"da soli nel bosco...
...insieme nello sport"

# Polisportiva PUNTO NORD

# NUMERO UNICO
# 2016

FEDERAZIONE ITALIANA SPORT ORIENTAMENTO

Prot. n. 1383.16/Reg/ES

Trento, 25 ottobre 2016

al: Presidente della
Società FISO
0167 - A.S.D. POLISPORTIVA PUNTO NORD

**Oggetto: consegna Onorificenza - Targa Vladimir Pacl**

Carissimo Presidente,

mi pregio di invitarTi alla Cerimonia di consegna delle Onorificenze FISO che avrà luogo il giorno sabato 12 novembre p.v. ad ore 18.00, presso la palestra dell'Arsenale a Venezia, per ricevere l'onorificenza assegnata dal Consiglio Federale alla Società da te presieduta.

Fiducioso nella Tua presenza, Ti invio i miei più cordiali saluti.

IL PRESIDENTE FISO

Mauro Gazzerro

Presidenza e Segreteria Generale: Piazza Silvio Pellico n° 5 - 38122 TRENTO
Telefono +39 0461-231380 - Fax +39 0461-041506 - Web: www.fiso.it - E-mail: info@fiso.it
P.IVA 00853510220 - C.F. 80023420229

# Sommario

RELAZIONE DEL PRESIDENTE *Giorgio Gatti* ..... 4
QUANTI ERAVAMO ? ..... 6
GRAN PREMIO PPN 2016 ..... 7
REGOLAMENTO GRAN PREMIO PPN 2016 ..... 8
CAMPIONI REGIONALI PPN 2016 ..... 9
LE GARE 2016 ORGANIZZATE *(volantini)* ..... 10
I PODI PPN NEL TROFEO LOMBARDIA 2016 ..... 11
CLASSIFICHE FISO: SOCIETA' E ATLETI ..... 12
I PRIMATI REGIONALI PPN ..... 13
CLASSIFICHE AGONISTICHE PPN (PER SETTORI) ..... 14
TROFEO PPN 2016 (Milano/Rubattino) ..... 15
CONCORSO SCHEDINE 2016 ..... 16
GIOIE E DOLORI DELLA MIA PRIMA STAGIONE IN PPN ..... 17
DAL NEPAL CON AFFETTO ..... 21
LA STAMPA E NOI ..... 23
PREMIAZIONI... PREMI... GADGETS... RICORDINI... PASTRUGNI... ..... 26
MARIANO & ME @ MOO ..... 27
ORIENTEERING DI “PROFILO” IN EGITTO ..... 29
ISLANDA: LANTERNE TRA I VULCANI E I GHIACCIAI! ..... 32
LA LUNGA STORIA DELLA NOSTRA POLISPORTIVA ..... 36
NON C'E' DUE SENZA ... TRE ..... 40
MOO CHALLENGE: UN GIORNO IN GIRO PER MILANO! ..... 45
TROFEO CONI 2016 – L'ORIENTEERING LOMBARDO E' PPN! ..... 48
OMAGGIO AI NOSTRI JUNIORES ..... 50

# RELAZIONE DEL PRESIDENTE *Giorgio Gatti*
(anno 2016)

Carissimi soci e amici,
Eccoci tutti insieme a fare un bilancio dell'anno appena trascorso, e come ormai siamo abituati da qualche anno, è un bilancio ampiamente positivo.

A livello nazionale abbiamo riconfermato il numero dei tesserati FISO agonisti, quaranta, mentre le tessere green sono state 23.

Nella classifica generale FISO di CO siamo risaliti fino al 16° posto, grazie agli ottimi junior che riconfermano il 14° posto del 2015, e ai master che salgono fino all'ottava piazza. Sono tutti risultati strepitosi, nella nostra storia solo nel 2014 avevamo fatto leggermente meglio!!

Nel Trofeo Lombardia, abbiamo sfondato la barriera dei 21.000 punti, distanziati sì dai soliti Besanesi, ma battendoli sia nel settore master sia specialmente in quello giovanile, che una volta era la vera forza dei nostri avversari, quindi qui un applauso è veramente meritato! Per la cronaca, il Nirvana 3^ squadra classificata in Lombardia si è fermata a 11.000 punti.

Nel 2016 i soci PPN hanno partecipato a 68 gare, di CO, MTBO e PREO di cui ben 10 all'estero, con un totale di 745 atleti per una media record di quasi 11 atleti a gara!

I risultati dei singoli soci non sono mancati. Bravissimi Alberto e Fabio C. che insieme a Stefano Brambilla hanno conquistato l'argento nei campionati italiani CO Staffetta a Sgonico (TS), Alberto ha anche conquistato il bronzo ai campionati Italiani CO Sprint a Canal San Bovo (TN), mentre Roberto P. e Marco DF sono saliti sul terzo gradino del podio nei Campionati Italiani MTB-O a Staffetta di S. Zenone degli Ezzelini (TV). Alberto inoltre ha chiuso al 3° posto nella classifica finale di Coppa Italia M45 e non contento ha pure vinto il Sprint Race Tour sempre in M45. Per terminare questa carrellata di successi una menzione anche per Elena e Guglielmo che sono saliti sul podio in gare nazionali.

In ambito regionale, i successi sono stati tantissimi: nelle classifiche finali del Trofeo Lombardia ricordiamo Sofia e Lisa 1^ 2^ in W12, Irene e Diego vincitori in MW14, Guglielmo e Petru doppietta in M16, Anita vincente in W16, Alessia e Eleonora 1^ e 3^ in W18; tra i master vincono la loro categoria Fabio C. (M35), Alberto (M45) e Roberto A. (M65) accompagnati sul podio da Elena e Luigi (terzi in MW35), Cristina E. (2^ in W45) e Mariano (2° in M65)
Tantissimi i titoli di campione regionale lombardo per i nostri atleti; hanno vinto uno o più titoli: Guglielmo, Diego, Sofia, Lisa, Alessia, Eleonora, Fabio C., Alberto, Roberto A., Mariano, Elena e Cristina E.

Meritano assolutamente una citazione ancora una volta tutti i nostri giovani che a fine maggio a Mezzago hanno vinto la selezione regionale del Trofeo CONI, permettendo così alla squadra composta da Sofia, Irene e Diego, accompagnati da Carlo, di rappresentare la Lombardia alla finale nazionale disputata a Cagliari. Finale nelle quale hanno conquistato un ottimo 5° posto finale ma praticamente a pari merito con i terzi, contro avversari ben più quotati!

Tirando le somme dal punto di vista agonistico è stato davvero un anno di grandi successi sportivi, ma senza mai tralasciare lo spirito PPN che ci fa divertire gareggiando e passando le giornate insieme!

Anche dal punto di vista organizzativo non abbiamo lesinato gli impegni.

Ai primi di aprile, accompagnati da un bellissimo sole, abbiamo organizzato una prova del Trofeo Lombardia a Brinzio, che ha visto la partecipazione di quasi 200 atleti.

Settembre-ottobre è stato un periodo davvero denso di impegni. Ai primi di Settembre abbiamo organizzato un team building per Emirates al parco di Monza. Ormai siamo abbastanza affiatati ed esperti e la giornata è trascorsa con la piena soddisfazione del gruppo, che ha manifestato la volontà di rifarlo l'anno prossimo, vedremo se manterranno la parola! Nel primo weekend del mese siamo impegnati su due fronti: una gara promozionale a Muggiò che vedrà una settantina di iscritti, e la partecipazione al "Giro di Giostra al Rubattino" che però non riesce a suscitare l'attenzione che avrebbe meritato nonostante l'impegno del team che lo organizza.

Il fine settimana successivo è la volta del progetto BeGreen a Milano: una manifestazione su due giorni organizzata dall'Orma e di cui curiamo la gestione tecnica. Le persone coinvolte sono inappuntabili anche se la manifestazione non richiama grandi folle. Comunque dal punto di vista economico è un buon successo. Successo economico che si ripete nel primo week-end di ottobre con la tappa di Monza.

Sempre ad ottobre c'è l'organizzazione della gara sprint valevole per il Trofeo Lombardia al Parco del Rubattino: i 140 iscritti saranno tutti soddisfatti del loro esordio su questa cartina, in una bella giornata di sole.
Sole che era assente il giorno precedente, quando abbiamo organizzato a Milano un altro team building per Camplus sotto una pioggia battente. I ragazzi universitari, dopo un inizio titubante si sono comunque dati battaglia con la formula del Fot-O e alla fine erano bagnati ma contenti!

Anche l'attività istituzionale della Polisportiva è stata in linea con gli standard degli anni passati.

Come d'abitudine abbiamo avviato la nuova stagione a gennaio con il consueto pranzo sociale.

Il consiglio direttivo si è riunito cinque volte nel 2016. Tutti i consiglieri si sono adoperati affinché le numerose attività programmate andassero a buon fine, a partire dall'adozione a distanza della nostra Sabina, grazie anche alla lotteria tra i soci.

Abbiamo cercato di organizzare le trasferte nazionali in modo da stare tutti insieme e senza spendere grandi cifre. Penso che possiamo tutti essere soddisfatti del giusto rapporto qualità/prezzo/persone che siamo riusciti a centrare nel 2016.

Dopo un anno di stop, abbiamo nuovamente disputato il Trofeo PPN grazie al determinante aiuto di Roberto P. che ha organizzato il trofeo al Parco del Rubattino, con un'avvincente formula.

Anche quest'anno abbiamo avuto la schedina organizzata da Fabio C. Alberto e Roberto P. di cui solo oggi scopriremo i vincitori.

Anche nel 2016 abbiamo incassato di più rispetto al bilancio preventivo, contabilizzando alla fine dell'anno un discreto utile per merito anche dei Team Building: lo stato patrimoniale della società è sano e le risorse vengono impiegate con giudizio e oculatezza.
Oggi, relativamente alla stagione appena conclusa, mettiamo a disposizione dei soci oltre 2000 euro tra dobloni e rimborsi gare nazionali, confermando la cifra in preventivo.

Nel 2017 saremo chiamati ad uno sforzo organizzativo non indifferente: oltre ad organizzare a marzo una gara di Trofeo Lombardia valida anche per il TMO a Taino, per la prima volta organizzeremo da soli una gara di Coppa Italia di CO nel bosco, esattamente ad ottobre a Ceci, tra Brallo di Pregola e Bobbio. Sarà necessario l'aiuto di tutti i soci affinché la nostra gara sia all'altezza della situazione, ma non ho dubbi sulle nostre capacità!

Insomma, abbiamo appena passato un altro anno di grandi successi, ma il tempo per crogiolarsi è limitato a oggi.

Già da domani saremo tutti in pista per una nuova entusiasmante stagione che mi auguro sia ricca di successi e densa di partecipazione come quella appena passata, da trascorrere tutti insieme con serenità e sorriso sulle labbra!

Il Presidente P.P.N.
*GIORGIO GATTI*

# QUANTI ERAVAMO ?

**QUANTI ERAVAMO (partecipazione gare Atleti PPN)**

*(dalla tabella 'Gran Premio 2016)*

| N. | gara | data | partec. |
|---|---|---|---|
| 1 | Venezia notturna | 16/1 | 6 |
| 2 | Paderno Dugnano TL – Notturna | 13/2 | 29 |
| 3 | Calò TL | 14/2 | 39 |
| 4 | 3 gg. Egitto | 19-21/2 | 2 |
| 5 | MIPA – Parco Forlanini | 20/2 | 3 |
| 6 | Casorate Sempione TL | 6/3 | 27 |
| 7 | Parco Lambro MIPA | 12/3 | 5 |
| 8 | Lipica TrailO + CO | 12-13/3 | 1 |
| 9 | Como | 13/3 | 2 |
| 10 | Pieve di Soligo | 19/3 | 10 |
| 11 | Barbisano | 20/3 | 11 |
| 12 | Pozzolo di Villaga MBO | 26/3 | 2 |
| 13 | Easter4 | 25-28/3 | 1 |
| 14 | Brinzio | 3/4 | 30 |
| 15 | Casatenovo | 10/4 | 6 |
| 16 | San Daniele MBO | 10/4 | 2 |
| 17 | Revine | 16/4 | 12 |
| 18 | Cansiglio | 17/4 | 9 |
| 19 | Magreglio middle | 23/4 | 35 |
| 20 | Magreglio sprint | 23/4 | 20 |
| 21 | Magreglio Long | 24/4 | 35 |
| 22 | Vedano al Lambro | 30/4 | 25 |
| 23 | Merate | 1/5 | 36 |
| 24 | Caoria | 7/5 | 16 |
| 25 | Calaita | 8/5 | 16 |
| 26 | 3 Jours Haute Alsace VTT | 14-15/5 | 2 |
| 27 | Cunardo Bedero | 22/5 | 27 |
| 28 | Chicafuma | 22/5 | 2 |
| 29 | San Zenone degli Ezzelini | 28/5 | 3 |
| 30 | Castelcucco | 29/5 | 3 |
| 31 | Mezzago | 29/5 | 30 |
| 32 | Borgo Valsugana | 4/6 | 22 |
| 33 | Val Malene | 5/6 | 22 |
| 34 | Torino-Pellerina | 12/6 | 1 |
| 35 | 5 Days of Italy (CO + TrailO) | 2-7/7 | 2 |
| 36 | Sella Valsugana MBO C. It. Sprint | 10/7 | 1 |
| 37 | Piane di Mocogno | 31/7 | 7 |
| 38 | Fiumalbo + Pievepelago | 6/8 | 6 |
| 39 | Piandelagotti | 12-14/8 | 6 |
| 40 | IceO | 12-14/8 | 2 |
| 41 | Dino | 26/8 | 1 |
| 42 | Lugano Brè | 27/8 | 1 |
| 43 | Muggiò | 11/9 | 14 |
| 44 | Be Green Montestella | 17/9 | |
| 45 | Boffalora | 18/9 | 29 |
| 46 | Be Green Milano p.za Affari | 18/9 | |
| 47 | Villach | 18/10 | 2 |
| 48 | Gropada (+ 1 p. convocazione Alpe | 23/10 | 5 |
| 49 | Sgonico – Zgonik (Long) | 24/9 | 11 |
| 50 | Sgonico – Zgonik (Staffetta) | 25/9 | 11 |
| 51 | Be Green Monza | 1/10 | |
| 52 | Lodrino | 2/10 | 3 |
| 53 | Be Green Monza | 2/10 | |
| 54 | Folgaria | 8/10 | 3 |
| 55 | Salzburg (+ 1 p. convocazione | 8/10 | 6 |
| 56 | Folgaria | 9/10 | 3 |
| 57 | Salzburg | 9/10 | 6 |
| 58 | Rubattino | 16/10 | 27 |
| 59 | Savona | 22/10 | 14 |
| 60 | Monte Beigua | 23/10 | 11 |
| 61 | Alto Malcantone | 30/10 | 1 |
| 62 | San Gimingnano | 5/11 | 20 |
| 63 | Siena | 6/11 | 20 |
| 64 | Meeting Venezia | 12-13/11 | 1 |
| 65 | Rubattino – Campionato sociale | 20/11 | 27 |
| 66 | Monte Stella | 26/11 | 1 |
| 67 | Clusone + Vincitori TL | 27/11 | 30 |
| 68 | 50 lanterne | 11/12 | 2 |
| | Totale | | 765 |

Abbiamo partecipato a **68** gare, di cui **26** in Lombardia, **32** in altre Regioni italiane e **10** all'estero. La partecipazione maggiore è stata a **CALO'.**

PPN 2016: partecipazioni individuali
(dalla tabella 'Gran Premio 2016)

| | |
|---|---|
| **Grilli Alberto** | **41** |
| Gatti Giorgio | 34 |
| Tealdo Alessia | 29 |
| Bocchiola Paolo | 27 |
| Gualdana Guglielmo | 27 |
| Gualdana Mauro | 27 |
| Savut Petru | 27 |
| Maistrello Mariano | 25 |
| Maini Diego | 24 |
| Quarto Anna | 23 |
| Maistrello Barbara | 22 |
| Tomiello Irene | 21 |
| Rampado Elena | 20 |
| Fantin Luigi | 19 |
| Arosio Roberto | 18 |
| Cattaneo Fabio | 18 |
| Cozzi Lisa | 18 |
| Cozzi Sofia | 18 |
| De Favari Eleonora | 18 |
| Elli Cristina | 18 |
| Titoli Michela | 18 |
| Cozzi Anita | 16 |
| De Favari Marco | 16 |
| Magenes Linda | 16 |
| Tomiello Elisa | 16 |
| Galimberti Nadia | 13 |
| Pessina Eugenio | 13 |
| Manella Cristina | 12 |
| Pompele Luca | 12 |
| Pompele Roberto | 12 |
| Boveri Stefano | 10 |
| De Favari Stefano | 10 |
| Tomiello Carlo | 10 |
| Gatti Francesco | 9 |
| Giuliano Francesco | 7 |
| Maiocchi Marco | 6 |
| Milesi Ombretta | 6 |
| Cavalcoli Adele | 5 |
| Gatti Chiara | 5 |
| Casaglia Federico | 3 |

Tutti i dati del GRAN PREMIO PPN 2016 sono allegati al DVD

# GRAN PREMIO PPN 2016

(sintesi)

| | GRAN PREMIO PPN 2016 SINTESI | PUNTI | BONUS | TOTALE PUNTI | TOTALE DOBLONI |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Arosio Roberto | 93 | | 93 | 51 |
| 2 | Bassetti Nadia | 8 | | 8 | 4 |
| 3 | Bocchiola Paolo | 112 | | 112 | 61 |
| 4 | Bocchiola Riccardo | 35 | | 35 | 19 |
| 5 | Boselli Fabio | 29 | | 29 | 16 |
| 6 | Boveri Stefano | 35 | | 35 | 19 |
| 7 | Casaglia Federico | 6 | | 6 | 3 |
| 8 | Cattaneo Fabio | 111 | | 111 | 61 |
| 9 | Cavalcoli Adele | 22 | | 22 | 12 |
| 10 | Cazzaniga Matteo | 26 | | 26 | 14 |
| 11 | Cozzi Anita | 88 | | 88 | 48 |
| 12 | Cozzi Claudio | 6 | | 6 | 3 |
| 13 | Cozzi Lisa | 82 | | 82 | 45 |
| 14 | Cozzi Sofia | 98 | | 98 | 54 |
| 15 | De Favari Eleonora | 72 | | 72 | 39 |
| 16 | De Favari Marco | 61 | | 61 | 33 |
| 17 | De Favari Stefano | 38 | | 38 | 21 |
| 18 | Elli Cristina | 86 | | 86 | 47 |
| 19 | Fantin Jacopo | 21 | | 21 | 12 |
| 20 | Fantin Luigi | 93 | | 93 | 51 |
| 21 | Fantin Sofia | 20 | | 20 | 11 |
| 22 | Fucci Rosetta | 5 | | 5 | 3 |
| 23 | Galimberti Nadia | 61 | | 61 | 33 |
| 24 | Gatti Chiara | 30 | | 30 | 16 |
| 25 | Gatti Francesco | 60 | | 60 | 33 |
| 26 | Gatti Giorgio | 205 | | 205 | 112 |
| 27 | Giuliano Francesco | 42 | | 42 | 23 |
| 28 | Grilli Alberto | 223 | 112 | 335 | 184 |
| 29 | Gualdana Guglielmo | 136 | | 136 | 75 |
| 30 | Gualdana Mauro | 89 | | 89 | 49 |
| 31 | Magenes Linda | 79 | | 79 | 43 |
| 32 | Maini Diego | 135 | | 135 | 74 |
| 33 | Maiocchi Alessandro | 29 | | 29 | 16 |
| 34 | Maiocchi Amelie | 30 | | 30 | 16 |
| 35 | Maiocchi Marco | 14 | | 14 | 8 |
| 36 | Maistrello Barbara | 78 | | 78 | 43 |
| 37 | Maistrello Mariano | 111 | | 111 | 61 |
| 38 | Manella Cristina | 43 | | 43 | 24 |
| 39 | Marin Dina | 28 | | 28 | 15 |
| 40 | Milesi Ombretta | 19 | | 19 | 10 |
| 41 | Missaglia Sonia | 20 | | 20 | 11 |
| 42 | Pessina Eugenio | 66 | | 66 | 36 |
| 43 | Pompele Francesca | 3 | | 3 | 2 |
| 44 | Pompele Luca | 70 | | 70 | 38 |
| 45 | Pompele Roberto | 75 | | 75 | 41 |
| 46 | Quarto Anna | 107 | | 107 | 59 |
| 47 | Rampado Elena | 96 | | 96 | 53 |
| 48 | Savut Petru | 114 | | 114 | 62 |
| 49 | Tealdo Alessia | 125 | | 125 | 69 |
| 50 | Titoli Amelio | 24 | | 24 | 13 |
| 51 | Titoli Michela | 89 | | 89 | 49 |
| 52 | Tomiello Carlo | 46 | | 46 | 25 |
| 53 | Tomiello Elisa | 42 | | 42 | 23 |
| 54 | Tomiello Irene | 100 | | 100 | 55 |

