

insieme

CENTRO SPORTIVO ITALIANO



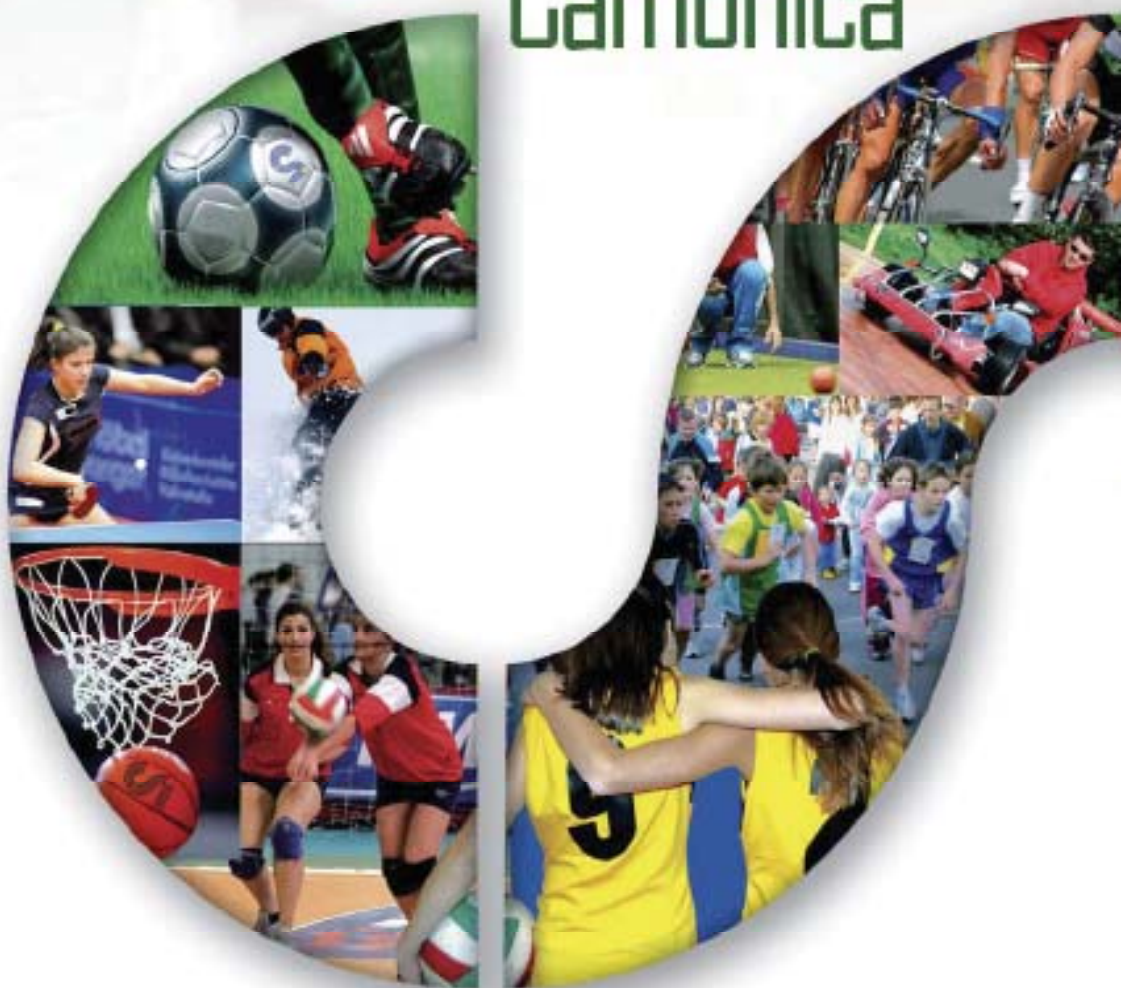
Valle
Camonica

**Verso il nuovo anno
senza dimenticare
il presente**

**Definite le novità
della Coppa Camunia**

**Condividere
le esperienze
per la manutenzione
della felicità**

**Allenare alla vita
la donazione del CSI
a A.N.D.O.S.**



IL PUNTO SETTIMANALE DEL PRESIDENTE VITTORIO BOSIO

VERSO IL **NUOVO ANNO** SENZA DIMENTICARE IL **PRESENTE**

Mentre mi appresto a fare gli auguri di buon Natale e buon anno nuovo a tutto il mondo CSI, alle ragazze e ai ragazzi che fanno attività con noi, alle loro famiglie, ai dirigenti di ogni settore e di ogni livello, impegnati in tutta Italia a proporre attività sportiva educativa e formativa, agli arbitri e ai giudici di gara, il pensiero va a tutti coloro che sono nella sofferenza. Voglio sperare che nessuno di coloro che si trovano in difficoltà abbia, in aggiunta, la sofferenza di sentirsi solo, ma che la nostra società, nella quale il CSI è soggetto propositivo importante, sappia portare il calore della solidarietà e della vicinanza, laddove più ce n'è bisogno. E penso a chi, anche vicino a noi, sta ancora soffrendo per guerre e ingiustizie. Mi chiedo, e mi auguro con tutto il cuore, se questo sarà l'ultimo Natale, l'ultimo nuovo anno, segnato dalla tragedia della guerra per così tante povere persone, colpevoli di nulla se non di essere finite stritolate nella stretta mortale di violenze che hanno ragioni nell'odio, nella prepotenza, nella volontà di potenza e di sopraffazione. So benissimo di essere troppo ottimista, di sperare in quello che il mondo non sa più fare (o forse non ha mai saputo fare): trovare il punto di incontro tra le diverse esigenze delle nazioni, dei popoli, tra le diverse istanze sociali ed economiche, senza dover ricorrere alle armi, in modo giusto ed equilibrato. Sareb-



