



domenica 14 settembre 2008

Sportissima 2008
c/o Ufficio Gioventù e Sport
Stabile la Torretta
6500 Bellinzona
tel. +41 91 814 64 58
e-mail: anna.gabutti@ti.ch
www.ti.ch/sportissima

BIASCA - SCHEDA TECNICA

ASCIUGATI CON SPORTISSIMA

Il tuo obiettivo: ***fare del movimento per almeno 30 minuti, il fabbisogno giornaliero necessario per mantenerti in forma.***

Sarete premiati con un telo da bagno Sportissima al compimento di almeno 30 minuti di attività in uno o più percorsi scelti.

1. LUOGO

Pista ghiaccio, Biasca

2. ORGANIZZATORI

Società Federale Ginnastica - Biasca

Velo club 3 Valli - Biasca

Club Pattinaggio – Biasca

Pallavolo Alto Ticino - Biasca

Gruppo Walking – SFG Biasca

3. INFO POINT

Pista ghiaccio – Ufficio sport e tempo libero

4. ATTIVITÀ COLLATERALI

Verranno proposte alcune attività collaterali con le varie società interessate nelle varie infrastrutture circostanti alla pista ghiaccio, e più precisamente:

- palestra tripla SPAI
- palestra singola della Scuola Media
- campo di calcio della Scuola Media

Per tutti i partecipanti a SPORTISSIMA e gli accompagnatori, vi sarà quindi la possibilità al termine dei vari percorsi di provare delle altre attività.

Sul posto sarà inoltre prevista una fornitissima griglia e buvette che darà la possibilità di rifocillarsi e passare una bella e sana giornata in compagnia.

5. CONTATTI

Responsabile Servizio Sport e Tempo libero del Comune di Biasca, Fabio Chiecchi

Mobile +41 79 590 72 00

e-mail sport.tempolibero@biasca.ch



domenica 14 settembre 2008

Sportissima 2008
c/o Ufficio Gioventù e Sport
Stabile la Torretta
6500 Bellinzona
tel. +41 91 814 64 58
e-mail: anna.gabutti@ti.ch
www.ti.ch/sportissima

PERCORSO 1

Attività sportiva: **PATTINI IN-LINE, SKI ROLLER (FONDO)**

Pista ghiaccio, Biasca	<p><i>Percorso: Via Industria - Via Lugano - Via Prada</i> <i>1 giro = 2 km</i></p> <p>Il percorso, pensato per i bambini e le persone che non praticano generalmente attività sportive, si snoda lontano dal traffico.</p> <p>Percorso si snoda nella parte sud della pista ghiaccio su alcune vie locali.</p> <p>L'equipaggiamento personale: skiroll, bastoni, pattini, protezioni e casco non è messo a disposizione dagli organizzatori, ogni partecipante dovrà provvedervi personalmente.</p>
------------------------	--

PERCORSO 2

Attività sportiva: **PERCORSO IN MOUNTAIN BIKE (MTB)**

Pista ghiaccio, Biasca	<p><i>Percorso: Biasca – Lodrino</i> <i>1 giro = 20 km ca.</i></p> <p>Percorso su strade sterrate partendo dalla pista di ghiaccio.</p> <p>Il percorso non avrà particolari difficoltà ed ognuno potrà ripeterlo a suo piacimento.</p> <p>L'equipaggiamento personale: mountainbike, casco e protezioni non è messo a disposizione dagli organizzatori, ogni partecipante dovrà provvedervi personalmente.</p>
------------------------	--

PERCORSO 3

Attività sportiva: **WALKING**

Pista ghiaccio, Biasca	<p><i>Percorso1: Pista – Sta Petronilla – Asilo Croce</i> <i>1 giro = ca 5 km (indicativamente 60 minuti)</i></p> <p>Il 1° itinerario: attraversando alcune vie di Biasca, salendo a Santa Pentronilla, e seguendo il sentiero della Via Crucis, spostandosi sulla sponda sinistra del fiume Brenno si farà ritorno verso la pista. Il percorso sarà parzialmente su strade asfaltate e parte su strade sterrate.</p> <p><i>Percorso 2: Pista – P.zale Municipio – zona al Ponte</i> <i>1 giro = ca 3,5 km (indicativamente 45 minuti)</i></p> <p>Il 2° itinerario: dalla pista in direzione del Piazzale Municipio, si percorrono le strade che portano in zona al Ponte per poi fare ritorno alla pista. Percorso voluto principalmente per le famiglie con bambini.</p>
------------------------	--



domenica 14 settembre 2008

Sportissima 2008
c/o Ufficio Gioventù e Sport
Stabile la Torretta
6500 Bellinzona
tel. +41 91 814 64 58
e-mail: anna.gabutti@ti.ch
www.ti.ch/sportissima

PERCORSO 4

Attività sportiva: **BICICLETTA SU STRADA**

<p>Pista ghiaccio, Biasca</p>	<p><i>Percorso 1: Biasca – Osogna – Lodrino</i> <i>1 giro = ca 1,15 km</i></p> <p><i>Percorso 2: Biasca – Claro – Preonzo</i> <i>1 giro = 2,35 km</i></p> <p>I percorsi non comportano particolari difficoltà ed ognuno potrà ripeterli a suo piacimento e possono essere effettuati sia con bici da corsa che rampichino.</p> <p>I punti di controllo per il calcolo dei km. sono previsti a Osogna e Claro.</p> <p>L'equipaggiamento personale: biciclette, casco e protezioni non è messo a disposizione dagli organizzatori, ogni partecipante dovrà provvedervi personalmente.</p> <p>Con partenza da Biasca, si percorre nei 2 percorsi proposti la strada cantonale in direzione di Bellinzona. A parte l'attraversamento della rotonda di Lodrino per chi farà il 2° percorso, non ci saranno incroci da superare.</p> <p>I dettagli si possono trovare sul sito www.svizzera-in-bici.ch.</p>
-------------------------------	--

PERCORSO 5

Attività sportiva: **PATTINAGGIO**

<p>Pista ghiaccio, Biasca (entrata dal lato del ristorante) Fasce orarie disponibili: 09.30-11.00 / 15.00-17.00</p>	<p>Sul ghiaccio verranno preparati 2 percorsi separati. Uno per gli "esperti" che avrà una lunghezza di ca. 140 m., mentre il secondo adatto ai principianti è previsto all'interno del primo "percorso" ed avrà una lunghezza di 90 m.</p>
---	---