# REGOLAMENTO GRAN PREMIO PPN 2016

| | | Punti | |
|---|---|---|---|
| ATTIVITA' SPORTIVA | Partecipazione ad una gara di sport orientamento (qualsiasi specialità) nelle categorie agonistiche (compresi M/W12) | 2 | |
| | Classificato/a entro i primi tre posti (podio) | 3 | |
| | Classificato/a entro la prima metà dei partecipanti | 2 | |
| | Classificato/a oltre la metà dei partecipanti | 1 | |
| | Non classificato (PM, PE, RIT, SQ) | 0 | |
| | Per le gare a tappe, ogni giornata di gara<br>Per le gare a tappe si prenderanno punti di classifica nella classifica finale<br>Per le gare a semitappe nella stessa giornata, si terrà conto solo della classifica finale | 2 | |
| | Per tutte le gare promozionali (in regione e fuori regione) e per i partecipanti alle categorie Esordienti (senza conteggiare classifiche) | 3 | |
| | 1° Classificato/a in un Campionato Italiano | 10 | |
| | 1° Classificato/a in un Campionato Regionale Lombardo | 6 | |
| | Classificato/a al 1° posto nella classifica finale del TL | 6 | |
| | Convocato/a nella squadra Regionale Lombarda | 1 | |
| | Per chi si iscrive ad una gara e non partecipa | -3 | |
| | Per chi si iscrive alle gare dopo il termine previsto | -2 | |
| ORGANIZZAZIONE GARE | Organizzazione gare della PPN (Punteggi proposti dal Direttore Gara) | bosco e nazionali | promoz. e CS |
| | Direttore gara | 20÷25 | 15÷18 |
| | Tracciatore, Segreteria | 15÷20 | 10÷14 |
| | Controllore, Posatori, Resp. Partenza, Elaboraz. Dati | 10÷15 | 8÷12 |
| | Resp. Arrivo – Resp. Ristoro – Resp. Premiaz. | 6÷10 | 5÷10 |
| | Collaborazione in gara (se non gareggia) | 2÷5 | 2÷5 |
| | Collaborazione pre-gara | 2÷5 | 2÷5 |
| ISTITUZIONALE | Per i nuovi soci under 18, raddoppio dei punti conquistati nell'anno | Punti finali x 2 | |
| | Per i nuovi soci over 18, aumento del 50% dei punti conquistati nell'anno | Punti finali x 1,5 | |
| | Partecipazioni ad attività organizzate dalla PPN | 2÷6 | |
| | Partecipazioni ad altre manifestazioni promosse ed approvate come gruppo PPN | 2÷6 | |
| | Aggregati con il gruppo PPN (TL e nazionali con trasferte organizzate) | 2 | |
| | Presenza alle riunioni del Consiglio Direttivo | 2 | |

# CAMPIONI REGIONALI PPN 2016

## CRL - CAMPIONI REGIONALI C-O 2016

| | MIDDLE | LONG | SPRINT | STAFFETTA |
|---|---|---|---|---|
| CAT. | *Magreglio 23/4* | *Magreglio 24/4* | *Merate 1/5* | *Boffalora 18/9* |
| M12 | meno di 3 | meno di 3 | meno di 3 | M-13: non disputata |
| M14 | MAGENES Simone (BES.) | MANDELLI Matteo (BES.) | MANDELLI Matteo (BES.) | |
| M16 | **GUALDANA Guglielmo (PPN)** | **GUALDANA Guglielmo (PPN)** | meno di 3 | **M-17: GUALDANA Guglielmo, MAINI Diego (PPN)** |
| M18 | meno di 3 | non disputata | OCCHI Angelo (BES.) | |
| | | | | M-20: meno di 3 |
| MA | CRIPPA Matteo (BES.) | GIULIANI Luigi (BES.) | GIULIANI Luigi (BES.) | MA: GIULIANI Luigi, VETTORI Walter (BES.) |
| M35 | CORTELLAZZI Edoardo (AGOR.) | **CATTANEO Fabio (PPN)** | **CATTANEO Fabio (PPN)** | **M+35: GRILLI Alberto, CATTANEO Fabio (PPN)** |
| M45 | MADELLA Remo (VIV.) | MADELLA Remo (VIV.) | MADELLA Remo (VIV.) | M+45: MANDELLI Flavio, BOZZOLA Angelo (BES.) |
| M55 | MANZONI Alessandro (BES.) | ACCORRONI Massimo (VAO) | MANZONI Alessandro (BES.) | **M+55: MAISTRELLO Mariano, AROSIO Roberto (PPN)** |
| M65 | **AROSIO Roberto (PPN)** | BRAMBILLA Riccardo (TUM.) | NESSI Carlo (BES.) | |
| W12 | **COZZI Sofia (PPN)** | **COZZI Lisa (PPN)** | COZZI Sofia (PPN) | W-13: meno di 3 |
| W14 | meno di 3 | meno di 3 | CAZZANIGA Valentina | |
| W16 | non disputata | non disputata | non disputata | **W-17: TEALDO Alessia, DE FAVARI Eleonora (PPN)** |
| W18 | non disputata | meno di 3 | **TEALDO Alessia (PPN)** | |
| | | | | W-20: meno di 3 |
| WA | POZZEBON Irene (BES.) | POZZEBON Irene (BES.) | CERESA Erica (OriCOM.) | WA: meno di 3 |
| W35 | PIATTI Laura (OriCOM.) | **RAMPADO Elena (PPN)** | SEDRAN Anna (BES.) | W+35: GARIBOLDI Alessandra, TITOLI Emanuela (NIRV.) |
| W45 | **ELLI Cristina (PPN)** | PUTZU Daniela (VAO) | TUROLLA Cristina (BES.) | W+45: POLI Elena, CRIPPA Loredana (BES.) |
| W55 | SACILOTTO Lucia (U.L.) | VIRGOLINI Maria Pia (BES.) | SACILOTTO Lucia (U.L.) | W+55: meno di 3 |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **TOT.** | **12 (su 17)** | **12 (su 17)** | **14 (su 17)** | **8 (su 14)** |
| **PPN** | **4 (su 12)** | **4 (su 12)** | **3 (su 14)** | **4 (su 8)** |

# LE GARE 2016 ORGANIZZATE *(volantini)*

Un **GRAZIE** davvero speciale ai tanti soci e amici PPN che han reso possibile tutto ciò, collaborando nella organizzazione e gestione di tali eventi.

## CRL: CLASSIFICA TROFEO "LOMBARDIA" 2016

Primi 3 Classificati nelle 15 categorie

| | M 12 | W 12 |
|---|---|---|
| 1° | DI STEFANO Marco A. (BES) | COZZI Sofia (PPN) |
| 2° | FALCARO Giacomo (U.L.) | COZZI Lisa (PPN) |
| 3° | MORO Leonardo (PPN) | BARENGHI Lucilla (VAO) |

| M 14 | W 14 |
|---|---|
| MAINI Diego (PPN) | TOMIELLO Irene (PPN) |
| MAGENES Simone (BES) | CAZZANIGA Valentina (BES) |
| GILARDI Daniele (NIRV) | MANDELLI Letizia (BES) |

| | M 16 | W 16 |
|---|---|---|
| 1° | GUALDANA Fuglielmo (PPN) | COZZI Anita (PPN) |
| 2° | SAVUT Petru (PPN) | DALLERA Caterina (soc. 610) |
| 3° | BOCCHIETTI Tommaso (OriCOMO) | PEREGO Gemma (BES) |

| M 18 | W 18 |
|---|---|
| OCCHI Angelo (BES) | TEALDO Alessia (PPN) |
| GARUFI Davide (BES) | CHIUSI Bianca (BES) |
| CILIBERTI Michele (soc. 98) | DE FAVARI Eleonora (PPN) |

| | M A | W A |
|---|---|---|
| 1° | GIULIANI Luigi (BES) | POZZEBON Irene (BES) |
| 2° | TODESCHINI Maurizio (NIRV) | POLICE Eugenia (VIV) |
| 3° | RUGGIERO Mario (NIRV) | CRIPPA Maria C. (BES) |

| | M 35 | W 35 |
|---|---|---|
| 1° | CATTANEO Fabio (PPN) | SEDRAN Anna (BES) |
| 2° | DIPACE Alessandro (NIRV) | VASSILEVA Tzvetanka (soc. 368) |
| 3° | FANTIN Luigi (PPN) | RAMPADO Elena (PPN) |

| M 45 | W 45 |
|---|---|
| GRILLI Alberto (PPN) | PUTZU Daniela (VAO) |
| MADELLA Remo (VIV) | ELLI Cristina (PPN) |
| BIELLA Roberto (SESTO76) | POLI Elena (BES) |

| | M 55 | W 55 |
|---|---|---|
| 1° | MANZONI Alessandro (BES) | SACILOTTO Lucia (U.L.) |
| 2° | CURZIO Leonardo (soc. 94) | CRIPPA Loredana (BES) |
| 3° | BATTISTONI Luca (VAO) | FRATTINI Roberta (TUM) |

| M 65 |
|---|
| AROSIO Roberto (PPN) |
| MAISTRELLO Mariano (PPN) |
| BRAMBILLA Riccardo (TUM) |

# CLASSIFICHE FISO: SOCIETA' E ATLETI

*di Mariano Maistrello*

## CAMPIONATO ITALIANO DI SOCIETA' FISO 2016

| | Junior | | Senior | | Master | | Generale | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Class. | Punti | Class. | Punti | Class. | Punti | Class. | Punti |
| **CO** | 14 | 532,00 | 32 | 31,00 | 8 | 308,00 | 16 | 871,00 |
| **MTBO** | | | 7 | 135,00 | 7 | 67,00 | 7 | 202,00 |

Classifiche FISO individuali :

| | **Lista Base CO** | | **Coppa ITA CO** | | **T.N.C.S. CO** | | **Coppa ITA MTBO** | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| nome | Class. | Punti | Class. | Punti | Class. | Punti | Class. | Punti |
| AROSIO Roberto | 439 | 10,72 | 23 | 10,00 | | | | |
| BOCCHIOLA Paolo | 361 | 15,62 | 27 | 5,00 | 41 | 3,00 | | |
| BRAMBILLA Stefano | 246 | 28,98 | 21 | 10,00 | | | | |
| CATTANEO Fabio | **70** | **55,96** | 13 | 20,00 | | | | |
| COZZI Anita | 207 | 13,36 | 27 | 4,00 | 55 | 1,00 | | |
| DE FAVARI Eleonora | 164 | 21,48 | 11 | 25,00 | 12 | 21,00 | | |
| DE FAVARI Marco | 613 | 2,51 | 53 | 1,00 | 52 | 2,00 | 11 | 12,00 |
| DE FAVARI Stefano | 194 | 34,53 | 59 | 1,00 | 55 | 2,00 | | |
| ELLI Cristina | **70** | **44,89** | 15 | 19,00 | 17 | 16,00 | | |
| FANTIN Luigi | 541 | 4,76 | 18 | 14,00 | 27 | 6,00 | | |
| GALIMBERTI Nadia | 118 | 31,51 | | | | | | |
| GATTI Chiara | 245 | 7,50 | | | | | | |
| GATTI Francesco | 546 | 4,45 | | | | | | |
| GATTI Giorgio Ernesto | 494 | 6,96 | 28 | 9,00 | 41 | 3,00 | | |
| GRILLI Alberto | **50** | **60,13** | **3** | **83,00** | **1** | **64,00** | | |
| GUALDANA Guglielmo | 296 | 22,88 | 7 | 35,00 | 33 | 4,00 | | |
| GUALDANA Mauro | 403 | 12,52 | 15 | 24,00 | 41 | 3,00 | | |
| MAGENES Linda | | | 29 | 5,00 | 33 | 3,00 | | |
| MAINI Diego | 469 | 8,65 | 12 | 32,00 | 20 | 8,00 | | |
| MAISTRELLO Barbara | 202 | 14,11 | 14 | 19,00 | 20 | 10,00 | | |
| MAISTRELLO Mariano | 286 | 24,41 | 10 | 28,00 | 5 | 39,00 | | |
| MANELLA Cristina | 332 | 1,22 | 22 | 7,00 | 29 | 2,00 | | |
| PESSINA Eugenio | 199 | 33,79 | | | | | | |
| POMPELE Francesca | 256 | 6,29 | | | | | | |
| POMPELE Luca | 292 | 23,38 | | | | | 6 | 37,00 |
| POMPELE Roberto | | | | | | | **3** | **49,00** |
| QUARTO Anna | | | 20 | 11,00 | 35 | 2,00 | | |
| RAMPADO Elena | **74** | **43,25** | 11 | 28,00 | 10 | 22,00 | | |
| SAVUT Petru | 663 | 1,01 | 39 | 5,00 | 57 | 2,00 | | |
| TEALDO Alessia | 214 | 12,16 | 17 | 19,00 | 14 | 18,00 | | |
| TITOLI Michela | 203 | 13,71 | 9 | 30,00 | 17 | 13,00 | | |
| TOMIELLO Irene | | | 23 | 8,00 | 37 | 3,00 | | |

Sul DVD è disponibile il pdf complessivo di tutti i risultati di tutti gli Atleti PPN alle gare targate FISO, regionali e nazionali. Il file si chiama: *Fiso_listaRisultatiAtleti_2016*

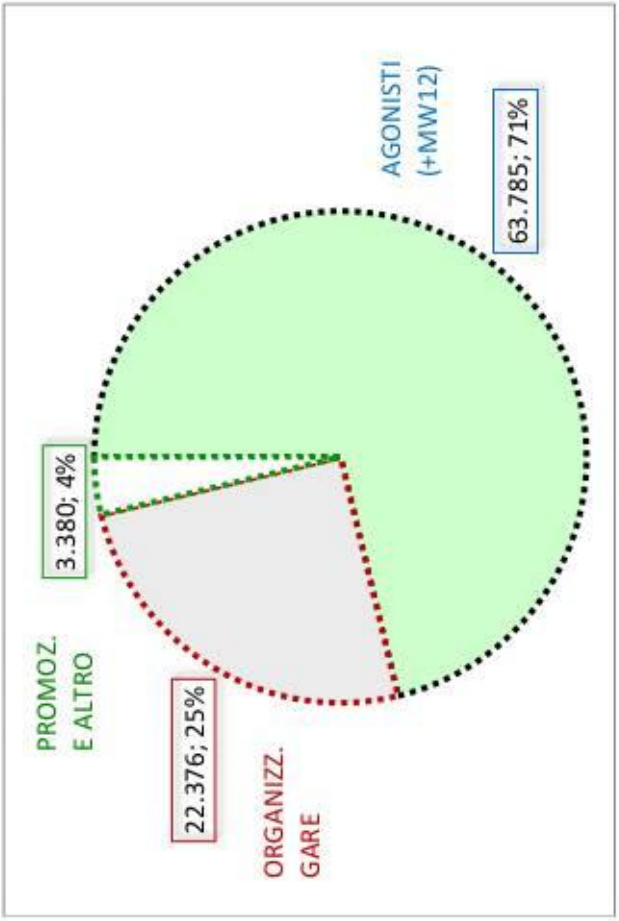
# I PRIMATI REGIONALI PPN

*di Mariano Maistrello*

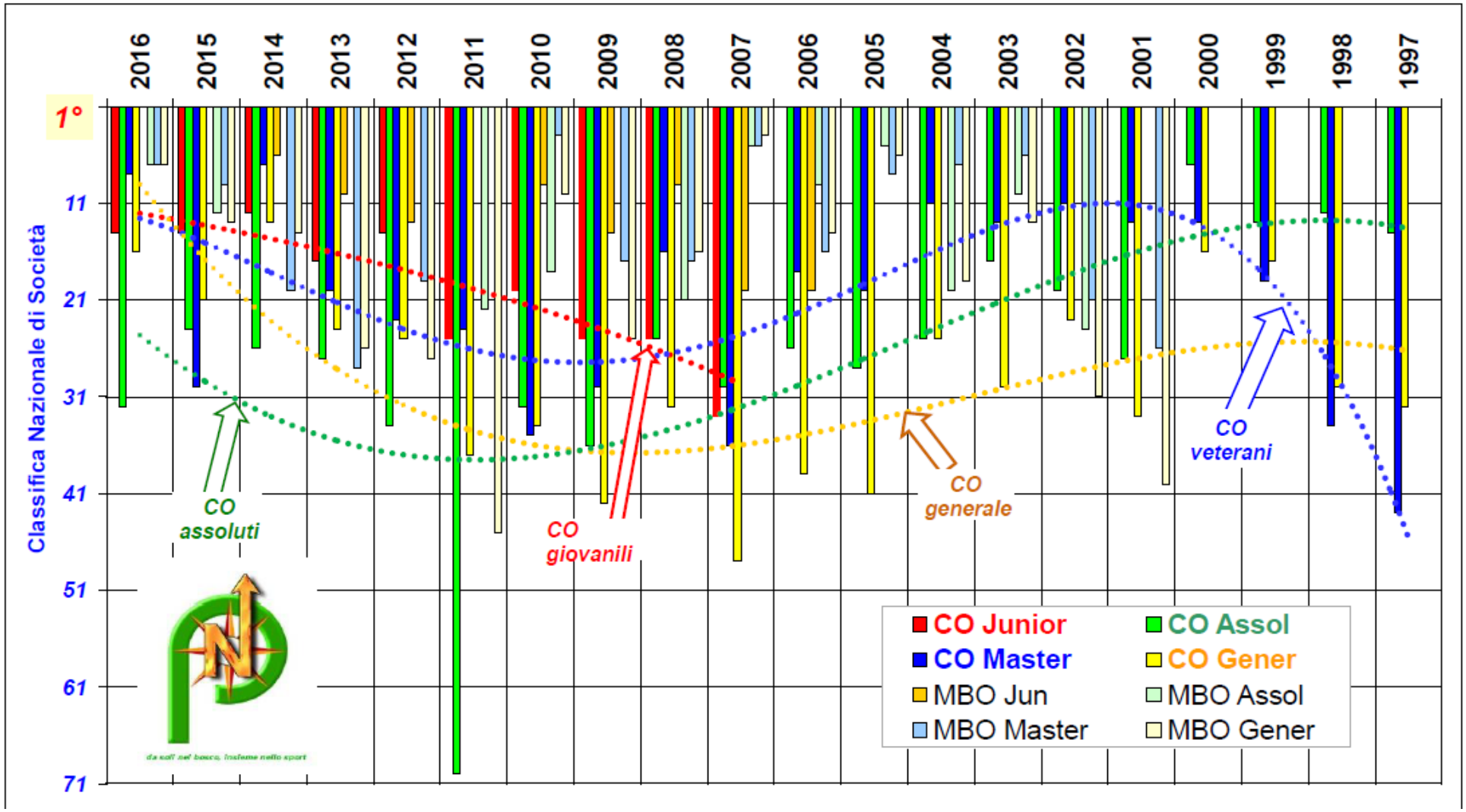
Questa è la sintesi dei risultati regionali di Società CRL 2016. Come si può notare, la PPN si conferma come seconda Società del Comitato lombardo (superando per la prima volta la soglia dei 20.000 punti). Nelle classifiche dei vari Settori, poi, primeggia in due su tre: Junior e Master. Ciò è di buon auspicio anche per il 2017! Ricordiamo infatti che con il nuovo REGOLAMENTO-GARE CRL 2017 le classifiche finali di società saranno solo JUNIOR e GENERALE.