be utopia, se non fosse in realtà l'unica strada possibile per salvarci in questo mondo così bello e così orribile. Non posso che unirmi, in questo, all'appello, ripetuto nonostante tutto, nonostante la disperazione e l'arroganza dei potenti, da Papa Leone XIV, a «disarmare le parole da odio e pregiudizi per costruire una pace basata sulla giustizia, il perdono e il dialogo, contrapponendo l'ideale di una pace «disarmata e disarmante» alla logica della guerra e della deterrenza». Per questo il Papa e tut-

ta la Chiesa ci chiedono di pregare e di vigilare affinché la nostra azione sia per una pace vera tra le persone e tra le nazioni. Ognuno può fare poco, da solo, ma tutti insieme possiamo fare molto. L'augurio più vero, per questo Santo Natale ormai prossimo e per il nuovo anno, è semplicemente questo, al quale aggiungo un pensiero di gratitudine per tutti coloro che anche quest'anno hanno dato tanto tempo e sicuramente il meglio di sé per il bene dell'Associazione. Buon Natale a tutti.

PATTO PER DIFFONDERE LA CULTURA DELL'ALTRUISMO

SPORT E DONAZIONE:

AL VIA LA COLLABORAZIONE TRA AVIS E CSI

Diffondere la cultura dell'altruismo e il valore sociale dello sport come veicolo di prevenzione, inclusione e benessere. Con questo intento AVIS – Associazione Volontari Italiani del Sangue e il CSI – Centro Sportivo Italiano hanno firmato un accordo che punta a organizzare attività congiunte su tutto il territorio nazionale, attraverso il coinvolgimento delle società sportive e delle rispettive strutture territoriali.

Al centro di questo protocollo c'è la volontà di realizzare dei percorsi di sensibilizzazione al dono, educazione civica, prevenzione e promozione della salute rivolti in particolare ai giovani, alle loro famiglie, ai dirigenti e agli operatori sportivi. Queste iniziative si svilupperanno in occasione di manifestazioni, tornei, camp estivi, eventi regionali e nazionali, anche attraverso il coinvolgimento di atleti e volontari del CSI che diventeranno, così, dei veri ambasciatori di questa intesa. Le società sportive particolarmente impegnate in azioni solidali saranno, inoltre, insignite di un riconoscimento simbolico denominato "Squadra del Dono", che testimonierà la loro attenzione ai valori della solidarietà e della cittadinanza attiva.

