltissimi concorrenti: nel 2017 a queste gare ci sono state complessivamente 1938 partecipazioni nelle categorie ufficiali ASTi (a cui si aggiungono i più piccoli U10 e U8), con una media di 242 atleti per gara. Rimanendo in termini di presenze, la Coppa podismo ha invece registrato 3'062

Adriano Engelhardt, ultimo vincitore della Sementina - San Defendente, gara che si ferma a 37 edizioni

Matilde Stampanoni, prima ragazza della Coppa giovani 2017

UgoBassi
Impresa generale di costruzioni
Edilizia - genio civile
Lavori specialistici
Ugo Bassi SA
Via Arbostra 35
CH 6963 Lugano-Pregassona
Tel. 091 941 75 55
ugobassi.sa@swissonline.ch
Certificato no. 70135

partecipazioni (con Stralugano e Media Blenio a farla da padroni) e una media di 255 partecipanti, mentre nella Coppa montagna ci sono state 1'048 partecipazioni (media di 87 partecipanti).
Con lo scopo di aumentare questi numeri, di promuovere il podismo e nel contempo di riconoscere l'impegno dei podisti, l'ASTi presenzierà anche nel 2018 con alcune squadre alla staffetta della StraLugano del 27 maggio 2018, manifestazione che quest'anno assegnerà anche i titoli svizzeri di mezza maratona secondo le direttive di Swiss athletics.
Una novità è il sorteggio di tre premi tra tutti coloro che nel corso della stagione podistica partecipano ad almeno 5 gare della Coppa ASTi di podismo oppure ad almeno 5 gare della Coppa ASTi di salita montagna e vertical. La distribuzione dei riconoscimenti avverrà in occasione della premiazione ASTi di novembre, così come l'assegnazione della distinzione "miglior gara ASTi 2018" che andrà a una manifestazione del calendario podistico ASTi, valutando i criteri percorso, organizzazione, ambiente, accoglienza,...
A decidere la miglior gara saranno i partecipanti con un sondaggio aperto a tutti: dal 15 settembre al 27 ottobre sul sito www.asti-ticino.ch/podismo sarà possibile scegliere la gara preferita della stagione ASTi. Votate e designate la miglior gara ASTi!

***Informazioni:***
***ASTi Ticino***
***Commissione tecnica podismo e staffette***
***www.asti-ticino.ch***
***tas@asti-ticino.ch***

Copertina del calendario ASTi, ottenibile gratuitamente alle manifestazioni e eventi ASTi, oppure sul sito ww.asti-ticino.ch

## *I numeri del calendario podistico dell'ASTi 2018*

- 45 manifestazioni ASTi
- 15 gare di Coppa podismo
- 12 gare di Coppa montagna salita e vertical
- 11 gare di Coppa giovanile
- 8 staffette di paese
- 10 altre gare
- 58 società affiliate

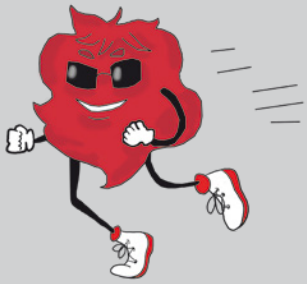
## *Le gare di Coppa ASTi*

**PODISMO**

| | |
|---|---|
| 2 aprile | Media Blenio |
| 15 aprile | Corsa podistica Stabio |
| 25 aprile | 5000 m ASTi Bellinzona |
| 1 maggio | Stralosone |
| 13 maggio | Gravesano Running Day |
| 20 maggio | Corsa podistica Malvagliese |
| 23 maggio | 5000 m ASTi Tesserete |
| 2 giugno | StraMassagno |
| 8 giugno | Faido Running Night |
| 15 luglio | SanBeRun |
| 4 agosto | Gran Premio Rossa |
| 12 agosto | La Pontironese |
| 25 agosto | Cronometro Malcantonese |
| 15 sett. | Corsa delle 7 chiese Giornico |
| 19 sett. | 5000 m ASTi Biasca |

**MONTAGNA SALITA E VERTICAL**

| | |
|---|---|
| 5 maggio | Tesserete-Gola di Lago |
| 19 maggio | Piotta-Ritom |
| 10 giugno | Tesserete-Motto della Croce |
| 17 giugno | Orselina-Cimetta |
| 20 giugno | Cronoascesa al Bigorio |
| 23 giugno | Basodino Skyrace |
| 1 luglio | Gordevio-Brunescio |
| 8 luglio | Lodrino-Alpe Alva |
| 22 luglio | Rodi-Tremorgio |
| 29 luglio | Cronometro del Nara |
| 19 agosto | Faido–Lago di Carì |
| 1 sett. | Cristallina challenge |



**FIGHT GYM CLUB LUGANO**
**Da noi solo sport sano e pulito!**

FIGHT GYM CLUB LUGANO FGC

**WILSON SARMENTO**
*Spartan Trainer All Sport Trainer*

**6952 Canobbio** TI - Switzerland
Via La Stampa 1A
Mobile +41 78 874 16 76
Office +41 91 940 32 20
bernasconisarmento@gmail.com
info@fightgymclub.ch - **www.fgcl.ch**