## CAMPIONATO LOMBARDO DI SOCIETA' 2016 - Per SETTORI

| n. | Soc. | SETTORI AGONISTI | | | TOTALE AGO | % del TOT | BONUS Export fin. | ORG. | TOTALE Bonus+ORG | % del TOT | Promoz. e altro | CLdS FINALE (generale) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | JUNIOR | SENIOR | MASTER | | | | | | | | |
| 1 | BESANESE | 6.487,89 | 7.179,09 | 9.197,65 | 22.864,62 | 82,3 | 300 | 3.232 | 3.532 | 12,71 | | 27.795,86 |
| 2 | PUNTO NORD | 7.360,37 | 586,32 | 9.643,16 | 17.589,85 | 83,6 | 200 | 2.585 | 2.785 | 13,24 | | 21.040,14 |
| 3 | NIRVANA VERDE | 526,37 | 2.144,05 | 2.288,85 | 4.959,27 | 43,4 | | 6.370 | 6.370 | 55,80 | | 11.415,73 |
| 4 | ORIENTEERING COMO | 644,59 | 1.441,81 | 984,64 | 3.071,04 | 52,4 | | 2.420 | 2.420 | 41,31 | | 5.858,51 |
| 5 | AGOROSSO S.Alessandro | | 1.711,30 | 1.432,51 | 3.143,80 | 55,4 | | 2.410 | 2.410 | 42,49 | | 5.671,76 |
| 6 | UNIONE LOMBARDA | 117,97 | 292,66 | 2.402,37 | 2.813,00 | 62,4 | 500 | 1.142 | 1.642 | 36,43 | | 4.507,24 |
| 7 | VARESE ORIENTEERING | 138,79 | | 3.574,11 | 3.712,90 | 93,1 | | | 0 | 0,00 | | 3.989,06 |
| 8 | MONZA OK | | 152,23 | 194,57 | 346,79 | 11,3 | | 2.717 | 2.717 | 88,70 | | 3.063,30 |
| 9 | TUMIZA OR. | | | 2.130,40 | 2.130,40 | 97,2 | | | 0 | 0,00 | | 2.191,41 |
| 10 | SESTO'76-LISANZA | 288,74 | 270,02 | 975,98 | 1.534,73 | 78,1 | | 100 | 100 | 5,09 | | 1.964,92 |
| 11 | VIVAIO ORIENTEERING | | 764,61 | 853,98 | 1.618,59 | 97,5 | | 25 | 25 | 1,51 | | 1.660,43 |
| 12 | PROMOSPORT6 | | | | 0,00 | 0,0 | | 375 | 375 | 100,00 | | 375,00 |
| 13 | L'ORMA | | | | 0,00 | 0,0 | | | 0 | 0,00 | | 8,00 |
| | SUB-TOTALI: | 15.565 | 14.542 | 33.678 | 63.785 | | 1.000 | 21.376 | 22.376 | | | |
| | TOTALI GENERALI: | | | | 63.785 | | | | 22.376 | | 3.380 | 89.541,36 |



# CLASSIFICHE AGONISTICHE PPN (PER SETTORI)



# TROFEO PPN 2016 (Milano/Rubattino)

*di Roberto Pompele*

## CLASSIFICA UFFICIALE TROFEO PPN 2016

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1° | 1 | SOFIA COZZI | MINI | 12.36 | 1° | 12.36 | 1° |
| | 2 | LUIGI FANTIN | LUNGO | 25.04 | 6° | 37.40 | 2° |
| | 3 | PAOLO BOCCHIOLA | MEDIO | 22.00 | 10° | **55.40** | 1° |
| 2° | 1 | CRISTINA ELLI | MEDIO | 18.35 | 3° | 18.35 | 4° |
| | 2 | FABIO CATTANEO | LUNGO | 20.31 | 1° | 39.06 | 3° |
| | 3 | LINDA MAGENES | CORTO | 18.36 | 3° | **57.42** | 2° |
| 3° | 1 | MARCO DE FAVARI | MEDIO | 18.00 | 2° | 18.00 | 3° |
| | 2 | ELENA RAMPADO | MEDIO | 19.32 | 6° | 37.32 | 1° |
| | 3 | MARIANO MAISTRELLO | MEDIO | 20.19 | 7° | **57.51** | 3° |
| 4° | 1 | STEFANO DE FAVARI | LUNGO | 22.58 | 3° | 22.58 | 6° |
| | 2 | GIULIANO FRANCESCO | MEDIO | 21.09 | 8° | 44.07 | 5° |
| | 3 | MICHELA TITOLI | CORTO | 14.43 | 1° | **58.50** | 4° |
| 5° | 1 | LISA COZZI | MINI | 15.10 | 2° | 15.10 | 2° |
| | 2 | GIORGIO GATTI | LUNGO | 28.55 | 7° | 44.05 | 4° |
| | 3 | LUCA POMPELE | MEDIO | 15.44 | 1° | **59.49** | 5° |
| 6° | 1 | FRANCESCO GATTI | LUNGO | 31.09 | 9° | 31.09 | 10° |
| | 2 | ANITA COZZI | CORTO | 15.21 | 2° | 46.30 | 8° |
| | 3 | BARBARA MAISTRELLO | MEDIO | 18.38 | 4° | **65.08** | 6° |
| 7° | 1 | ROBERTO AROSIO | LUNGO | 29.52 | 8° | 29.52 | 8° |
| | 2 | NADIA GALIMBERTI | MEDIO | 18.58 | 5° | 48.50 | 9° |
| | 3 | MARCO MAIOCCHI | MEDIO | 20.19 | 7° | **69.09** | 7° |
| 8° | 1 | ANNA QUARTO | CORTO | 22.15 | 4° | 22.15 | 5° |
| | 2 | FRANCESCA POMPELE | MEDIO | 24.04 | 11° | 46.19 | 7° |
| | 3 | EUGENIO PESSINA | LUNGO | 24.58 | 5° | **71.17** | 8° |
| 9° | 1 | ELISA E IRENE TOMIELLO | CORTO | 30.40 | 5° | 30.40 | 9° |
| | 2 | ALBERTO GRILLI | LUNGO | 20.55 | 2° | 51.35 | 10° |
| | 3 | CRISTINA MANELLA | MEDIO | 26.58 | 12° | **78.33** | 9° |
| 10° | 1 | EUGENIA POLICE | LUNGO | 24.15 | 4° | 24.15 | 7° |
| | 2 | LUCIA SACILOTTO | MEDIO | 21.48 | 9° | 46.03 | 6° |
| | 3 | EZIO MILIZIA | CORTO | 39.12 | 6° | **85.15** | 10° |

# CONCORSO SCHEDINE 2016

*di Roberto Pompele*

| POS | NOME | Calò punti | Casorate punti | Civenna punti | Merate punti | C.I. Sprint punti | C.I. Middle punti | Cunardo punti | Mezzago punti | Sgonico punti | Lodrino punti | Clusone punti | TOTALE senza | SCARTI | | TOTALE con |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | ***ROCCI*** | 66,67 | 70,00 | 41,67 | 87,50 | 50,00 | 30,00 | 50,00 | 83,33 | 88,89 | 100,00 | 75,00 | **743,06** | 30,00 | 41,67 | **671,39** |
| 2 | *GIORGIO* | 66,67 | 70,00 | 58,33 | 75,00 | 50,00 | 20,00 | 100,00 | 66,67 | 88,89 | 66,67 | 75,00 | 737,23 | 20,00 | 50,00 | 667,23 |
| 3 | *PETRU S.* | 50,00 | 100,00 | 58,33 | 87,50 | 100,00 | 25,00 | 62,50 | 50,00 | 77,78 | | 75,00 | 686,11 | 25,00 | | 661,11 |
| 4 | *EUGENIO* | 100,00 | 60,00 | 100,00 | 50,00 | 37,50 | 35,00 | 100,00 | 66,67 | 66,67 | 33,33 | 62,50 | 711,67 | 33,33 | 35,00 | 643,34 |
| 5 | *LUCA* | 25,00 | 40,00 | 33,33 | 87,50 | 87,50 | 15,00 | 50,00 | 83,33 | 77,78 | 83,33 | 87,50 | 670,27 | 15,00 | 25,00 | 630,27 |
| 6 | *CRISTINA E.* | 41,67 | 40,00 | 50,00 | 87,50 | 100,00 | 20,00 | 75,00 | 83,33 | 55,56 | 83,33 | 50,00 | 686,39 | 20,00 | 40,00 | 626,39 |
| 7 | *ROSY* | 33,33 | 40,00 | 25,00 | 100,00 | 62,50 | 25,00 | 25,00 | 83,33 | 100,00 | 66,67 | 87,50 | 648,33 | 25,00 | 25,00 | 598,33 |
| 8 | *GRILLI A.* | 58,33 | 40,00 | 41,67 | 75,00 | 100,00 | 20,00 | 75,00 | 50,00 | 100,00 | 50,00 | 25,00 | 635,00 | 20,00 | 25,00 | 590,00 |
| 9 | *MAURO* | 50,00 | 60,00 | 58,33 | 62,50 | 50,00 | 30,00 | 62,50 | 16,67 | 88,89 | 83,33 | 62,50 | 624,72 | 16,67 | 30,00 | 578,05 |
| 10 | *FRANCESCA P.* | 25,00 | 50,00 | 33,33 | 75,00 | 50,00 | 25,00 | 75,00 | 83,33 | 77,78 | 83,33 | 50,00 | 627,77 | 25,00 | 25,00 | 577,77 |
| 11 | *FABIO* | 66,67 | 30,00 | 66,67 | 75,00 | 50,00 | 10,00 | 37,50 | 66,67 | 88,89 | 50,00 | 50,00 | 591,40 | 10,00 | 30,00 | 551,40 |
| 12 | *ANITA* | 41,67 | 50,00 | 41,67 | 62,50 | 37,50 | 15,00 | 37,50 | 100,00 | 11,11 | 66,67 | 100,00 | 563,62 | 11,11 | 15,00 | 537,51 |
| 13 | *ANNA* | 58,33 | | 58,33 | 62,50 | 62,50 | 25,00 | 75,00 | | 66,67 | 83,33 | 37,50 | 529,16 | | | 529,16 |
| 14 | *MARIANO* | 58,33 | 40,00 | 50,00 | 62,50 | 37,50 | 5,00 | 37,50 | 66,67 | 55,56 | 66,67 | 62,50 | 542,23 | 5,00 | 37,50 | 499,73 |
| 15 | *ROBERTO A.* | 66,67 | 70,00 | 25,00 | 75,00 | 37,50 | 25,00 | 37,50 | | 33,33 | 100,00 | 50,00 | 520,00 | 25,00 | | 495,00 |
| 16 | *CARLO* | 58,33 | 70,00 | 50,00 | 50,00 | | | 12,50 | 66,67 | 55,56 | 83,33 | 37,50 | 483,89 | | | 483,89 |
| 17 | *LINDA* | 33,33 | 40,00 | 33,33 | 50,00 | | | 62,50 | 83,33 | 33,33 | 83,33 | 62,50 | 481,65 | | | 481,65 |
| 18 | *LUIGI* | 50,00 | 40,00 | 25,00 | 50,00 | 50,00 | 35,00 | 75,00 | 100,00 | | 50,00 | | 475,00 | | | 475,00 |
| 19 | *IRENE* | 41,67 | 60,00 | 50,00 | 37,50 | | | 25,00 | 66,67 | 55,56 | 66,67 | 62,50 | 465,57 | | | 465,57 |
| 20 | *NADIA* | 58,33 | 30,00 | 25,00 | 62,50 | 25,00 | 30,00 | 37,50 | 33,33 | 11,11 | 100,00 | 87,50 | 500,27 | 11,11 | 25,00 | 464,16 |
| 21 | *BOSELLI* | 33,33 | 50,00 | 33,33 | 62,50 | 62,50 | 100,00 | 50,00 | 66,67 | | | | 458,33 | | | 458,33 |
| 22 | *GUGLIELMO* | | 70,00 | 50,00 | 37,50 | 62,50 | 20,00 | | 33,33 | 66,67 | | 75,00 | 415,00 | | | 415,00 |
| 23 | *ELISA* | 50,00 | 20,00 | 33,33 | 50,00 | | | 25,00 | 100,00 | 44,44 | 50,00 | 37,50 | 410,27 | | | 410,27 |
| 24 | *DIEGO M.* | 66,67 | 60,00 | 41,67 | | 87,50 | 15,00 | 37,50 | 33,33 | | | 62,50 | 404,17 | | | 404,17 |
| 25 | *ALESSIA* | 25,00 | 50,00 | 50,00 | 25,00 | 75,00 | 35,00 | | | 44,44 | | 37,50 | 341,94 | | | 341,94 |
| 26 | *BARBARA* | 50,00 | 60,00 | 16,67 | 62,50 | | | 50,00 | 100,00 | | | | 339,17 | | | 339,17 |
| 27 | *FRANCESCO GI.* | 33,33 | | | 50,00 | 62,50 | 20,00 | | 50,00 | 44,44 | | 37,50 | 297,77 | | | 297,77 |
| 28 | *CHIARA G.* | 50,00 | 50,00 | | 62,50 | | | | 100,00 | | | | 262,50 | | | 262,50 |
| 29 | *ELENA R.* | 16,67 | 40,00 | 33,33 | 37,50 | | | 37,50 | | | | 37,50 | 202,50 | | | 202,50 |
| 30 | *STEFANO B.* | 41,67 | 40,00 | | | | | | 83,33 | | | | 165,00 | | | 165,00 |
| 31 | *BEPPE MAGENES* | | | 50,00 | | | | 62,50 | | | | | 112,50 | | | 112,50 |
| 32 | *MICHELA T.* | | 70,00 | | | | | | | | | 37,50 | 107,50 | | | 107,50 |
| 33 | *MATTEO* | | | | | 87,50 | 10,00 | | | | | | 97,50 | | | 97,50 |
| 34 | *STEFANO DE F.* | 66,67 | 20,00 | | | | | | | | | | 86,67 | | | 86,67 |
| 35 | *PAOLO A.* | | 70,00 | | | | | | | | | | 70,00 | | | 70,00 |
| 35 | *AMELIO* | | 70,00 | | | | | | | | | | 70,00 | | | 70,00 |
| 37 | *ADELE* | | | | | | | 62,50 | | | | | 62,50 | | | 62,50 |
| 38 | *FRANCESCO GA.* | | | | | | | | | 55,56 | | | 55,56 | | | 55,56 |

# GIOIE E DOLORI DELLA MIA PRIMA STAGIONE IN PPN

*di Alberto Grilli*

Niente trasferta di fine anno in Belgio per vari motivi, quindi mentre seguo la coppa Spengler posso sistemare con calma mappe, classifiche, intermedi ecc. della stagione 2016 nell'apposito raccoglitore e ripensare alle numerose avventure con la mappa in mano.

Per me è stata la prima stagione in PPN, dopo 16 anni di CUS Parma che non si è più riaffiliato. Non è stato facile lasciare degli amici con cui avevo condiviso esperienze, organizzazioni, trasferte, imprese; d'altra parte sentivo la necessità di ripartire da un gruppo ampio, intergenerazionale e motivato. Sono contento perché lascio alla grande Visioli e compagnia, con un 2015 per me irripetibile.

La mia avventura in PPN potrebbe iniziare meglio, ad inizio dicembre una caviglia si gonfia apparentemente senza motivo; forse anche per non deludere i nuovi compagni decido di non saltare neppure un allenamento e a posteriori posso dire che ne è valsa la pena. Senza enfatizzare un problema comunque minore, ho scoperto come convivere con il dolore cercando nuove vie per provare piacere durante i lunghi e per me sempre fantasiosi allenamenti invernali. Quando il dolore dopo oltre 5 mesi è svanito tanto rapidamente come era comparso, grazie a una particolare inclinazione della gamba da seduto, ho notato un cambiamento nella mia psiche e nel fisico; ora provavo il piacere di soffrire, quello che si sente quando si è in ottima forma, la corsa è fluida, sciolta e si ha voglia di accelerare fino a non avere più fiato. Da lì in poi ho afferrato ogni occasione di allenamento come un regalo da assaporare fino in fondo, proprio perché non si sa quanto può durare.

Ma torniamo alla PPN: allenamenti regionali esclusi, la prima gara con i nuovi colori (si fa per dire, sono sempre stato un po' allergico alle divise e non le indosso regolarmente) e con il nuovo, sterminato gruppo, è la notturna di Paderno Dugnano. Il primo impegno è quello di dribblare il ruolo di ragioniere che Giorgio voleva affibbiarmi (non è un impiego esattamente creativo); siamo ancora a febbraio e l'obiettivo è quello di limitare i danni e arrivare al traguardo senza ulteriori complicazioni; quando il traguardo si avvicina riesco all'ultimo istante a scansare un tombino sporgente e tiro un sospiro di sollievo.
La mattina dopo, a Calò, mi lascio condizionare dalla caviglia e non mi concentro; penso solo a correre senza leggere e dopo il primo punto, sbagliato ingenuamente, vorrei scomparire; poi mi riprendo e pur con un risultato inguardabile mi rendo piacevolmente conto che il motore gira a pieno, malgrado la preparazione ancora intensa.

Prima dei veri impegni stagionali c'è spazio per la prima edizione del MOO Challenge, gara a squadre affrontata insieme a Fabio con la denominazione *Pustolovski Kartografski Klub*.
Chi ha provato il MOO ha vissuto una giornata indimenticabile, agli altri non resta che la possibilità di partecipare alla seconda edizione; una serie infinita di sorprese, variabili, una strategia di gara da preparare accuratamente durante i trasferimenti sui mezzi pubblici, un caleidoscopio di emozioni che non attendo altro di rivivere e "ricalcolare" nel 2017.

Non mi soffermo sulla trasferta a Lipica, perché sul sito mi sono abbondantemente dilungato; seguono le prime gare nazionali e con loro il mio primo podio PPN nella sprint di Pieve di Soligo. La condizione migliora malgrado i problemi fisici, arriva opportunamente la trasferta pasquale in Slovenia per affinare riflessi e velocità.

Inutile dire quanto sia fondamentale correre sui terreni carsici per acquisire l'abilità di correre su fondi sassosi quanto mai sconnessi e per interpretare correttamente le curve di livello, tra colline, depressioni e avvallamenti macchiati di nero. Tre tappe in questo tipo di bosco impervio e poi la conclusione in una specie di steppa punteggiata da boschetti e cespugli che impone una velocità sfrenata tendendo l'insidia di pesanti errori di azimut. Una tappa massacrante con un tempo vicino all'ora, ma so che al traguardo mi aspetta un

regalo meraviglioso: accompagnare alla stazione di Verona una splendida élite austriaca, bionda e affascinante.

Si ricomincia con il Trofeo Lombardia, nel quale Madella sta approfittando dei miei tentennamenti per mettermi sotto pressione; a Brinzio è importante non perdere terreno. L'allenamento del mercoledì mi entusiasma, mi sembra di volare; sotto la doccia arriva però la mazzata, una fiammata alla gamba destra. Cammino zoppicando fino a casa, non può che trattarsi di una periostite, l'avevo sperimentata nel lontano 1992 o 1993. Nei giorni successivi mi dedico alla mountain-bike e mi presento a Brinzio barcollante, come se mi avessero bastonato la gamba per un giorno intero. In gara riesco a concentrarmi solo sul percorso e sbaglio poco, riuscendo nell'impresa miracolosa di portare a casa gli 80 punti in classifica; una delle gare in tutta la mia vita di cui sono più fiero.
Tornando a recuperare i punti nel bosco, capisco che il problema è generato dalle scarpe, troppo consumate; fortunatamente sono arrivate le nuove *More Mile* consigliatemi da Giorgio e il dolore, tra impacchi di argilla verde e altre uscite ciclistiche, dopo qualche giorno se ne va. Non se ne va tuttavia la paura di una ricaduta, me ne accorgo a Revine dove nelle discese sono completamente bloccato per la paura di forzare; meglio nella foresta del Cansiglio, il cui fondo soffice è quanto mai tranquillizzante.
Dopo tutti questi guai arrivano (inopportunamente) i tre campionati regionali nello spazio di 8 giorni: nella middle vado a riprendere 4 avversari partiti prima di me, ma li porto a zonzo e finiamo lontanissimi; nella long molto meglio, mi rendo conto di esserci ancora fisicamente, ma butto via tutto per un errore di lettura che mi relega al terzo posto. Dopo l'intermezzo con la sprint al Parco di Monza, ottima, a Merate mi faccio ancora spaventare dalle discese sul terreno bagnato e lascio secondi preziosi e decisivi; è difficile districarsi in quest'altalena di sensazioni, ma le gare importanti si susseguono incessantemente, la settimana successiva è già tempo di campionati italiani sprint e middle. La Katzenreisen [agenzia di viaggio Gatti] si conferma ad altissimo livello, scovando un bellissimo maxi appartamento da 12 posti dove stare tutti insieme. Ancora grazie a Giorgio e Anna per la cura dedicata ad organizzare le trasferte durante tutto l'anno.
La settimana che porta agli italiani sprint ha sempre rappresentato per me un periodo di particolare brivido; pur ritenendo più importanti i trofei stagionali, che rispecchiano il valore di un orientista lungo tutto l'anno, questa breve gara in cui tutto può succedere mi dà emozioni insuperabili, soprattutto quando riesco ad arrivarci in buona forma. Quest'anno la situazione è un po' problematica, me ne accorgo nelle prime fasi di gara in cui sono molto incerto; poi ingrano una buona marcia e vado quasi a riprendere Cipriani, uno dei favoriti; mi frega ancora la discesa nel bosco, nella quale non riesco a "mollare" e perdo l'aggancio. Gli ultimi punti sono una tortura psicologica, ma lo sprint finale mi permette di acciuffare un insperato bronzo per un solo secondo: non ci avrei mai sperato, mi sembra incredibile dopo tutti i tormenti di questa primavera.
Nella middle vado paradossalmente meglio: a parte 3 incertezze pesanti, la fiducia sul terreno boscoso non mi manca e arrivo vicino al podio.

A maggio gli allenamenti vanno sempre molto bene e finalmente il 25 mi accorgo che la caviglia si sta sgonfiando; a Mezzago per la prima volta non sento più dolori e la differenza si vede subito, tanto che a Borgo Valsugana vado con il solo obiettivo di vincere, cosa per me inconsueta; normalmente non sono così agonista come qualcuno mi rinfaccia, corro ormai solo per il piacere dello sforzo fisico, delle emozioni, dell'aria in faccia, indipendentemente dal risultato; a Borgo però mi interessa solo la vittoria, non mi lascio impressionare dalla pioggia che comincia a scendere al minuto -2 e mi concentro al massimo; sbaglio solo l'interpretazione di una tratta lunga e anticipo bene i punti collocati al buio. Nel finale opto per scelte veloci anche se più lunghe e mi getto sul traguardo finalmente senza dolori e retropensieri; grazie anche al PM di un rivale posso festeggiare con i nuovi compagni di squadra un successo in maglia verdeblu.
A metà giugno mi accorgo che la stagione è già quasi volata via, resta poco nell'estate-autunno: italiani long, le staffette e le ultime gare dei vari trofei; l'estate è l'occasione per concentrarsi su quello che si può migliorare, senza pensare ad obiettivi immediati. Per quest'anno ho scelto la 5 gg. del Tesino e il raduno lombardo-emiliano, due intensi periodi, pieni di nuove esperienze e sensazioni.

Nel Tesino mi aspetta il compito di supporto all'organizzazione della 5 giorni parallela di TrailO, anche se il grosso del lavoro l'ho svolto a giugno al computer. E' l'occasione per lavorare con un team affiatato, composto da persone di qualità come Bettin. Lenarduzzi, Cera, Pfister. La sera, a tavola, ho la fortuna di ritrovarmi insieme al cuoco Bezzi, allo speaker Galletti, a Oribos Boselli e a tanti altri orientisti con cui di solito si ha poca opportunità di scambiare quattro chiacchiere. In gara faccio esperimenti su scelte, su tecniche di attacco e di lettura, tranne che nella sprint di Levico, dove mi spremo al massimo e strappo un posto sul podio tra svedesi, russi e altri fenomeni della M45.

Per la prima volta partecipo a un raduno estivo dall'inizio alla fine: quest'anno siamo in Emilia, in mezzo ai boschi e soprattutto il raduno si svolge all'inizio di agosto, un periodo più favorevole per ottenere le ferie. Nel gruppo avanzato ho la grande fortuna di trovare come istruttore Tenani, persona straordinaria e guida ideale che dispensa consigli, trucchi ed analizza accuratamente ogni sera gli allenamenti passati e futuri.
Il programma è decisamente fitto, quasi sempre due sessioni al giorno, ma superata la metà della settimana le gambe cominciano ad andare da sole e la stanchezza si dissolve anche grazie alla piacevole atmosfera e alla socializzazione, oltre al fatto che le mappe sembrano guidarti sul terreno meglio di un navigatore satellitare.
I giovani, anche del nostro team, sono numerosissimi ed entusiasti, quindi non c'è bisogno di spendere parole per convincerli; il mio invito si rivolge dunque ai master, soprattutto a chi non ha moltissimi anni di esperienza, per i quali una settimana di raduno rappresenterebbe una lezione preziosissima, perfino molto di più di una 5 giorni: non lasciatevi scappare uno dei prossimi raduni! Chiaramente è bene arrivarci con una condizione fisica adeguata per non farsi male e penare sempre di più, ma i vantaggi saranno evidenti gara dopo gara nei mesi e negli anni successivi.

Esaltato dal raduno e conscio di avere acquisito la necessaria base fisica, decido di partecipare a un paio di corse in montagna nel Varesotto: la prima, a Casalzuigno, offre un tratto di 3 km. con 500 m. di dislivello nella parte centrale di gara, prima di scendere e risalire sempre nei boschi e piombare infine al traguardo dopo 12,5 km.; la seconda, la classica Cittiglio-Vararo, è una corsa in salita su strada di 7 km. con 490 m. di dislivello. Vi assicuro che riuscire a fare tutte le salite, anche ripide, a passo di corsa vi cambierà completamente la mentalità per quando tornerete all'orienteering; riuscirete ad apprezzare ogni tratto dei vostri percorsi.

Ed eccoci già a settembre, alle staffette, le gare più emozionanti: ai campionati regionali di Boffalora trovo un percorso per me divertentissimo; posso confrontarmi con gli élite e godermi una gara d'attacco grazie alla splendida forma guadagnata in estate. Lancio Fabio al comando della M35 e al punto spettacolo lo vedo passare davanti anche agli M21! Poi l'ingresso in un portico sbagliato ci fa perdere il primo posto totale, ma portiamo a casa quello di categoria, insieme a tante altre nostre coppie.

Siamo pronti quindi per gli italiani a staffetta di Zgonik, dove insieme a noi c'è Stefano Brambilla, che ha condiviso con me tantissime trasferte e soddisfazioni; in staffetta Stefano riesce sempre a dare il meglio di sé, come a Vezzena nel 2014 quando zoppicando difese il terzo posto o come a Monte Moria nel 2009, quando mi consegnò il testimone in una posizione perfetta per l'attacco finale a Faetanini.
Questa volta decido, malgrado mi trovi al lancio, di ignorare completamente gli altri concorrenti e di pensare solo alla mappa che ho in mano; la zona iniziale coincide con la parte finale della long, nella quale 22 ore prima ho lasciato il supertreno Della Santa – Boneccher – Cipriani, sacrificando qualche minuto ma facendo un po' di lettura autonoma. Esco con tranquillità dai primi insidiosi punti e mi ritrovo insieme a vari avversari di diverse nazioni. Da lì in poi controllo bene la situazione e do il cambio al secondo posto a Fabio, bravo a riprendersi dopo un errore iniziale; l'eroe di giornata è però Stefano, che raggiunge Bosisio al terzultimo punto e lo batte in una volata sbalorditiva, gestita con la massima astuzia ed esperienza. Siamo ancora a podio in M35, per dei vecchietti come e Stefano una grandissima gioia.

Conquistati gli ultimi punti necessari nel Trofeo Lombardia grazie anche all'assenza di iscritti al Trofeo insubrico di Lodrino (oltre al sottoscritto per la PPN c'erano solamente Mariano e Roberto), è il momento di rifinire la preparazione per la sprint relay di Savona; quale miglior occasione di una MA al Rubattino (o, come lo chiamo io, il *Parco Cagotto*)? Bel tracciato di Madella e discreta prestazione. Per concentrarmi sulle sprint rinuncio anche alla trasferta all'Arge Alp, peccato perché è sempre una grande esperienza parteciparvi, anche se questa volta la trasferta era assai lunga.

Grazie al lavoro impeccabile di Fabio arriviamo a Savona prontissimi ad affrontare la fortezza, dove saremo praticamente infallibili. Fabio è perfino troppo veloce, perché salta il corridoio d'arrivo e deve arrangiarsi per dare il cambio a Elena, la quale combatte tenacemente contro un infortunio e si difende fino in fondo; parto trafelato in ultima frazione, prendo un buon ritmo anche se non leggo alla perfezione, poi mi scateno nella fortezza e appena fuori riprendo Manzoni in terza posizione. Quando ormai vedo la medaglia, pago purtroppo lo sforzo dell'inseguimento e mi faccio riprendere e battere nel finale da Ruggiero, che nella distribuzione dei forking aveva pescato un tracciato più corto. Grande delusione, ma prestazione di squadra comunque eccezionale, come quella di Fabio che il giorno dopo va sul podio in Coppa Italia nel gelo del Monte Beigua; ecco uno dei tanti difetti che devo eliminare, riuscire a "ricaricarmi" dopo la gara del sabato non sempre mi riesce appieno.

Il finale di stagione è esaltante, vinco una prova di TMO in Ticino per pochi secondi (in categoria HAK, più corta ma affollata da gente molto più giovane), recupero il podio finale in Coppa Italia e mi gestisco bene nella gara di Siena per conquistare per il secondo anno di fila lo Sprint Tour: avvio velocissimo e seconda parte in sicurezza per non compromettere la buona posizione acquisita. L'ultima gara dell'anno per me è a Clusone, con una delle mie formule preferite, la mass start; a differenza della staffetta di Zgonik, questa volta tengo d'occhio fin dal via i principali rivali e mi districo bene nelle farfalle, per poi piazzare nel finale una bella progressione in salita. Meglio tardi che mai, ritrovo anche la fluidità in discesa.

Considerati i guai fisici, posso essere molto soddisfatto di questo primo anno in PPN; come detto, vivo alla giornata cercando di godere di ogni singolo allenamento, di ogni chilometro e di ogni allungo; spero che anche gli altri master abbiano la voglia e la possibilità di divertirsi durante tutto l'anno cercando di spostare i limiti del proprio fisico o semplicemente di mantenersi in forma facendo prevenzione per dolori alla schiena, muscolari e articolari, compiendo esercizi di ginnastica quotidiani per potenziare la catena cinetica e migliorare l'agilità; poi naturalmente l'impegno non basta, ci vuole fortuna, come in ogni attività umana. Concludo facendo grandissimi complimenti a Guglielmo, che al raduno mi ha impressionato per il suo entusiasmo; insieme a Diego e Petru possono fare molto bene nei prossimi anni. Grazie a tutti i compagni di squadra PPN, speriamo di vederci spesso sui campi di gara anche nel 2017.

*Alberto*

# DAL NEPAL CON AFFETTO

*trasmesso da Amelio Titoli*

CCS Italia centro cooperazione sviluppo onlus

1988-2020 help IL DIRITTO DI ESSERE BAMBINI www.esserebambini.org

**CHILDREN SPONSORSHIP PROGRAMME**

**CHRISTMAS: 2016**

**CHILD'S NAME** SABINA TAMANG **CODE** NKP-104

**EDUCATOR'S NAME** GOPAL SHRESTHA

**MESSAGE**

Dear Foster parent,
Luckily, I could be safe from 2015 earthquake and thanks good I can write you this letter. The Nepali year 2072 has gifted so much sorrow and pain to all of us. Now the time has come to rise again. we are happy to be back to our everyday lives and going to school. Thank you for the support you are giving me, my family my school and my village.
wish you all the bes Merry christmas!

**TRANSLATION**

**EDUCATOR REMARKS**

Dear Foster parents,

Namaste,

I would like to say thanks for the support you are giving these children. After the devastating Earthquake which made our life difficult we also had to face India blocked to import day to day life materials. Kathmandu is now slowly coming back to his normality. We are sure next year will be a joyful one.

This is what I'm wishing you and your family too.

Merry Christmas!

Gopal

due pezzi MAI pubblicati !!

**Orienteering: la Polisportiva PUNTO NORD parte con il piede ...giusto!**

Impegnativo avvio di campionato, per le società sportive di Corsa Orientamento ("Orienteering"), con un weekend da ...mozzafiato!
Le due prove di Sabato 13 e Domenica 14 Febbraio, infatti, corse rispettivamente a Paderno Dugnano (MI) e Calò (Besana B.), hanno dato ufficialmente il via all'anno sportivo FISO Lombardia, con le prime due gare del "Trofeo Lombardia" (quest'anno su 13 gare) e giunto alla sua 28ma edizione.
La Polisportiva PUNTO NORD (di Monza) si è presentata puntuale all'appello, schierando in tutte le Categorie maschili e femminili delle due gare rispettivamente 25 e 29 Atleti agonisti.

La gara di sabato 13, era organizzata dalla a.s.d. Nirvana Verde di Lecco. Si trattava di una Sprint in notturna in un bellissimo parco cittadino di Paderno Dugnano (Parco Lago Nord), con partenze in massa a partire dalle ore 18:00. Quindi questa massa di 'luci' frontali (102 concorrenti totali) s'è messa in moto, nel buio, sparpagliandosi allegramente in tutte le zone, cartina e bussola alla mano, alla ricerca delle proprie 'lanterne' (che per l'occasione erano state dotate di catarifrangenti).
La gara s'è conclusa regolarmente ed entro i tempi limite. Buono il bottino della PUNTO NORD che per l'occasione supera l'avversaria di sempre (la Polisportiva BESANESE) sia in termini di punteggio (1.454 punti contro 1.331) sia in termini di medaglie: 7 ori, 3 argenti e 1 bronzo per un totale di 11, contro 4+3+2=9 della Besanese).

Nella piovosa giornata di Domenica 14, ci si è ritrovati invece a Besana in Brianza, dov'era in programma la 2^ gara di CO (Long) da correre nei boschi della frazione di CALO'. Buona l'organizzazione a cura della Polisportiva Besanese. I partecipanti che han concluso l'impegnativa gara sono stati 155 (solo 3 i ritirati). Anche in questo caso la PUNTO NORD s'è fatta onore, specie con i suoi giovani (settore Junior) e alla fine il medagliere è ancora cospicuo, con 8 ori, 3 argenti e 4 bronzi, per un totale di 15 medaglie (contro le 12 della Besanese: 4+4+4). Ma in termini di punteggio è la Besanese stavolta a primeggiare, con 1.825 punti contro i 1.418 della PPN.
Si prospetta quindi, anche per il 2016, l'annosa rivalità tra le due migliori Società brianzole di Orienteering, che nella passata stagione, a livello nazionale, hanno concluso il loro Campionato di società rispettivamente al 1° posto (Besanese società Campione d'Italia di CO), e al 21° posto (Punto Nord), su 163 Società affiliate alla Federazione Italiana Sport Orientamento (FISO).
Il Campionato del Trofeo Lombardia riprenderà il 6 Marzo, con la 3^ prova in programma a CASORATE SEMPIONE (VA), e c'è da scommettere che la sfida ...continuerà!
---------- 15/2/2016

**Orienteering: successi recenti e prossime trasferte della PUNTO NORD**

L'Orienteering italiano s'è messo in moto (anzi: in ...piedi!) da tempo, e in questo periodo proliferano in tutta Italia le gare dei vari Tornei. Con l'avvicinarsi della primavera gli impegni si moltiplicano, e le squadre partecipanti sono chiamate ad una attenta programmazione.

Capita così di assistere in pochi giorni, sia ad interessanti prove locali, promozionali, da vivere come utili allenamenti, sia a prove ufficiali in qualche Calendario-gare (regionale, Nazionale o addirittura Internazionale).
Recentemente gli Atleti della Polisportiva **PUNTO NORD** hanno partecipato in massa alla 3^ prova del Trofeo regionale "Lombardia", in programma **Domenica 6 Marzo a CASORATE SEMPIONE** (VA). La gara era valida anche per il TMO (Trofeo del Canton Ticino) e quindi gli amici ticinesi sono scesi in gran numero. La partecipazione complessiva parla di oltre 400 concorrenti, di cui oltre il 50% elvetici, che come già successo in passato, si sono aggiudicati un buon bottino di medaglie. Buon successo dell'evento sportivo, quindi, organizzato da un'altra società monzese: la a.s.d. MONZA OrienteringsKlubb, dei mitici fratelli GRASSI (Gianpiero e Maurizio, iniziatori di tale Sport in Lombardia, all'inizio degli anni '80).
Numerosa la squadra PPN, con 26 Atleti (13 maschi e altrettante femmine) che alla fine sono riusciti a portare a casa **9 medaglie** (3 ori, 5 argenti e un bronzo). Da sottolineare le vittorie di Elena RAMPADO (in Categoria W35), Fabio CATTANEO (M35) e Mariano MAISTRELLO (M65). Ma anche gli altri podi sono risultati di tutto rispetto: in campo femminile: Anita COZZI (W16) e Nadia GALIMBERTI (W35). In quello maschile: Diego MAINI (M14), Alberto GRILLI (M45), Roberto AROSIO (M65), Stefano DE FAVARI (MB).

Sabato 12 Marzo c'è stata la bella promozionale corsa al **Parco LAMBRO di Milano**, manifestazione curata dalla a.s.d. Unione Lombarda (MI) e dedicata soprattutto al mondo giovanile (scuole). Ma un percorso era stato tracciato anche per gli Agonisti, e alla fine s'è rivelato un percorso molto bello e soprattutto impegnativo (oltre 7km con molti incroci 'a farfalla' e tre tratte lunghe oltre 1km!!). I 4 agonisti PPN iscritti si sono comunque fatti onore, concludendo la prova entro la seconda parte di classifica (il Presidente Giorgio GATTI è stato il migliore, con il suo 9° posto).

Domenica 13, invece, a **Bologna** era in calendario la 1^ prova del "TER" (Trofeo Emilia Romagna) intitolato alla memoria dell'indimenticabile Gianni Peroni, Dirigente dell'I.C. Croce di Casalecchio sul Reno, morto 3 anni fa'. E anche là le ragazze PPN in categoria W18 hanno lasciato il segno: vince infatti la bravissima **Eleonora DE FAVARI**, mentre la sua compagna Alessia TEALDO giunge 4^, ad oltre 2'.

La PPN è stata presente anche in **Slovenia**, nel weekend 12-13 Marzo, dove a KRAS era in programma una tradizionale 5-giorni Internazionale (**Lipica Open**). Qui ha partecipato parzialmente il forte neo-tesserato PPN **Alberto GRILLI**, che si è 'divertito' a partecipare alle due gare di orienteering di precisione (Temp-O e Pre-O) ottenendo un prestigioso risultato nella 2^ prova (7° assoluto e 2° Italiano!) e ha partecipato alla 2^ tappa di CO (Domenica 13) andando a vincere nella Categoria Open. Bravo Alberto, complimenti da tutta la PPN.

Infine, nel prossimo weekend 19-20 Marzo, ci sarà da vivere un'altra appassionante avventura, stavolta in provincia di **Treviso**: è in calendario una 2-giorni di gare di 3° livello (Nazionali) che prevede Sabato 19 una gara Sprint nel centro storico di **Pieve di Soligo** (1^ prova del circuito nazionale 'Sprint Race Tour' 2016) e Domenica 20 la 1^ prova di 'Coppa Italia' di CO 2016 a **Barbisano**. La squadra PPN sarà composta stavolta di **11 concorrenti**, che se la vedranno con la forte concorrenza del Nord-Est Italia. E siamo sicuri che anche là non mancherà qualche bella soddisfazione per qualche Atleta bianco-verde.

17/3/2016

**MA PER DUE PEZZI INEDITI, ECCONE ALTRI DUE PUBBLICATI e sullo stesso evento!!...**

DAI NOSTRI Quartieri
Buone Feste!
N. 73 - Nuova Serie
Dicembre 2016
3
ORGANO DI COLLEGAMENTO DEI CATTOLICI DEL MUNICIPIO 3 - MILANO
www.dainostriquartieri.it



# Milano, parco dell'Acqua-Rubattino, 16 ottobre 2016

## Gara di Orienteering

DI MARIANO MAISTRELLO*

Dopo l'annuale 'Giro-di-Giostra', a cura delle Associazioni 'ViviRubattino e WIBe' e la Parrocchia S.Martino di Lambrate, il Parco dell'Acqua tornerà protagonista per un'altra memorabile giornata, stavolta all'insegna dello Sport Orientamento ("Orienteering"). Domenica 16 Ottobre si correrà infatti la 12ª prova del Trofeo "LOMBARDIA" di Corsa Orientamento, giunto quest'anno alla sua 28ª edizione.

Si tratta di una gara di corsa a piedi, con i concorrenti iscritti in categorie differenziate per sesso e per età.

La speciale cartina di gara che verrà usata è intitolata Parco dell'Acqua (Maserati) ed è stata realizzata nel 2014 da un famoso ed esperto cartografo milanese, Remo Madella, neo Campione Italiano ed Europeo nella specialità Orienteering di precisione (Trail-O). L'area è stata scelta per le sue molte potenzialità sportive: assenza di traffico, ambiente misto residenziale/parco, ampia copertura garantita dalla sopraelevata, vasto repertorio di vegetazione (non solo alberi). C'è da scommettere che in un prossimo futuro, nell'ambito del Parco della Media Valle del Lambro (*www.pmvl.it*), questo Parco urbano verrà ulteriormente valorizzato, con il collegamento e l'estensione ad Est sull'area ex Maserati.

La gara del 16 Ottobre 2016 sarà quindi di interesse Regionale, aperta alla partecipazione degli Atleti agonisti e tesserati (ne sono previsti circa 150, lombardi e non solo) ma anche di semplici esordienti e appassionati. Sarà ancora organizzata dalla PPN di Monza, nata in ambito parrocchiale nel 1982 (Oratorio della parrocchia di S. Biagio) e cresciuta nel tempo fino a diventare la seconda Società sportiva lombarda, per importanza e meriti sportivi (v. Classifiche regionali sul sito fisolombardia.it). A livello nazionale la PPN occupa attualmente posizioni di tutto rispetto, sia per la specialità di C-O ('Corsa Orientamento') che per la MTB-O ('Mountain bike Orienteering'). Tra i propri Soci dispone di numerosi Istruttori e Tecnici, attivi anche per i progetti di Orienteering nelle Scuole e in ambito aziendale ('Team building'). Per tale gara sarà possibile contare sulla logistica dell'Oratorio della Parrocchia di S. Martino di Lambrate, in via dei Canzi 28 che fungerà da punto di 'ritrovo' e che metterà a disposizione gli spazi per spogliatoi, Segreteria di gara e premiazioni finali. Un caloroso grazie va a Don Luigi e a tutto il Consiglio Pastorale per tale importante supporto.

Siamo quindi tutti invitati a partecipare a questa divertente e originale competizione: da soli o in compagnia, famiglie con bambini, giovani e ragazzi, adulti e anziani, appassionati esordienti o runners agonisti! La partecipazione è aperta proprio a tutti, e sarà bello vivere la gara partecipandovi e sfidandosi magari tra amici, studenti, parenti e conoscenti. Nel nostro Sport uno degli slogan più gettonati è: "L'orienteering è bello, perchè muove gambe e cervello..." La società PUNTO NORD vi aspetta numerosi. Tutte le informazioni verranno divulgate sul sito www.fisolombardia.it e anche su quello della società organizzatrice: www.puntonord.net .

**ISCRIZIONI:** solo per gli Agonisti sono previste le usuali modalità e scadenze. Per tutti gli altri (Scuole, Esordienti, famiglie, appassionati, gruppi di ragazzi/e, ecc...) l'iscrizione è possibile via e-mail fino al mattino della gara, e fino ad esaurimento delle cartine. Ma suggeriamo di iscriversi per tempo, in modo da facilitare gli Organizzatori nella produzione delle cartine necessarie.

**PREMIAZIONI:** a fine gara, presso il ritrovo (Oratorio Lambrate, via dei Canzi 28).

***LINKS UTILI:***

**RITROVO** (Oratorio San Martino di Lambrate, coord.: 45.480969 9.24285) *www.lambrateortica.it/joomla/index.php/en/2012-04-23-08-24-27*

**SOCIETÀ** organizzatrice (A.S.D. Polisportiva PUNTO NORD (MB): *www.puntonord.net*

**FEDERAZIONE ITALIANA SPORT ORIENTAMENTO** Comitato regionale FISO Lombardia: *www.fisolombardia.it*

**CARTOGRAFIA E MAPPE** (Remmaps, di Rermo Madella): *www.remmaps.it*

**PER SAPERNE DI PIÙ:** *www.orienteering-lombardia.it*

** Polisportiva Punto Nord (MB)*

# ORIENTEERING: Rubattino-Milano-Lombardia-Italia

DI MARIANO MAISTRELLO

La bella giornata di Domenica 16 Ottobre ha illuminato di sano Sport l'intera area del "parco dell'Acqua/Maserati" di Rubattino. In tale data si è svolta una gara Regionale di Corsa di Orientamento ("Orienteering"), organizzata dalla a.s.d. Polisportiva PUNTO NORD di Monza e inserita nel Calendario-gare ufficiale del Comitato regionale FISO Lombardia (www.fisolombardia.it). Numerosa l'affluenza di Esordienti e Agonisti che si sono rincorsi di qua e di là del Lambro, alla ricerca delle mitiche 'lanterne' previste dal percorso della propria categoria. Sì, perchè tali competizioni sono estremamente attente al concetto di 'equità' sportiva, per cui le Categorie di gara sono diversificate per sesso e per età. Infatti, come da Regolamento-gare, erano previste ben 9 Categorie agonistiche maschili (da 14 anni a 65+) e 8 femminili (da 14 a 55+) oltre ad altre 4 non agonistiche: 12enni (M e F), Esordienti e 'Direct' (per i runners 'last-minute'). In totale hanno partecipato 133 concorrenti, di cui 119 Lombardi, 12 da altre Regioni italiane e 2 Stranieri (Slovenia). A fine gara sono risultati non Classificati soltanto in otto: 2 perché ritirati, 4 per mancanza di 'punzonatura' e 2 invece per punzonature 'errate'. Quindi un'ottima percentuale di concorrenti Classificati, 'attenti' oltre che a dove mettere i piedi (mentre si corre, a volte occorre consultare la mappa, il che non è sempre facile) anche al 'codice' delle proprie 'lanterne' nel punzonare il proprio passaggio. Corsa in resistenza, concentrazione e attenzione, quindi, caratteristiche che fanno di questo Sport un toccasana per tante necessità personali, a tutte le età.

Sopra: i partecipanti pronti per l'inizio della gara di Orienteering
Sotto: due giovani partecipanti durante la gara

Queste le Società lombarde partecipanti con relativo numero di atleti: **NIRVANA VERDE (LC) 5; AGOROSSO S.Alessandro (BG) 5; ORIENTEERING COMO (CO) 3; POLISPORTIVA BESANESE (MB) 30; POLISPORTIVA PUNTO NORD (MB) 32; SESTO'76-LISANZA (VA) 4; UNIONE LOMBARDA (MI) 15; VIVAIO ORIENTEERING (MI) 3; MONZA OK (MB) 6.** A fine gara abbiamo interpellato Giorgio GATTI, Presidente della Società organizzatrice, che ha commentato così: Bella giornata di Sport, in un ambiente che con l'auspicabile espansione a Est promette di diventare una delle zone più interessanti in Città per tali tipi di gara (Sprint). Doverosi ringraziamenti, in ordine casuale: tutti i soci della Polisportiva Punto Nord, l'associazione "Giro di Giostra al Rubattino", Remo Madella (www.remmaps.it) che ha disegnato una bellissima cartina e ha tracciato dei percorsi molto intriganti e interessanti; l'oratorio San Martino di Lambrate che ci ha ospitato in un luogo ideale; e infine tutti i partecipanti che sono venuti a gareggiare e divertirsi. Abbiamo poi scambiato qualche impressione con una residente di qui, signora Rosanna F. con bambino. Che bella questa cosa, tutti questi atleti, bambini, giovani e anziani. Non ho capito ci cosa si tratta, mi han detto di una specie di caccia al tesoro. Ma perché non ci avete avvisato? qui nel quartiere da un paio d'anni abbiamo attivato una comunità in rete, la Social Street 'Lambrate - quartiere Rubattino'. E non ne sapevamo nulla; fossimo stati avvisati prima forse avreste avuto più concorrenti. Ricordatevi, la prossima volta. Noi l'assicuriamo in tal senso, ricordandole che l'evento era stato pubblicato per tempo sul notiziario di Zona 3: 'Dai nostri quartieri', molto diffuso qui. Alcune foto dell'evento, disponibili qui: *http://www.fisolombardia.it/public/download/ORI_FOTO_LINKS_MM.pdf*

## PREMIAZIONI... PREMI... GADGETS... RICORDINI... PASTRUGNI...

*di Roberto Arosio*

Prima di mettermi a scrivere queste considerazioni ci ho pensato molto, ma dopo l'ultima festa del lanternino...eh beh, alcuni commenti che non vogliono essere polemici, tutt'altro, bisogna farli.

Premetto che partecipo alle gare per divertimento, puro divertimento e non per altro. Quando questo verrà meno dirò addio all'orienteering.

Ma se vogliamo incentivare il nostro sport, soprattutto per le categorie giovanili e per le categorie di iniziazione M e W 12, per carità, non lesiniamo per loro piccole soddisfazioni

che oltre ad essere quelle di salire sul podio ed essere fotografati siano anche quelle di essere premiati con premi che non imbarazzino e facciano vergognare di essere sul podio stesso.
E poi facciamo chiarezza sull'italica premiazione dei primi classificati...ma che significa primi classificati? I soli primi di ogni categoria o come era una volta prassi i primi tre di ogni categoria? Si rischia di avere tre ragazzi davanti al nostro Mariano di turno e vedere che si trovano (tranne il primo) con...le mani in mano. Per fortuna il nuovo presidente specifica nelle nuove norme gara di chiarire sul volantino chi viene premiato: il primo di ogni categoria o i primi di ogni categoria.
Altra considerazione: premiazioni di fine anno. I campioni regionali sprint, middle e long hanno fatto una sola gara, l'hanno vinta o sono arrivati secondi, sono stati premiati (o no se sono arrivati secondi) e vengono premiati anche a fine anno dal Comitato Regionale per essere campioni con birra e vino..e questo è buona cosa. Passiamo a coloro che hanno fatto 12, 13 gare per trovarsi vincitori del Trofeo Lombardia...dodici, tredici gare e premiati dallo stesso Comitato Regionale con una patacca in metallo. Una volta davano non dico cosa, ma forse qualcosa di più.
Un giovane che si avvicina a questo sport che è diverso dagli altri e che ha bisogno di incentivi per non perdere chi si avvicina allo stesso, forse oltre alla bella compagnia e al cameratismo che ci contraddistingue ha bisogno anche di qualche soddisfazione in più.
Ad esempio perché per le categorie giovanili non si incentiva premiando i vincitori del Trofeo Lombardia con la possibilità di partecipare gratuitamente alle gare del Trofeo dell'anno successivo?
E' solo un esempio ma ce ne possono essere altri. Speriamo che sia la volta buona.

## MARIANO & ME @ MOO

*di Barbara Maistrello*

Il 28 febbraio 2016 Milano si era risvegliata pigra sotto una pioggia battente, fitta, che sembrava intenzionata a durare a lungo. Ed infatti fu così, ma il tempo avverso non riuscì a guastare una giornata che si rivelò decisamente divertente, forse anche più del previsto.

Ma partiamo dall'inizio: Remo Madella aveva annunciato sui social una gara cittadina a squadre con formula originale, un misto di orienteering, caccia al tesoro, nella quale, sfruttando le sue abilità di cartografo aveva inserito differenti tipi di carte, sulle quali le squadre si sarebbero sfidate mixando abilità di corsa, velocità, strategia, affiatamento e intuizione. In famiglia eravamo subito stati attratti dalla formula nuova per noi e sulla carta avvincente; il nome della squadra ce l'aveva suggerito Jacopo: "Team Rocket" prendendo l'idea dai suoi amici Pokemon, che essendo un trio come noi (Mariano, Gigi ed io) secondo lui ci calzava a pennello. Peccato che poi all'avvicinarsi della data si andavano infittendo anche le scadenze lavorative per Gigi per cui alla fine quel 28 febbraio del trio era rimasto solo un duo, Mariano ed io.

Al ritrovo quella mattina, attrezzati per la pioggia, muniti di documento ATM, pennarello indelebile, cellulare e voglia di correre e divertirsi per le vie della città, eravamo un'ottantina di persone per un totale di 36 squadre. Tra gli iscritti c'era un po' di tutto, dalle coppie di veri sportivi, che avrebbero affrontato la corsa con assoluto agonismo, ai gruppi di amici, alle famiglie con bimbi sulle spalle, che avevano solo voglia di trascorrere una domenica mattina diversa dalla solita routine domenicale. Un bel mix, insomma. La PPN

partecipava con sei soci, e alla fine direi che può essere assolutamente fiera dei piazzamenti delle sue squadre (2°, 6°, 8° posto).
La spiegazione iniziale durò a lungo, alla fine ci guardavamo un po' tutti con l'aria di chiederci – ma ci ricorderemo mai tutte le regole? – comunque pronti, partenza, e via al MOO Challenge!
La prima carta copriva la zona del ritrovo, lì al parchetto Chiesa Rossa, con i primi 8 punti con quiz vari da risolvere osservando cartelli, costruzioni, insegne, o superando prove di abilità (grazie Mariano per aver fatto canestro rapidamente con il frisbee, io non ci sarei mai riuscita, si sa!), poi via verso la seconda, che ci catapultava direttamente dalla città alla compagna, tra cascine, stalle, muggiti e pozzanghere profonde come laghi, per la gioia dei piedi subito fradici…
Il primo degli indizi tecnologici (tramite coordinate GPS ottenute con piccole formule matematiche inserendo indizi precedenti) ci portava poi al Teatro Ringhiera, dove un sorridente e un po' infreddolito Remo aspettava al coperto le squadre per consegnare man mano le carte per proseguire con la seconda parte della gara.

Mariano ed io eravamo arrivati a questo primo cambio con un discreto piazzamento, nonostante un po' di errori (altrimenti non saremmo noi, no?); da lì una breve occhiata generale alle carte e di nuovo via verso la prima mappa delle sei complessive che avremmo dovuto affrontare. In strada e sui mezzi la gente ci guardava un po' stranita: eravamo, va ammesso, uno strano gruppo di persone che, senza pettorale e senza una divisa chiaramente identificabile, correva sotto la pioggia battente per le vie della città, osservando oggetti e luoghi normalmente privi di valore, scrivendo messaggi su misteriosi fogli, talvolta imprecando contro le gocce di pioggia che beffarde portavano via l'inchiostro e con esso punti preziosi. Il tempo trascorreva veloce e dalla Darsena via verso il centro e da lì ancora verso il nord della città…
Ci si riposava durante i trasporti in metropolitana, lì venivano decise le strategie di percorso, si sgranocchiava qualcosa quando la fame si faceva sentire e poi di nuovo di corsa alla scoperta della sfida successiva. Una delle cose più belle per me del MOO Challenge è stata proprio questa varietà di sfide: abbiamo corso su carte orientistiche classiche, carte in cui erano indicate solo le zone d'acqua, Open Street map, carte lidar, carte multilevel; per guadagnare punti abbiamo scattato foto, salutato amici, ammirato graffiti, letto cartelli, controllato citofoni, contato pali, scalini e trombe, siamo saliti su rampe di scale solo per contarne gli scalini…e passando da una carta all'altra il MOO ci ha portato ad ammirare la città nelle sue zone più note e a scoprirne altre, ai più sconosciute. Ho conosciuto per la prima volta le buffe case fungo-igloo di via Lepanto, la palafitta del Figini, e mentre correvo, fradicia di pioggia e stanca per i crampi, nasceva il desiderio di tornare in quei luoghi per poter condividere con altri quello che questo strano tour urbano mi stava regalando.

Abbiamo chiuso la gara felici, ci siamo divertiti per ore, sono stata contenta che l'agonismo non abbia mai scalfito l'intesa di coppia, e alla fine della corsa più della stanchezza era la voglia di riviverne i momenti e la sensazione d'avventura attraverso i racconti agli amici e l'aspettativa, alta, per la prossima edizione.
Beh, siamo giunti alla fine… spero che il mio racconto abbia trasmesso un po' del mio entusiasmo per quest'esperienza e di avervi stuzzicato la fantasia. Se volete ci vediamo il prossimo 19 febbraio al MOO Challenge 2017! ***Forza PPN!***

# ORIENTEERING DI “PROFILO” IN EGITTO

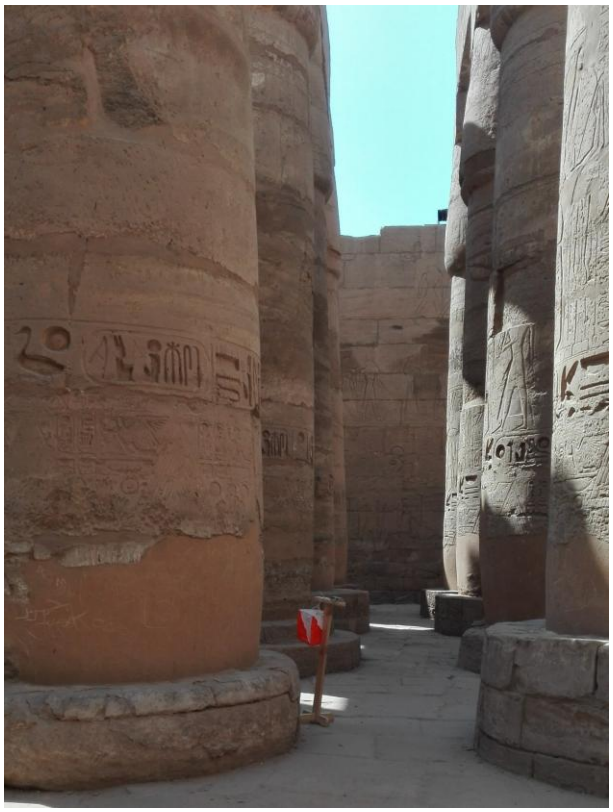
*di Anna Quarto*

Dal 19 al 21 Febbraio sono andata con Giorgio a Luxor a disputare i primi EIOC (Egypt International Orienteering Championship).

Come condensare in poche righe un'esperienza davvero unica?

Sono partita tra mille apprensioni per una meta da tempo sognata, ma la bellezza di questo sport è anche quella di stimolarti a compiere viaggi e avventure che probabilmente non vivresti altrimenti.

Orientisticamente parlando, delle gare di questo primo International Orienteering Championship in Egitto, due ricordi spiccano tra gli altri: la durezza della gara nel deserto nella Valle dei Re con un caldo che ha di fatto annullato la mia capacità di concentrazione e cognizione facendomi completamente dimenticare ben due punti e la bellezza di correre una sprint nel Tempio di Karnak, più intricato di un labirinto: tra colonne, muri ricchi di bassorilievi fantastici e statue millenarie.



Per quanto riguarda la parte puramente turistica, indimenticabili sono stati il tramonto sul Nilo goduto a bordo piscina, la visita alle tombe della Valle delle Regine dove splendide pitture realizzate più di 4000 anni fa ci hanno lasciato senza fiato, i vari Templi che abbiamo visitato e non ultimo il comfort e dello splendido Hotel e la gentilezza dello staff.

Ed infine, ma non meno degno di nota, lo spirito di festa e di comunione che abbiamo condiviso con tutti gli altri iscritti alle gare in particolare i ragazzi egiziani.

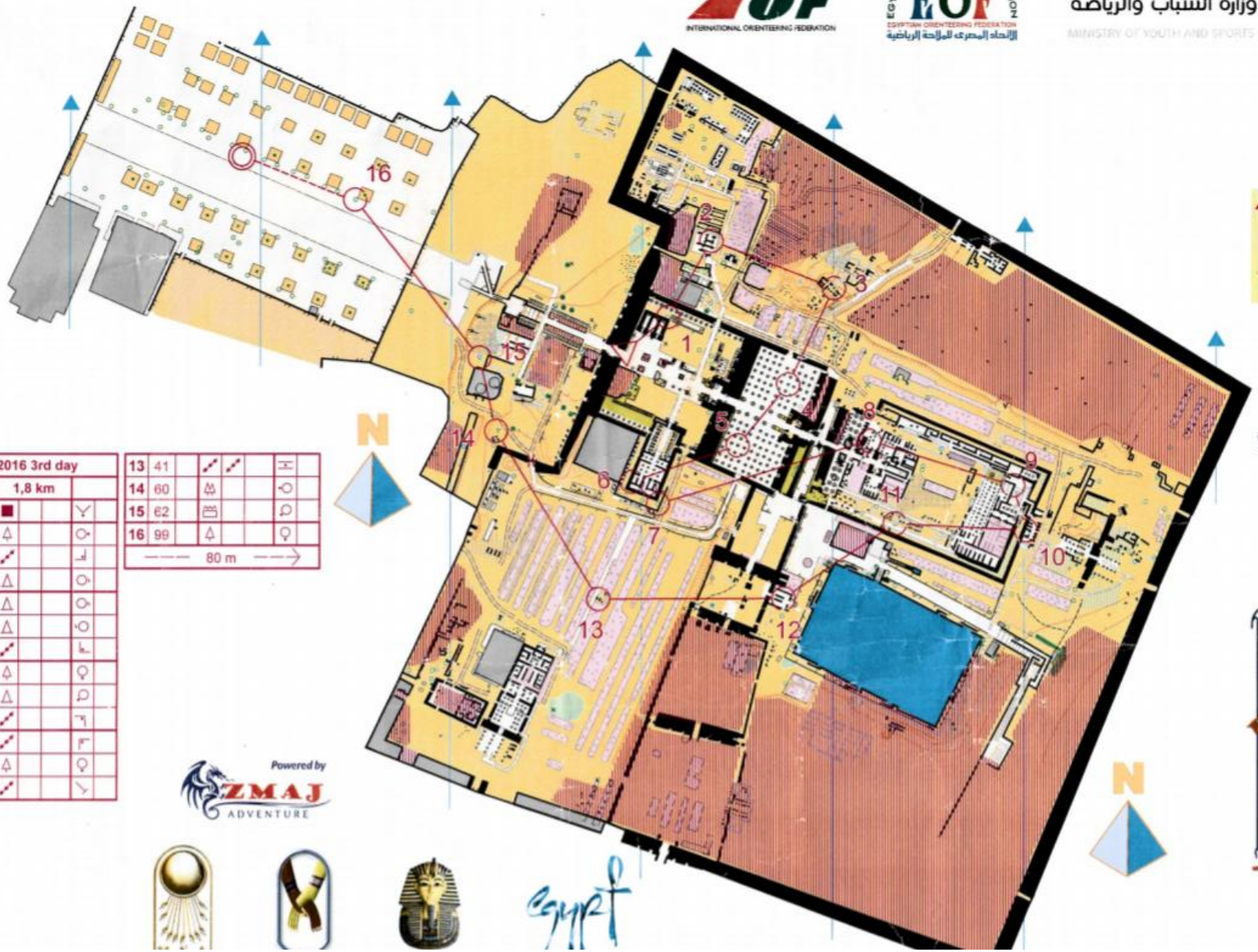
Anche in questa occasione la Punto Nord riesce a piazzare un'atleta sul podio: Giorgio infatti si classifica al 2° posto in M50, mentre io sono fuori dal podio a causa dei due PM della tappa nella Valle dei Re.

Tanti sorrisi, tantissimi "selfie" e foto di gruppo, le chiacchiere in inglese con i nuovi amici Mustafa e Mohamed, due fratelli di 9 e 14 anni che ci hanno fatto promettere di tornare. Non so se potremo mantenere la promessa fatta ai nostri piccoli amici, ma di sicuro questa prima avventura nel continente africano, proprio perché bellissima, mi ha lasciato il desiderio di tornare!!

Anna - punching like an egyptian

# Karnak Temples, Luxor Scale: 1:3000, e=2m

Stand: February 2016; Publisher: Egyptian orienteering Federation; Map maker: Georgi Hadzimitev



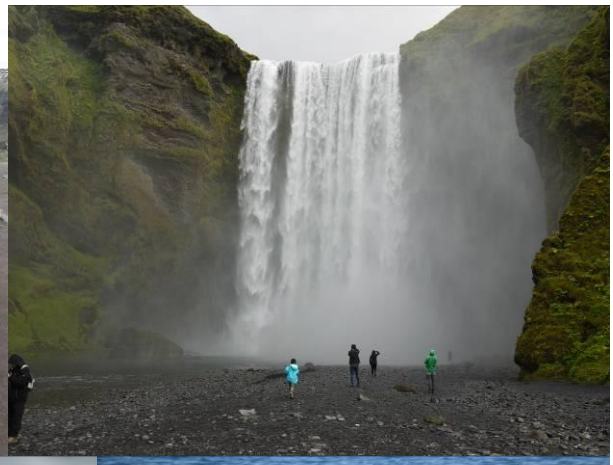

| EIOC 2016 3rd day | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| M50 | | 1,8 km | | | |
| 1 | 63 | | | | |
| 2 | 34 | ↑ | | | |
| 3 | 35 | → | | | |
| 4 | 37 | | | | |
| 5 | 38 | | | | |
| 6 | 39 | ← | | | |
| 7 | 59 | | | | |
| 8 | 53 | | | | |
| 9 | 49 | | | | |
| 10 | 48 | ↓ | | | |
| 11 | 55 | | | | |
| 12 | 42 | ↑ | | | |
| 13 | 41 | | | | |
| 14 | 60 | | | | |
| 15 | 62 | | | | |
| 16 | 99 | | | | |
| 80 m | | | | | |

# ISLANDA: LANTERNE TRA I VULCANI E I GHIACCIAI!

*di Giorgio Gatti*

Dopo essere stati in Egitto a Febbraio, Anna ed io abbiamo voluto davvero esagerare e per le vacanze estive siamo andati in Islanda. Un attimo…. Cosa c'entra l'Islanda con l'orienteering? C'entra, c'entra, infatti abbiamo approfittato dei 3 giorni di gare più il prologo dell'ICE-O per combinare come sempre turismo e il nostro sport preferito.
Le gare sono nei dintorni di Reykjavík dall'11 al 14 agosto, noi partiamo il 31/07 e con un van attrezzato per dormire e mangiare facciamo prima tutto il giro dell'Islanda seguendo la statale nr1 in senso antiorario. Negli ultimi giorni visiteremo Reykjavík e la zona più turistica del paese, il "Golden Circle" che comprende le cascate Gullafoss, i Geysir e il parco Þingvellir.

L'Islanda è tremendamente bella; la natura domina, la forza dell'acqua, del fuoco e del tempo atmosferico sono costantemente presenti. Nonostante sia molto di moda andare in Islanda, il turismo è davvero scarso, specie nella parte ovest e nord dell'isola, dove spesso non s'incontrano auto per svariati minuti, pur viaggiando sulla strada principale del paese.



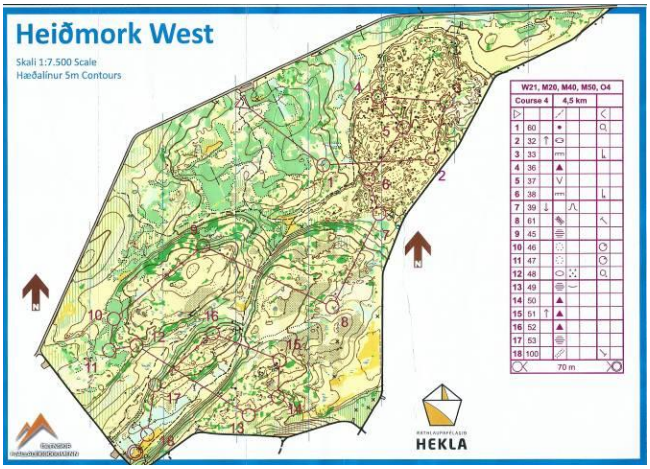
Nei 13 giorni in cui abbiamo girato l'isola non ci siamo fatti mancare niente: cascate, vulcani, ghiacciai, fonti geotermali, geyser, la dorsale atlantica, le balene, le foche, i pulcinella di mare, insomma il paradiso per chi ama la natura; ovviamente tutte le volte che era possibile un tuffo nelle pozze termali non ce lo toglieva nessuno!

E' stata davvero un'esperienza unica e fantastica, inoltre il girare con il van (munito di wi-fi) ci ha dato quel senso di libertà che abbiamo apprezzato oltremisura, anche se abbiamo rinunciato alla comodità di case e alberghi. Per gli amanti dei numeri, abbiamo fatto 4.060 km e abbiamo speso in totale circa 5.500€ di cui 1.060€ di volo, 2.900€ di affitto van per 15gg, 470€ di benzina e il resto per mangiare (quasi esclusivamente in van) per la tessera dei campeggi (110€) e per il giro per vedere le balene (150€).

Ah, dimenticavo le gare… In effetti la mia prestazione è stata proprio da dimenticare. La prima tappa è vicino al parco di Þingvellir, è una Long su cartina 1:15.000. Si corre su un collinone brullo con tanta vegetazione "bassa" e fitta (piante erbacee che arrivano ai fianchi; ho scoperto in seguito che si chiamano Lupini), le cui foglie sono fatte in modo da trattenere l'acqua, e qui in Islanda la pioggia non è propriamente un evento raro. Quindi era come correre in una piscina bassa ma senza vedere dove si mettevano i piedi, una fatica mortale.

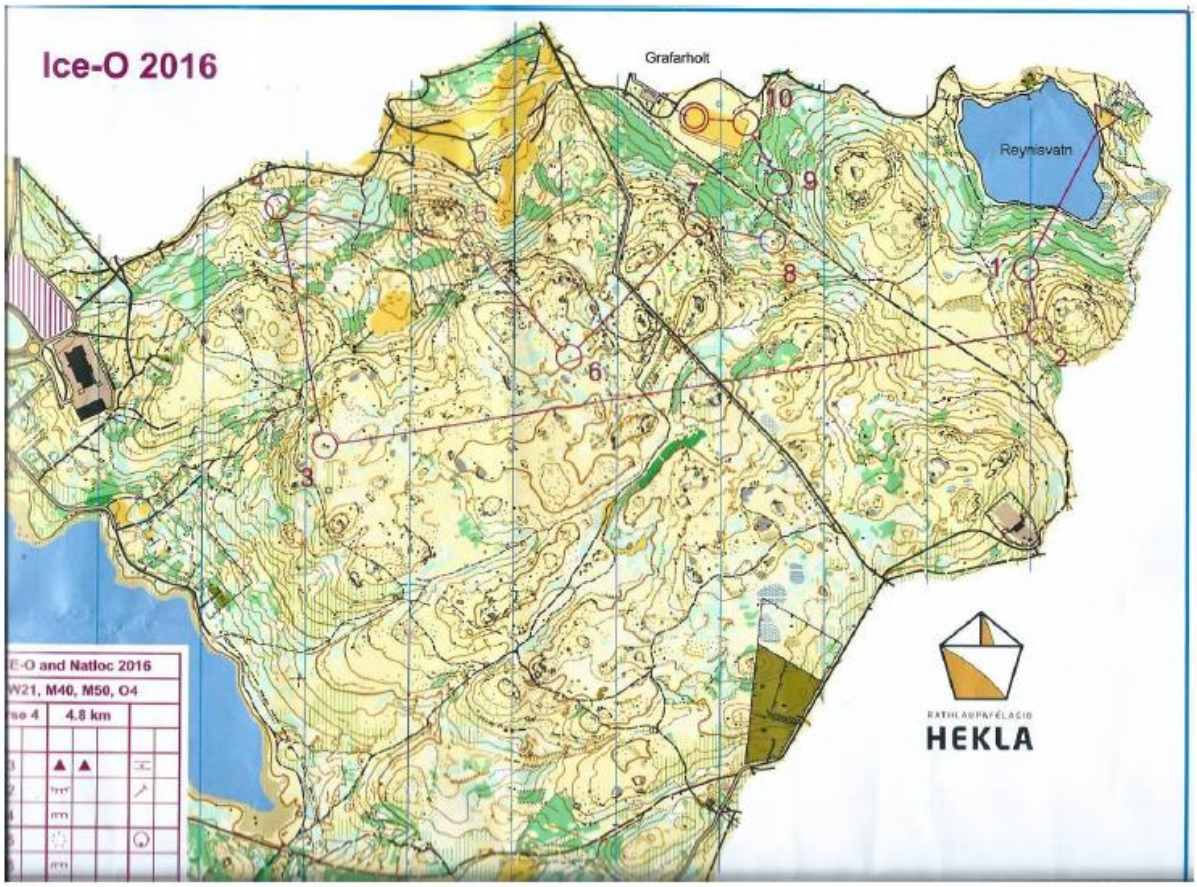
Comunque riesco a completare i 7,3 km in 2h16’, mettendoci parecchi minuti di errori.

Nella seconda tappa faccio tesoro dell’esperienza ed evito accuratamente tutti i “rigati verdi”. La gara è una middle su cartina al 7.500 e una parte è in un campo di lava: si corre sui panettoni di lava ricoperti da morbido muschio. Sembra tutto uguale, bisogna andare di azimut da roccione a roccione. Questa parte di gara fila via liscia e mi diverte un sacco, ma faccio un paio di errori da 10 minuti l’uno prima e dopo, alla fine chiudo in 1h24’, ultimo anche oggi.



Ultima tappa nei sobborghi di Reykjavík. Purtroppo piove e fa pure abbastanza freddo. Si parte dalla riva di un laghetto e dopo le prime due lanterne vicine (ma che sbaglio lo stesso), c’è una tratta lunghissima durante la quale inciampo su un sasso mentre percorro un sentierino e cado su “sassolini di lava”: le mani messe giù non sono particolarmente contente… Inoltre mi fa malissimo l’alluce che ho picchiato sul sasso. Comunque il terreno è bello, e nonostante tutto termino, sempre all’ultimo posto, in 1h21’. Nei giorni successivi l’alluce mi diventa enorme e violaceo…

Anche Anna gareggia, e dopo il ritiro nella prima tappa, conclude entrambe le gare. Per tracciare un bilancio devo dire che a parte la mia evidente forma fisica scadente, le gare sono state belle, varie e tecnicamente difficili. Terreni completamente diversi da quelli cui siamo abituati in Italia, qui in Islanda è tutto molto aperto, c’è pochissimo bosco, ma la visibilità inganna: ci sono infiniti movimenti del terreno in cui “nascondere” le lanterne e non è immediato capire lo stile dei cartografi.


Ice-O 2016
Grafarholt
Reynisvatn
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
E-O and Natloc 2016
W21, M40, M50, O4
se 4
4.8 km
HEKLA

# LA LUNGA STORIA DELLA NOSTRA POLISPORTIVA

*di Amelio Titoli*

Il 2017 è una data importante per la PPN, infatti il 10 marzo prossimo compirà 35 anni.

In quello stesso giorno io ne compirò 71, debbo constatare quindi che metà della mia vita l'ho passata proprio insieme ad essa.

In tutti questi anni le iniziative prese, le attività svolte, i pensieri dei presidenti, i contributi dei soci, sono stati documentati sulle pagine di nostri mitici "NUMERI UNICI" che soltanto per due volte hanno saltato l'appuntamento annuale.

Le prime edizioni, scritte a mano e a macchina, erano "ciclostilate" ( magari per i più giovani questo è un termine sconosciuto); poi fotocopiate in bianco e nero, quindi a colori. Infine dal 2007 presentate su CD.

Per ricordare questo lungo periodo ho ritenuto opportuno presentare, a puntate da quest'anno, la collezione dei Numeri Unici con una sintesi degli argomenti in essi contenuti,

Buona lettura.

*Amelio*

## 1982-1983

Ciclostilato 10 pagine

CONTENUTI :

Gli undici soci firmatari portano lo Statuto all'Assemblea dei 40 soci presenti che lo approvano.

Vengono presentati gli obbiettivi e le finalità della nostra Associazione .

" Sport e vita cristiana"

Attività fatte: Fiaccolata votiva, Corse campestri CSI, gare su pista, Gita sciistica a Foppolo, Giochi dell'ottocento sulla strada

Interviste ai soci

Iscritti ai corsi n° 132

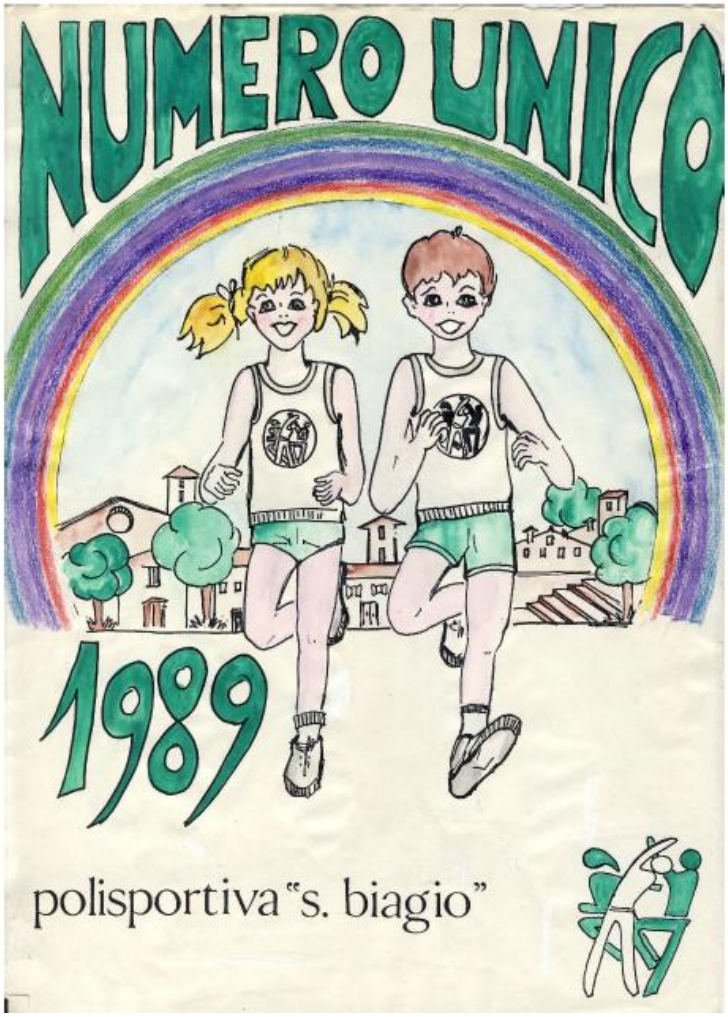
Presentazione 1^ edizione "GRAN PREMIO"

LA POLISPORTIVA SAN BIAGIO:
UNA ASSOCIAZIONE CHE SI INPEGNA AFFINCHE
— LO SPORT SIA DI TUTTI E PER TUTTI —

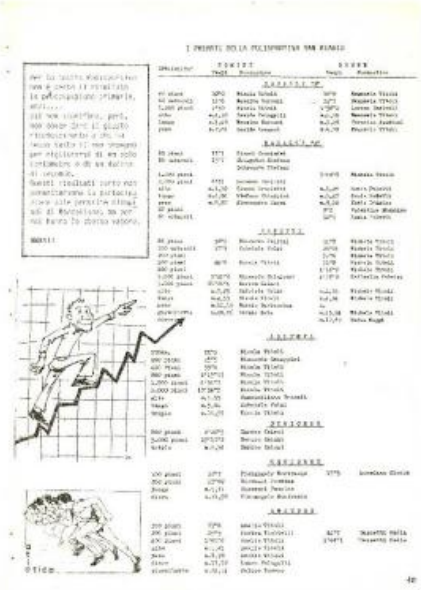
1982/83
un anno di attività

quanti siamo ?
TOTALE TESSERATI 152
* * IL "GRAN PREMIO" * *

# 1989


NUMERO UNICO
1989
polisportiva "s. biagio"

LA NOSTRA
LA POLISPORTIVA SAN BIAGIO si prefigge l'intento di offrire a tutti l'opportunità di svolgere una attività sportiva di tutti e per tutti e di promuovere lo sport attraverso i seguenti ambiti di attività.
★ ATTIVITA' DI SERVIZIO : Corsi di formazione sportiva per non dover ricorrere a costose strutture private. Per mantenerle queste estremamente basse ha riservato 1100 dei posti il nome ambienti.
Il programma dei corsi tenuto su un ITINERARIO SPORTIVO EDUCATIVO
fanciulli
pre scolareschi
giovani
adulti
★ ATTIVITA' ISTITUZIONALE : con periodiche riunioni di Consiglio per la programmazione, gestione e verifica delle attività.
Due annuali ASSEMBLEE dei soci per definire le scelte dell'Associazione.
★ ATTIVITA' ASSOCIATIVA : Proposta di momenti "forti" quali occasioni d'incontro associativo e comunitario.
★ ATTIVITA' FORMATIVA : attraverso incontri con i genitori e corsi di formazione.
★ ATTIVITA' RICREATIVA : l'aspetto ludico articolato in attività di gruppo di promozione per tutti ( gite, escursioni, marce)
★ ATTIVITA' AGONISTICA : tendente a favorire più la partecipazione e la polisportività piuttosto che il risultato.
★ CON LA POLISPORTIVA SAN BIAGIO E' POSSIBILE QUINDI FARE ESPERIENZA SPORTIVA-ASSOCIATIVA ED AFFINARE LE ABILITA' TECNICO-AGONISTICHE, PALORIZZANDO LA DIGNITA' DELLA PERSONA. ★


I PREMI DELLA POLISPORTIVA SAN BIAGIO

PROGRAMMI

ATTIVITA' 1989

*ATLETICA

| | | |
|---|---|---|
| 14 MAGGIO | CREMONA | REGIONALE |
| 25 MAGGIO | ARENA DI MILANO | PROVINCIALE |
| 4 GIUGNO | OGGIONO-LECCO | REGIONALE |
| 17 SETTEM. | CASNATE ( CO ) | REGIONALE |
| 1 OTTOBRE | MANTOVA | REGIONALE |
| 8 OTTOBRE | CENTRO SAINI MI | PROVINCIALE |

ISTITUZIONALE*

| | |
|---|---|
| 10 GIUGNO | PALIO DI SAN BIAGIO |
| 24 GIUGNO | FESTA DELLO SORT |
| 2 LUGLIO | ESCURSIONE IN MONTAGNA |
| OTTOBRE | APERTURA CORSI |
| NOVEMBRE | GIREMM PER SAN BIAS |
| DICEMBRE | SERATA ASSOCIATIVA |

*ORIENTAMENTO

| | | |
|---|---|---|
| 7 MAGGIO | PARCO LA MANDRIA TO | INTERREG. |
| 21 MAGGIO | PARCO DI MONZA | INTERREG. |
| 18 GIUGNO | BORZOMASCA' GE | INTERREG. |
| 3 SETTEMB. | S.STEFANO D'AVETO GE | INTERREG. |
| 1 OTTOBRE | PARCO PELLERINA TO | INTERREG. |
| 15 OTTOBRE | PIANI DEL TIVANO MI | REGIONALE |
| 29 OTTOBRE | MEDA -MILANO | INTERREG. |

ED INOLTRE ...

| | |
|---|---|
| DICEMBRE | TORNEO DI SCACCHI |
| | TORNEO DI MONOPOLI |

ORIENTAMENTO

Correre ad orientamento

Come si pratica

18

## 1989

23 pagine fotocopiate b/n Copertina a colori acquarello

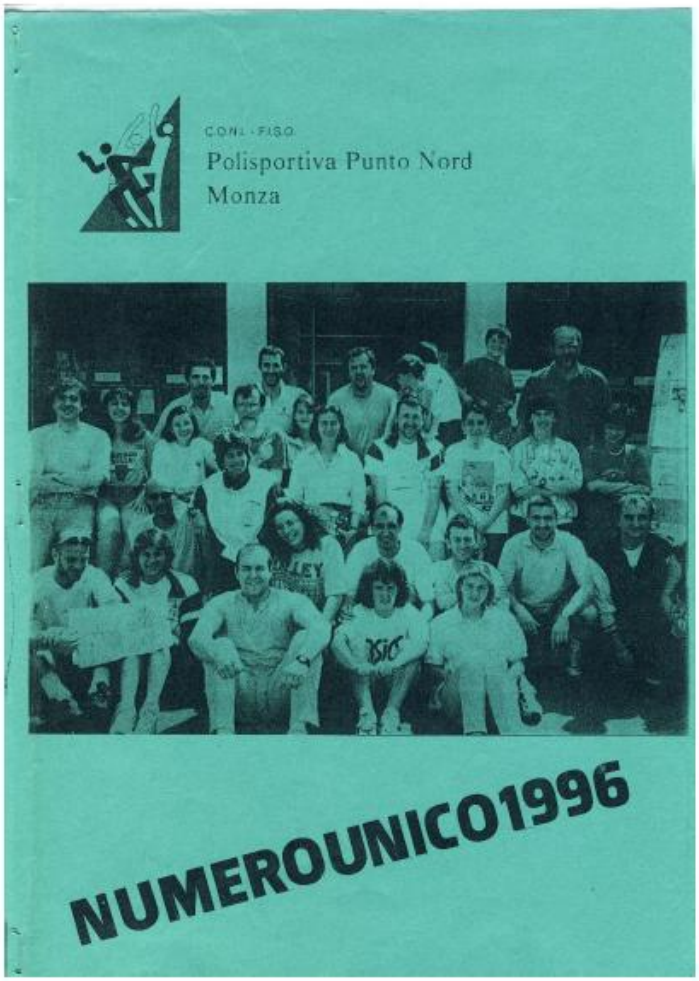
CONTENUTI:

La pastorale nello sport, Itinerario sportivo Educativo, Rapporto CONI - ENTI di Promozione, Fotomemoria

Resoconto attività: 8 campestri, 7 gare su piste , 2 Corsa orientamento , Feste Nazionali CSI a PALERMO , GUBBIO, VIAREGGIO. 6^ Giremm per S.Bias , 5° Palio
67 iscritti a corsi di formazione.

Risultati gare, programmi 1990

Eventi di vita associativa, Opinioni e testimonianze dei soci
"VERGOGNA BIANCA" il caso di Leonardo David




## 1996

Copertina su cartoncino colorato 40 pagine fotocopie b/n fronte retro

CONTENUTI:

Rapporti positivi Amministrazioni Comunali contributi e cartina di Melzo.

Corsi di formazione, attività istituzionale

Organizzazione Trofeo Monza e Campionato Regionale a Sesto Calende;

33 gare partecipate con 606 presenze con 78 podi, 3° posto campionato Italiano staffetta h35.

Gran Premio, programmi 1997

Ampia rassegna stampa e fotografica

# 1996

## 2006 ANNO VENTICINQUESIMO

Redatto al pc e stampa digitale b/n fronte retro 36 pagine

In occasione dei festeggiamenti per il compleanno della PPN verrà pubblicato a marzo 2007 un numero speciale.

**NUMERO UNICO 2006**

**ANNO VENTICINQUESIMO**

### SOMMARIO DI QUANTO TROVERETE IN QUESTO VENTICINQUESIMO NUMERO UNICO


**LA COPERTINA** : RIPERCORRE UN PO' LA NOSTRA AVVENTURA : C'E' IL PRIMO NUMERO UNICO QUELLO DEL 1989: IL PRIMO A COLORI CON ACQUARELLO ORIGINALE DI MARIA B. - NEL '92 IL NUMERO DEL DECENNALE: QUELLO DEL '96 QUANDO CAMBIAMMO IL NOME DA SAN BIAGIO A PUNTO NORD: NEL '97 TROVIAMO IL PINGUINO ,LA NOSTRA MASCOTTE; NEL '99 LE FIRME DI NOI TUTTI; NEL 2001 UNA FOTO CON IL PALIO; 2003 IL TRAGUARDO DEI 20 ANNI; INFINE L'ANNO IN CUI ORGANIZZAMMO IL PRIMO TROFEO CITTA' DI MILANO.

**IL PRESIDENTE** : LA PRIMA VOLTA DI EUGENIO CHE CE RELAZIONE SULLO STATO DELLA NOSTRA ASSOCIAZIONE

**LETTERA DALLA GUINEA BISSAU** : LETTERA DI RINGRAZIAMENTO PER LA NOSTRA DONAZIONE DELLO SCORSO ANNO

**ORIENTARSI PEDALANDO** : RISULTATI E DOMANDONE

**PARTECIPAZIONE:** A QUALI GARE ABBIAMO PARTECIPATO E IN QUANTI ERAVAMO

**5 DAYS OF ITALY**: DIARIO DI FRANCESCO GATTI SULLA SUA ESPERIENZA ORIENTISTICA E TURISTICA NEL LAZIO

**SPORT NEL PARCO:** VOLANTINO DEL COMUNE SULLA INIZIATIVA ALLA QUALE PARTECIPA ANCHE LA POLISPORTIVA

**LA LAGUNA 10 ANNI DOPO** : "AMARCORD" DI MARIA GALIMBERTI SULLA SUA PRIMA ED ULTIMA (PER ORA) PARTECIPAZIONE AL MEETING DI VENEZIA.

**CATARTIC- O** : POESIE CATARTICHE REGALATECI DA MR. YELLOW E DA PAOLO BOCCHIOLA

**I NOSTRI ATLETI NELLA LISTA BASE** : I NOSTRI MAGNIFICI 14 CON PUNTEGGI E FOTO

**NUMER** : CLASSIFICHE NAZIONALI, CLASSIFICHE REGIONALI, STATISTICHE E... PER FINIRE UNA RIFLESSIONE

**PALIO DI SAN BIAGIO** : CLASSIFICHE DELLA 22° EDIZIONE DEL TERZO PALIO SAN BIAGIO CON FOTO DEL 2004

**LE NOSTRE CLASSIFICHE**: TROFEO PUNTO NORD- GRAN PREMIO 2006

**LA FESTA DEL LANTERNINO:** VISTA DA CHIARA GATTI ( QUELLA NELLA FOTO)

**ANCORA NUMERI:** CLASSIFICA DEI PODI OTTENUTI NELLE SINGOLE GARE E I NOSTRI CAMPIONI REGIONALI

**AUGURI:** CON LA PARABOLA DEL RANOCCHIO RACCONTATACI DA ALESSANDRA

**INOLTRE :** RASSEGNA STRAMPA, FOTO SCATTATE DA GIORGIO, EUGENIO, ALESSANDRO

**E PER FINIRE:** CALENDARIO GARE REGIONALI 2007


3

# NON C'E' DUE SENZA ... TRE

*di Mauro Gualdana*

La stagione 2016 appena conclusa è stata la mia terza in PPN.
Come le prime due è stata caratterizzata da molte gare (28 per la precisione) che mi hanno permesso di crescere ulteriormente come orientista ma soprattutto di vivere esperienze uniche.
Tutto inizia il 23 gennaio con un allenamento in notturna presso il Parco della Vernavola (PV).
Ottima l'organizzazione curata da Maurizio Todeschini e Irene Pozzebon, dieci i partecipanti (cinque PPN) che si sono disimpegnati con ottima destrezza in percorsi ben strutturati. Era la mia prima esperienza in notturna e non nego una certa apprensione patita prima del via; al termine posso ritenermi soddisfatto della mia prova e più tranquillo in attesa della sprint di Paderno Dugnano in programma sabato 13 febbraio valida come prima prova del Trofeo Lombardia.
Salto il primo T.L. ma mi presento puntuale alla gara di **Calò** (MB) del giorno dopo.
Parto con molta cautela e attenzione e con sorpresa trovo Giorgio in prossimità della prima lanterna, partito nove minuti prima; procediamo insieme con alternati sorpassi e controsorpassi fino alla lanterna cinque, poi ci perdiamo di vista. Superata la lanterna nove vado in evidente difficoltà tecnica perchè ad una scelta inizialmente corretta cambio idea per seguire un altro atleta, mi ero ripromesso di non incorrere più in questo errore, per poi ritornare sui miei passi e ricollocarmi; a questo punto incrocio Eugenio che mi porta alla dieci senza non pochi problemi di scelta .Gli split time dicono sei minuti di gap.
Alla lanterna dodici relativamente facile, essendo una radice al bordo della strada, vado molto lungo lasciando ben quattro minuti e solo con il suggerimento di Nadia riesco a ricollocarmi e ritornare indietro. Facili le ultime tre lanterne che però ho affrontato parecchio affaticato.
Analizzando la classifica non posso che ritenermi soddisfatto della mia prova e fiducioso in vista dei prossimi impegni.
Sabato 20 febbraio va in scena la seconda prova della Milano nei Parchi al **Parco Forlanini.**
Partecipo con sette alunni della scuola media di Cava Manara e un genitore. Bellissima giornata e ottimo allenamento in vista dei prossimi impegni agonistici; soddisfatti anche i ragazzi tutti ottimamente piazzati e artefici di prestazioni al di sopra delle migliori aspettative. Per la cronaca sono stati 299 i partecipanti che si sono disimpegnati su cinque diversi percorsi più un ori-labirint con tre lanterne per i tracciati più lunghi.
Domenica 6 marzo a **Casorate Sempione** (VA) ho partecipato alla 3^ prova del Trofeo Lombardia, valevole anche come 1^ prova TMO ASTI e 1^ prova Trofeo Insubrico. Circa 400 i partecipanti (220 Svizzeri e 180 Italiani).
Prima di partire cerco di concentrarmi al massimo per non incorrere nel consueto macro errore, temo il bosco perchè presenta molte insidie (depressioni, terrapieni e buche) che mi hanno già messo in crisi nella gara svolta due anni prima. Pronti, via e faccio la scelta che non ti aspetti, arrivato alla lanterna svedese decido di tagliare nel bosco a fronte di un bel sentiero sicuramente un pò piu lungo ma che mi avrebbe portato ad un facile punto di attacco; invece mi ritrovo tra rovi e alberi a girovagare senza meta. Ad un bivio di sentieri vedo fermi una signora ed un bambino che stanno analizzando la cartina (scopro successivamente perchè siamo stati taggati in una foto scattata dagli organizzatori che sono svizzeri e Lei si chiama come me), ascolto la spiegazione della mamma rivolta al figlio, chiedo conferma del punto di incrocio dei sentieri e poi parto in quarta verso la prima lanterna con tre minuti di errore. Proseguo con la massima attenzione, nella tratta lunga tra la 3 e la 4 vengo superato e distanziato da Mark Hayman super favorito alla vigilia, con sorpresa scopro al termine che ha commesso una punzonatura errata. Procedo con il mio passo e mi sento abbastanza sicuro visto che trovo le lanterne con "relativa" facilità; però l'errore è dietro l'angolo perchè in prossimità della lanterna 10 decido di fare un taglio di bosco uscendo troppo presto dal sentiero principale, passo vicino al punto ma non lo vedo, riesco a non perdere la calma e dopo un paio di minuti a ricollocarmi sul sentiero principale e puntare dritto alla lanterna. Il punto succesivo prevede alcune scelte, decido per la più sicura e un po' più lunga ma non sbaglio, ed anche l'ultima parte di gara scorre via veloce. All'arrivo il rammarico è di non aver spinto al massimo per evitare di commettere altri errori. La classifica dice che ho replicato l'undicesimo posto della gara di Calò sempre davanti a Giorgio e Paolo, per il momento sono soddisfatto così.

Sabato 12 marzo si è disputata la terza ed ultima prova della Milano nei Parchi 2016 sui terreni mossi del **Parco Lambro** con al via ben 222 concorrenti; tra quest'ultimi oltre al sottoscritto , due genitori e nove ragazzi della Scuola Media di Cava Manara. Al termine tutti soddisfatti per le belle prestazioni ottenute.

Domenica 3 aprile a **Brinzio** (VA**)** la PPN organizza la 4^ prova del trofeo Lombardia; non sono quindi presenti come concorrenti Giorgio, Eugenio e Paolo. La paura è sempre quella di commettere un grave errore e terminare nelle retrovie della classifica. Invece riesco a disputare una prova senza grosse incertezze e terminare all'ottavo posto davanti al vincitore di Casorate Sempione con un vantaggio di poco al di sotto dei cinque minuti. Moderata ma pur sempre una grande soddifazione..
Nel weekend di Sabato 23 e Domenica 24 aprile si sono svolti i Campionati regionali (Middle e Long) più una sprint serale nel paese di **Magreglio** (CO). Ottima l'organizzazione della a.s.d. NIRVANA VERDE.
Nella middle di sabato pomeriggio parto tranquillo e concentrato, senza grossi problemi trovo le prime cinque lanterne, sono quasi stupito di me stesso. Nel tragitto verso la sei si consuma il "dramma sportivo" perchè incappo in un errore di ben 27 minuti; troppi sbagli di riferimento con enorme difficoltà a ricollocarmi. La gara prosegue con esntusiasmo e grinta e un'attenzione massima per non perdere più il contatto con la carta, scelgo in alcune tratte di rimanere sui sentieri perdendo però ulteriori secondi preziosi. Alla fine la classifica parla chiaro:17 posto, unica consolazione nel constatare che anche altri "forti" atleti sono incappati in grossolani errori.
La sprint in nottura a sequenza libera si è rivelata un buon allenamento atletico ma poco efficace per quello tecnico; alla fine il gps segnava 5,1 Km su una distanza data alla partenza di 2,7 Km.
Dopo la notte passata in palestra, la long della Domenica mi ha visto partire con estrema cautela per poi prendere confidenza con la carta senza perdere la necessaria concentrazione e mantenendo un ritmo costante anche quando sono stato superato da alcuni atleti fortissimi. Con enorme meraviglia all'arrivo scopro che alcuni di questi atleti non erano ancora giunti, traditi da una scelta errata per arrivare al punto 14.
La classifica mi posiziona all'ottavo posto a pochi minuti dalle prime posizioni.
Le sensazioni in questa gara sono state buone nonostante una notevole stanchezza nelle gambe.
Sabato 30 aprile a **Vedano al Lambro** (MB)si disputa la settima prova del Trofeo Lombardia. Una sprint molto bella con una prima parte nel Parco di Monza per poi passare e concludere nel centro storico, 22 i punti molto scorrevoli e filanti. Due piccole incertezze hanno caratterizzato una prova più che positiva, imperdonabile la seconda alla 100 che ha causato una perdita di 40 secondi e un paio di posizioni in classifica. Sono comunque pochi minuti dietro a Eugenio, ma davanti a Paolo e Giorgio.
Domenica 1 maggio a **Merate** (LC) si disputa l'ottava prova del Trofeo Lombardia valevole anche come Campionato regionale sprint. Ho sempre sostenuto che non è la mia gara preferita per molti motivi: non sono veloce, non leggo rapidamente la carta, commetto errori grossolani per una gara in paese. Oggi si è verificato tutto questo, risultato penultimo in classifica davanti solo al compagno di società Marco, con un distacco abissale di circa 10 minuti. Comunque una gara è sempre esperienza che si accumula e fa crescere. Magra consolazione è stata vedere che altri "forti" atleti hanno capito poco o nulla di questa carta commettendo tali gravi errori da compromettere la propria gara.
Sabato 7 e Domenica 8 maggio si sono disputati i Campionati Italiani Sprint e

middle rispettivamente a **Caoria** e **Lago di Calaita** in Trentino. Bellissime location, stupendi paesaggi e ottimo clima hanno accompagnato questa trasferta.
Per quanto riguarda le gare, grande soddisfazione al termine della sprint di sabato perchè sono riuscito ha mantenere alta la concentrazione così da non commettere gravi errori; l'unico rammarico forse è quello di non aver spinto troppo in alcune tratte. La classifica mi vede al 39° posto su 75 partecipanti ma soprattutto 5 secondi davanti a Paolo 41°posto per Lui e 3 minuti 13 secondi davanti a Giorgio 55° posto finale.
Nella middle di Domenica dopo una partenza molto prudente sono incappato nel classico errore alla lanterna 6 esattamente come a Magreglio, non mezz'ora ma circa dieci minuti questa volta il ritardo accumulato. Segue una seconda parte di gara abbastanza soddisfacente con piccole incertezze dovute soprattutto alla fatica mentale di leggere attentamente la carta e soprattutto le curve di livello; recupero a Giorgio circa cinque minuti ma pago dazio con un distacco di 3 minuti e 58 secondi. La classifica finale mi vede al 31 posto su 48 partecipanti, tutto sommato niente male.
Domenica 22 maggio a **Cunardo** (VA) si è disputata la nona prova del Trofeo Lombardia. Gara difficile da commentare, primo perchè ero stanco, poco concentrato e con la testa da un'altra parte. Cerco di partire tranquillo e con il passo giusto, ma già alla prima lanterna capisco chè sarà una gara molto difficile non riuscendo ad entrare in sintonia con la carta. Confondo più di una volta le fosse di erosione con i sentieri creandomi particolari problemi di collocamento. Dopo dodici minuti "assieme ad altri atleti" finalmente trovo questa prima lanterna e poi via ognuno per la propria strada. Tutto più o meno bene fino alla lanterna nove in compagnia di Paolo che nel frattempo mi ha raggiunto. L'ultima parte del percorso decido di abdicarde assecondando le scelte del compagno di squadra come se fosse un allenamento...svolto in coppia. Al termine sono amareggiato della prova incolore ma con il morale alto e già pronto per i prossimi impegni.
Domenica 29 maggio a **Mezzago** (MB) si è disputata la decima prova del Trofeo Lombardia. Una sprint in paese tutta da correre con scelte quasi obbligate; gara conclusa senza errori ma con un ritmo ancora insufficiente per ambire ad una classifica da primi posti, infatti concludo con un ottavo piazzamento su tredici partecipanti. La nota positiva della giornata è stata la partecipazione di quattro miei alunni che hanno concluso brillantemente la loro prova.
Sabato 4 e Domenica 5 giugno si sono disputate in Valsugana due prove di coppa Italia.
Sabato a **Borgo Valsugana** (TN) si è svolta una sprint. Location molto bella, percorso veloce e vario tra viuzze e parchi; peccato per due errori evitabilissimi ai punti undici e dodici dovuti forse alla difficoltà di leggere la cartina in corsa. Questo tipo di gara per il momento non mi soddisfa ancora.
Domenica in **Val Malene** si è svolta una long; dopo un lungo tragitto per raggiungere la partenza "circa tre kilometri" mi avvio con molta cautela e attenzione perchè il percorso prevede uno sviluppo di circa 8 km e 350metri senza errori naturalmente. In perfetta solitaria trovo le prime cinque lanterne senza errori, infatti raggiungo un atleta partito 3 minuti prima. Da lì in poi non riesco a rimanere concentrato sul percorso probabilmente distratto da altri concorrenti con i quali formo il classico trenino. Peccato per gli errori commessi ai punti 13 e 14 più di 13 minuti di gap. Ultime lanterne solo da correre, peccato per il poco allenamento nelle gambe. Al termine comunque grande soddisfazione per la bella prestazione.
Domenica 31 luglio si è svolto il campionato regionale long Emilia Romagna a **Piane di Mocogno** (MO) sede del classico raduno estivo LO-EM dalla durata di una settimana. Prima incertezza subito al primo punto, circa 40 secondi di gap, poi tutto fila liscio fino alla penultima lanterna e altri 40 secondi persi. Classifica alla mano sono 7 su 17 atleti partecipanti, non male.
Domenica 07 agosto a **Piandelagotti** (MO) a conclusione del raduno si svolge il trofeo staffetta valido per l'EM-RO; sono in coppia con il fortissimo Alberto Grilli che non si smentisce svolgendo la propria prova in modo impeccabile, infatti parto con 10 e 18 minuti di vantaggio rispettivamente sul secondo e terzo in classifica. Però in questa gara succede di tutto, commetto errori grossolani e ingiustificabili anche per me. Al termine sono penultimo con oltre mezz'ora di distacco e classifica che ci vede quinti su sei staffette partecipanti. Morale a terra ma soprattutto dispiaciuto per il mio compagno.

Domenica 18 settembre si è svolto a **Boffalora sopra Ticino** (MI) il campionato regionale STAFFETTA organizzato ottimamente dalla società Nirvana Verde. Gara bella gestita del punto di vista motorio in modo impeccabile ma farcita da alcuni errori tecnici sopratutto in tratte relativamente facili. Ottavo in classifica su sedici partecipanti, non male, mentre in staffetta in coppia con Giorgio siamo quinti su otto staffette con il tempo complessivo di 1,33,53 (io 43,47 - Giorgio 50,06). Sabato 24 e Domenica 25 settembre si sono svolti a **Sgonico** (TS) i Campionati Italiani Long e staffetta. Piacevolissima trasferta per dodici atleti della PPN alloggiati per l'occasione in un attrezzatissimo campeggio con vista mare.La gara long inizia nel modo migliore subito prese le prime tre lanterne,(confrontando gli split noto invece che qualche forte atleta ha avuto più di incertezza); esco bene dal punto per la prima tratta lunga,arrivo al sentiero convinto di essere già alla strada svolto a sinistra, quando mi accorgo dell'errore ri-svolto a destra arrivando finalmente alla strada e trovandomi spostato ad ovest rispetto alla linea magenta decido di proseguire sulla strada stessa allungando il percorso ma arrivando in tutta sicurezza in zona punto; trovo la depressione ma la lanterna non si vede, incrocio altri tre atleti nella mia situazione convinti che il punto sia stato tolto o posizionato male.Dopo vari minuti a girovagare mi ritrovo nello stesso punto di partenza decido di salire leggermente e qui compare magicamente la lanterna, chiamo i miei compagni di avventura e poi si riparte per il punto successivo. Si decide di seguire la linea magenta,collina a sinistra sella collina a destra,serie di muretti azimut fino al rudere e successivamente all'avvalamento (lanterna sei). Qui inizia la seconda tratta lunga,anzi lunghissima, parto con alcuni atleti e arrivo con altri (alcuni persi e altri ritrovati). In zona "quasi" punto assieme a Gianluca Carbone riusciamo a ricollacarci per merito di un atleta che ci suggerisce la nostra posizione; sembra fatta, invece pascoliamo ancora per qualche minuto e poi con l'aiuto di altri atleti giunti successivamente troviamo la buca dove è inserita ben nascosta la lanterna sette. Azimut per la otto ma sbagliamo tutti scendendo troppo a destra, riuscendo solo dopo alcuni minuti a trovare l'avvallamento giusto. A quel punto decido di proseguire da solo per le ultime quattro lanterne scegliendo tratte diverse e con grande stupore mi accorgo che da solo ragiono meglio, non sbaglio e mi diverto molto. Ad un passo dalla cento perdo un attimo la concentrazione e anche un po' di lucidità dopo un'ora e mezza di gara così da lasciare un paio di minuti alla lanterna undici (roccia al piede) e farmi recuperare dai miei avversari abbandonati al punto otto. Forse l'unico vero rammarico di una gara gestita relativamente bene. In classifica "solo italiani"sono 14 con il tempo di 1,39,34 su 37 partiti, ma soprattutto supero Giorgio di soli 22 secondi.

La gara in staffetta mi vede alla partenza come terzo frazionista, esattamente come l'anno scorso in Liguria. Ricevo il cambio da Giorgio in quindicesima posizione e riesco alla fine a confermarla con il tempo di 1,03,13 (53,35 il tempo di Paolo e 49,53 quello di Giorgio). nonostante una serie di errori veramente gravi. Mi piace il tracciato con trecento metri per arrivare alla partenza e quindi con tutto il tempo per ragionare e scegliere il percorso migliore. Arrivo in prossimità del primo punto e lo supero brillantemente senza accorgermi di un bel muretto come linea di arresto; ritorno indietro e supero nuovamente il muretto, salgo lungo la strada ritrovo il punto errato di prima e poi scendo più all'interno del bosco fino ad arrivare alla prima lanterna dopo più di dieci minuti, bene la due e qualche incertezza al punto tre (gap di due minuti). Niente male fino al sei ,mentre per la sette decido di fare la strada ma sbaglio ugualmente in zona punto.

Chiedo conferma di un muretto per raggiungere la otto e successivamente mi lascio prendere dall'affanno per raggiugere la depressione della lanterna nove (altri dieci minuti persi), da li in poi tutto bene anzi meglio del previsto con passaggio al punto spettacolo a tutta velocità e arrivo in scioltezza.
Domenica 16 ottobre si è disputata la 12 prova valida per il Trofeo Lombardia; una sprint al **Parco dell'acqua** via Rubattino di **Milano** organizzata ottimamente dalla nostra società . Tracciati a cura di Remo Madella, a parer di tutti belli e divertenti. La mia gara è partita subito in salita perchè pur essendo la prima lanterna posizionata molto lontano e quindi con tutto il tempo di ragionare sulla scelta più idonea, arrivo in zona punto e mi ritrovo subito perso tra cespugli e siepi senza capirci nulla. Raggiunto dal concorrente partito tre minuti dopo proseguo in sua compagnia alternandoci al comando per una buona parte della gara. Nell'ultimo tratto lo perdo di vista ed accumulo un altro minuto ai tre iniziali. Al termine sono quinto su dieci concorrenti, tutto sommato niente male.
Sabato 22 e Domenica 23 ottobre si sono svolti a **Savona** e sul **Monte Beigua** rispettivamente i Campionati Italiani Sprint Relay e una Middle di Coppa Italia.
Da dimenticare la prova di sabato con troppi errori e incertezze cha hanno pesato sul risultato finale.Al termine della gara riscontro il tempo più alto della mia staffetta con Francesco e Michela più veloci di un paio di minuti.,ma soprattutto il sorpasso dell'altra staffetta PPN composta da Giorgio, Anna e Paolo.
Tutta un'altra storia Domenica mattina sul Monte Beigua; tempo infame, freddo acqua e nebbia ad ostacolare il riscaldamento pre-gara degli atleti. Bosco bello ma in queste condizioni molto pericoloso con pietre e rocce pronte a farti cadere.
Parto fiducioso ed entro subito in carta, però il primo punto "rudere" piccolissimo in mezzo a molti sassi è difficile da scovare; perdo un paio di minuti ma riesco a far segnare l'ottavo intertempo a pari merito con altri due avversari. Seconda tratta con secondo intertempo, proseguo con passo spedito e fiducioso di poter fare una buona gara arrivando senza problemi fino alla lanterna otto. Da li in poi inizia una tratta difficile sopratutto perchè la bussola non risponde a dovere, in zona punto mi sento chiamare da due avversari partiti poco dopo di me ed insieme troviamo la lanterna. Gli ultimi punti volano via senza incertezze con un trenino spedito alla massima velocità. Al termine ci salutiamo convinti di aver svolto una buona gara, in effetti in classifica ci troviamo al secondo, quarto e sesto posto; controllando gli split mi accorgo con stupore di aver segnato in alcune tratte dei terzi intertempi.
Ottima gara e tanta soddisfazione dopo la delusione del giorno prima, comunque ho sempre sostenuto che l'orienteering è conosciuto come lo sport dei boschi e tale deve rimanere perchè è nel suo ambiente naturale che l'orientista si esalta e riesce a creare quella simbiosi magica tra uomo e natura.
Sabato 5 e domenica 6 novembre stupenda trasferta a **San Gimignano** e **Siena** all'interno del Tuscany Sprint Tour che comprendeva anche la notturna a Montalcino venerdi 4 Novembre.
La sprint di Sabato valeva come finale di Coppa Italia e 4° prova Sprint Race Tour, Domenica invece come Finale Sprint Race Tour. Due belle gare svolte in località spettacolari da godersi al cento per cento.
Sabato 26 novembre si è disputata al **Monte Stella** la prima prova della Milano nei Parchi 2017. Partecipo in compagnia di nove alunni e un genitore che si sono brillantemente disimpegnati nei vari percorsi ben strutturati dai tecnici della Società Unione Lombarda responsabile dell'evento; ad essi un grande ringraziamento. La mia gara (allenamento) improntata sulla regolarità e la scelta delle tratte migliori senza l'assillo della classifica finale, mi ha visto nonostante ciò protagonista di alcune incertezze molto imbarazzanti. Domenica 27 novembre a **Clusone** (BG)si è disputa la 13^ e ultima prova del Trofeo Lombardia; una middle con partenza mass start. Prima mia esperienza in questo tipo di gara, di conseguenza parto molto cauto, entro comunque subito in carta e dopo i primi punti riesco anche a divertirmi e rimanere concentrato nonostante la pineta fosse piena di orientisti che correvano a destra e a manca apparentemente ben sicuri del fatto proprio. La gara scivola via in un crescendo di sensazioni sempre più positive, purtroppo una piccola incertezza al punto 13 e la mancanza di allenamento nell'ultimo periodo mi fanno mancare il quarto posto di pochi secondi; rimane comunque la soddisfazione di aver distanziato e non di poco i miei "rivali "storici.
Con questo fine settimana si conclude un altro anno sportivo orientisticamente parlando fatto di gare e trasferte ricche di soddisfazioni e ricordi che rimarranno indelebili nella mia memoria.

# MOO CHALLENGE: UN GIORNO IN GIRO PER MILANO!

*di Chiara Gatti*

Un lontano giorno di circa un anno fa mio papà mi tirò in mezzo con una proposta delle sue, tutto entusiasta e non disposto ad accettare un no: PARTECIPARE AL MOO CHALLENGE 2016. Per chi non sapesse di cosa si tratta: è una gara che si sviluppa in diverse zone di Milano raggiungibili con qualsiasi mezzo di trasporto pubblico; prevede dei punti di controllo nei quali bisogna rispondere a delle domande inerenti al luogo raggiunto il tutto usando 7 cartine di vario genere e in un tempo massimo di 5 ore.

All'inizio non ero molto convinta di partecipare visto il mio scarso allenamento degli ultimi anni e la mia quasi nulla partecipazione a gare orientistiche.

Alla fine per sfinimento ho deciso di partecipare (anche perché iniziava a incuriosirmi questa esperienza).

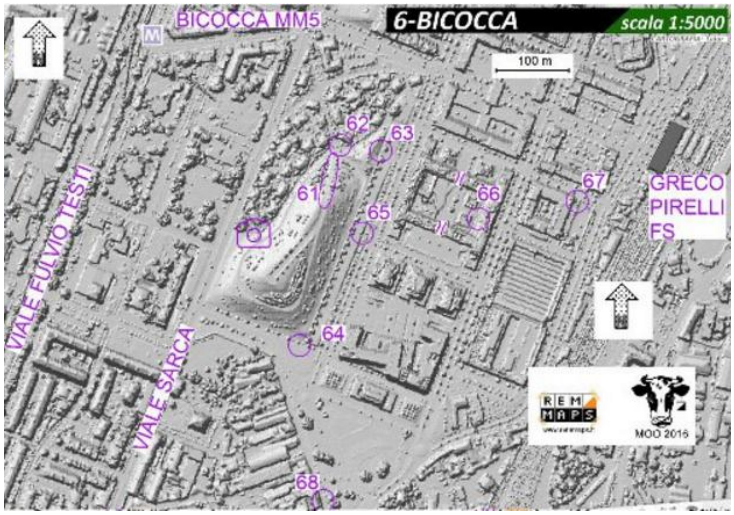
E così nacque il team TWO CATS con la chiara strategia di compensare le mancanze fisiche con la discreta conoscenza di Milano.

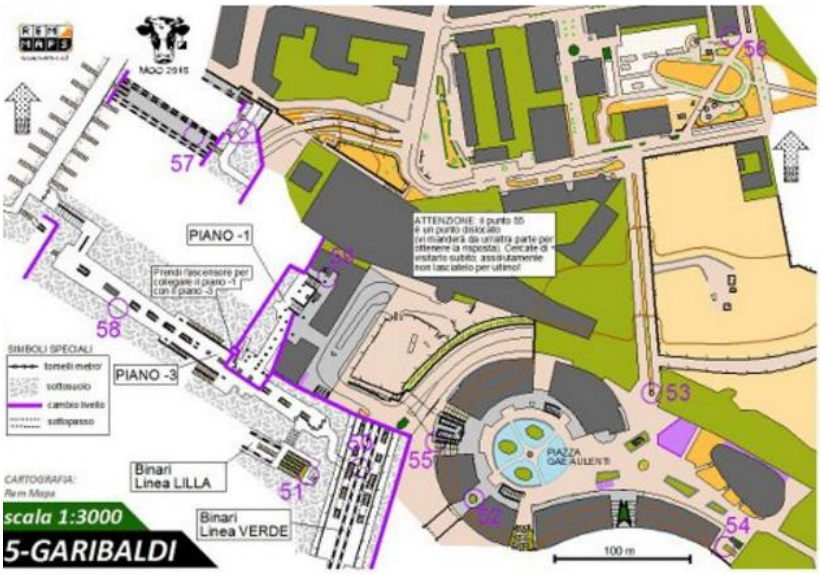
Ovviamente la mattina della gara, 28 febbraio 2016, ci svegliamo con una giornata terribile, diluviava a manetta ed era prevista pioggia per tutto il giorno (potete capire come ero contenta di dover passare la giornata in giro senza ombrello correndo avanti indietro per Milano).

Arriviamo al ritrovo tutti vestiti per la pioggia e il mio entusiasmo è sotto i piedi ma appena partiti una piccola gara nel parco della chiesa rossa mi fa partire la competizione e inizio a correre avanti indietro per il parco per rispondere alle prime domande e fare diverse prove di abilità (in tutto questo mio papà non si è mai fatto demoralizzare dalla pioggia ed era entusiasta come un bambino che vede le giostre per la prima volta) .

Dopo aver affrontato la cascina e i sentieri infangati della carta del ticinello è il momento di muoversi coi mezzi.

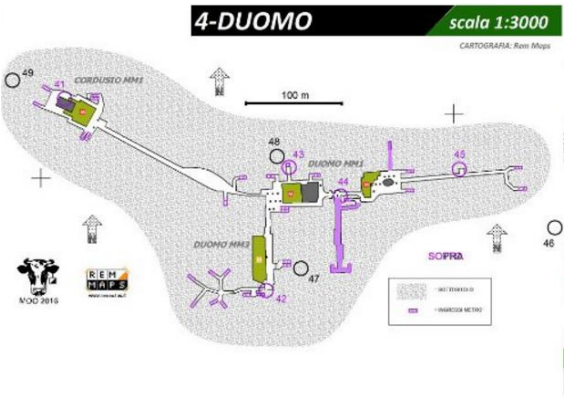
Decidiamo di iniziare dalle zone più a nord e nel lungo tragitto iniziamo a cercare qualche risposta su google ottenendo però scarsi risultati. Per prime affrontiamo le cartine di bicocca e greco; tutto liscio tranne per una domanda che chiedeva di trovare una scritta sulle scale; dopo averla cercata per 10 minuti su pareti, muretti,ecc.. la troviamo effettivamente scritta su un gradino e nascosta dal riflesso della pioggia. Questo inconveniente ci fa saltare un punto che sarà l'unico a cui non risponderemo.





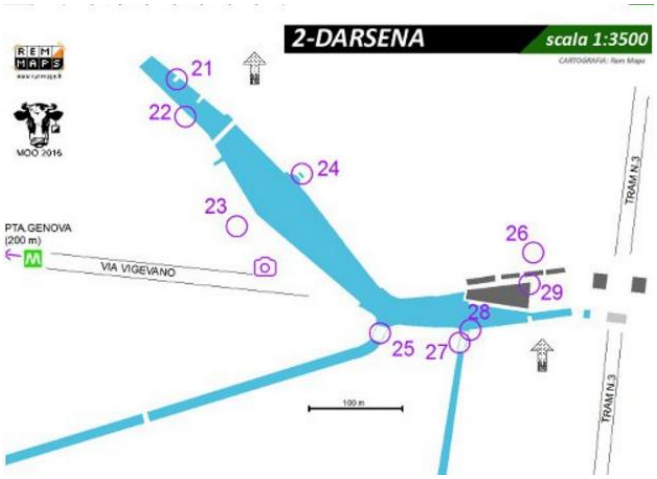

Dopo aver giravogato nei tre piani della cartina di Garibaldi e dintorni, riprendiamo la metro verso il duomo. A questo punto della gara iniziamo inevitabilmente a emanare certi odorini (sopratutto papà) e potete capire il mio imbarazzo nel viaggiare in metro tutti fradici e puzzolenti, vestiti inoltre da barboni.

Arrivati in Duomo risolviamo con qualche difficoltà la cartina 'sopra e sotto' del duomo e incontriamo i nostri avversari, la coppia Giovannini-Galletti. Non capiamo se sono più davanti di noi però questo ci dà lo stimolo per non mollare. (Alla fine ci batteranno di soli due minuti). Dal Duomo corriamo fino a foro Bonaparte per la penultima cartina.




Poi via di corsa verso la metro per raggiungere l'ultima cartina della darsena dove risolviamo tutti i quesiti velocemente senza cadere nel tranello dei pali di legno sotto il ponte che causeranno molte vittime.

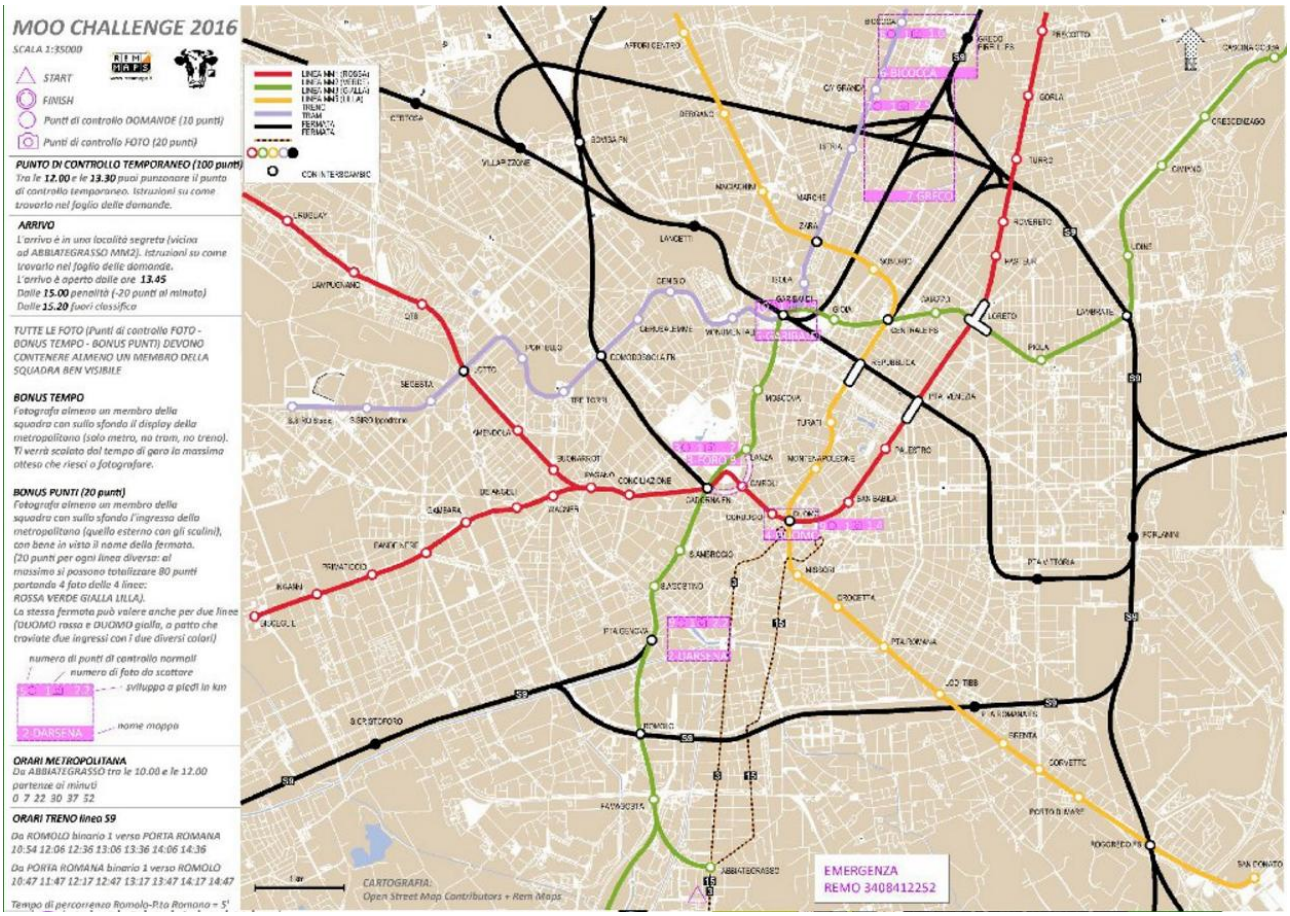
A questo punto dobbiamo solo andare al ritrovo e sul tram cerchiamo la risposta dell'unica domanda saltata riguardante gli scalini dell'Università dove tra l'altro passo tutti i giorni, ma niente non riusciamo a trovarla e spariamo a caso un democratico 3.




La fatica inizia a farsi sentire, mancano 'solo' gli ultimi 800 m da fare a piedi (di corsa per il timore di essere raggiunti da altre coppie). Alla fine chiudiamo la nostra gara al sesto posto con 910 punti su 920 totali in 4 ore e 40, ma super soddisfatti della nostra prestazione.

Nonostante le iniziali perplessità sono stata contenta di partecipare, ho scoperto un po' di più la mia Milano in un modo nuovo e divertente e per questo ho deciso di partecipare all'edizione di quest'anno che si terrà a febbraio (non è vero, mio papà mi ha iscritto a mia insaputa obbligandomi di fatto a partecipare di nuovo con lui.. speriamo almeno non piova!!! ;-) )

Chiara


MOO CHALLENGE 2016
SCALA 1:35000
START
FINISH
Punti di controllo DOMANDE (10 punti)
Punti di controllo FOTO (20 punti)
PUNTO DI CONTROLLO TEMPORANEO (100 punti)
Tra le 12.00 e le 13.30 puoi punzonare il punto di controllo temporaneo. Istruzioni su come trovarlo nel foglio delle domande.
ARRIVO
L'arrivo è in una località segreta (vicina ad ABBIATEGRASSO MM2). Istruzioni su come trovarlo nel foglio delle domande.
L'arrivo è aperto dalle ore 13.45
Dalle 15.00 penalità (-20 punti al minuto)
Dalle 15.20 fuori classifica
TUTTE LE FOTO (Punti di controllo FOTO - BONUS TEMPO - BONUS PUNTI) DEVONO CONTENERE ALMENO UN MEMBRO DELLA SQUADRA BEN VISIBILE
BONUS TEMPO
Fotografa almeno un membro della squadra con sullo sfondo il display della metropolitana (solo metro, no tram, no treno). Ti verrà scalato dal tempo di gara la massima attesa che riesci a fotografare.
BONUS PUNTI (20 punti)
Fotografa almeno un membro della squadra con sullo sfondo l'ingresso della metropolitana (quello esterno con gli scalini), con bene in vista il nome della fermata. (20 punti per ogni linea diversa: al massimo si possono totalizzare 80 punti portando 4 foto delle 4 linee: ROSSA VERDE GIALLA LILLA).
La stessa fermata può valere anche per due linee (DUOMO rossa e DUOMO gialla, a patto che troviate due ingressi con i due diversi colori)
numero di punti di controllo normali
numero di foto da scattare
sviluppo a piedi in km
nome mappa
ORARI METROPOLITANA
Da ABBIATEGRASSO tra le 10.00 e le 12.00 partenze ai minuti
0 7 22 30 37 52
ORARI TRENO linea S9
Da ROMOLO binario 1 verso PORTA ROMANA
10:54 12:06 12:36 13:06 13:36 14:06 14:36
Da PORTA ROMANA binario 1 verso ROMOLO
10:47 11:47 12:17 12:47 13:17 13:47 14:17 14:47
Tempo di percorrenza Romolo-P.ta Romana = 5'
CON INTERSCAMBIO
CARTOGRAFIA:
Open Street Map Contributors + Rem Maps
EMERGENZA
REMO 3408412252

# TROFEO CONI 2016 – L'ORIENTEERING LOMBARDO E' PPN!

*di Giorgio e Mariano*

Dopo aver vinto la fase regionale nella gara di Mezzago, battendo la Polisportiva Besanese, grazie all'aiuto di tutti i giovani, a settembre è venuto il momento di selezionare i tre ragazzi che avrebbero rappresentato la Lombradia alla finale del Trofeo CONI,  che si sarebbe disaputata a Cagliari.

Carlo sarebbe stato l'accompagnatore dei nostri tre moschettieri in Sardegna

La scelta, anche per vincoli di età (atleti con massimo 14 anni) è caduta su Sofia, Irene e Diego. Diego, essendo il più esperto sarebbe stato la punta di diamante e il riferimento per le due ragazze più giovani.

La prima giornata ha dell'incredibile: grazie alla maiuscola prestazione di Diego (3°) e Irene (7^) e accompagnata dal buon 14° posto di Sofia (la più giovane tra tutti i partecipanti), la Lombardia si trova a sorpresa al 2° posto dietro soltanto agli imbattibili trentini.

| REGIONE | CLASSIFICA | PUNTI |
|---|---|---|
| TRENTO | 1 | 3 |
| PIEMONTE | 2 | 12 |
| EMILIA ROMAGNA | 3 | 13 |
| FRIULI VENEZIA GIULIA | 4 | 13 |
| LOMBARDIA | 5 | 13 |
| VENETO | 6 | 17 |
| PUGLIA | 7 | 25 |
| BOLZANO | 8 | 26 |
| SICILIA | 9 | 27 |
| TOSCANA | 10 | 29 |
| ABRUZZO | 11 | 29 |
| LAZIO | 12 | 31 |
| BASILICATA | // | // |
| CALABRIA | // | // |
| CAMPANIA | // | // |
| LIGURIA | // | // |
| MARCHE | // | // |
| MOLISE | // | // |
| SARDEGNA | // | // |
| UMBRIA | // | // |
| VALLE D'AOSTA | // | // |

Nella staffetta a 3 concorrenti del secondo giorno, i nostri si difendono come meglio possono dalle squadre che schierano atleti più esperti e spesso due maschi.

Riescono a chiudere la classifica finale a 13 punti a solo un punto dal Piemonte, piazzato secondo. A 13 punti ci sono anche Emilia e Friuli e purtroppo per il regolamento che privilegia la staffetta, i nostri scivolano al 5° posto.

Grazie Irene, Sofia e Diego per quanto avete saputo fare, pur senza una preparazione specifica alle spalle. Continuando a migliorarvi in questo Sport siamo sicuri che avrete l'occasione di vivere altre belle emozioni sportive.La  PPN è orgogliosa di voi.

Trofeo CONI Kinder+Sport 2016
LOMBARDIA

FINISH
FINISH

# OMAGGIO AI NOSTRI JUNIORES

Vanoi
il cuore verde del Trentino
CONSORZIO TURISTICO VALLE DEL VANOI
591
Cassa Rurale
Valli di Primiero e Vanoi

LOMBARDIA
LOMBARDIA
LOMBARDIA