«AVIS e il CSI hanno molto in comune – dichiara Oscar Bianchi, Presidente Nazionale AVIS –. Entrambe le nostre organizzazioni affondano le radici in una storia lunga di impegno civile e sociale, rappresentando un patrimonio unico di presenza

nelle comunità locali, nei piccoli Comuni come nelle grandi città. I valori che ci uniscono sono profondi: gratuità, responsabilità, rispetto per l'altro, spirito di squadra, impegno costante e tutela del benessere proprio e altrui. Sono principi che animano chi dona il sangue e chi pratica sport con spirito educativo ed è per questo che insieme possiamo essere ancora più efficaci nel trasmettere alle nuove generazioni l'importanza di uno stile di vita attivo e solidale».

«Stringere una collaborazione con un'associazione come AVIS ci riempie di orgoglio e voglia di fare sempre meglio – dichiara Vittorio Bosio, Presidente Nazionale del Centro Sportivo Italiano –. I valori del rispetto e della solidarietà che appartengono ad entrambe le nostre realtà costituiscono il terreno comune sul quale desideriamo costruire. Lo sport promosso dal

CSI mette da sempre in primo piano la cooperazione e il rispetto della persona, di sé stessi e degli altri. Per questo motivo, crediamo che gli atleti e le atlete possano giocare un ruolo importante nel farsi portavoce di uno stile di vita sano e attento al prossimo, scendendo in campo in prima persona per sostenere l'importanza della salute, della responsabilità sociale e della cultura del dono».

La donazione in Italia

I donatori sono complessivamente 1.678.573 (28 ogni 1.000 abitanti), il 66% è composto da uomini e il 34% da donne. Ogni anno vengono effettuate oltre 3 milioni di donazioni. Nei primi 10 mesi del 2025, si è registrato un incremento dell'1% della quantità di plasma inviata alla produzione farmaceutica, superando le 767 tonnellate.



LA CERIMONIA OSPITATA ALLE TERME DI BOARIO

LE PREMIAZIONI

CHIUDONO LA MOUNTAIN CUP 2025

Ha chiuso i battenti la sesta edizione della “Valle dei Segni Mountain Cup”, progetto nato nel 2018 dalla collaborazione tra l'Assessorato allo sport della Comunità Montana e diverse associazioni sportive della Vallecamonica. L'atto finale della stagione sportiva dedicata alla corsa in montagna è stato ospitato anche quest'anno dalle Terme di Boario dove si sono ritrovati organizzatori e atleti premiati. Un circuito di diciassette corse con gli appassionati di podismo impegnati nelle diverse specialità della corsa lungo i sentieri delle montagne camune. Il podio delle graduatorie maschili e femminili è stato definito dalle



sette gare a punti Aviolo Race, Giro delle Creste, Angolo-Vareno, Scalata alla Val Adamè, Vallecamonica Vertical, Persech Trail e Tre Campanili

Special. Anche quest'anno nelle prime posizioni troviamo atleti abituati a primeggiare nella Valle dei Segni Mountain Cup. Tra i maschi la con-

ferma del titolo conquistato lo scorso anno da Marco Malgarida (U.S. Malonno) primo con un totale di 402 punti, seguito ancora dal fratello Luca (384 punti); completa il podio con 350 punti Ramon Pangrazio (Atletica Paratico). Premiati in campo maschile anche Matteo Marchesi (Team GAAREN), che precede Riccardo Gnani e Michele Ruggeri, Francesco Bettoni (Angolo Mountain Running), davanti a Adriano Turchetti e Marco Bianchi, Guido Quaglino (Angolo Mountain Running), seguito da Matteo Pezzoni e Mattia Monella, Va-



lerio Mossini (U.S. Malonno), con Diego Delpero e Giampiero Gabrieli a completare il podio, e infine Pietro Calufetti (U.S. Malonno) con ai posti d'onore Venanzio Tomasi e Renato Pedretti. La graduatoria femminile registra la rivincita di Stefania Cotti Cottini (U.S. Malonno) una delle protagoniste di questa coppa fin dagli esordi; la vincitrice, con 432 punti, della sesta edizione stacca di venticinque punti la detentrica del titolo Monica Vagni (Atletica Paratico). Come lo scorso anno la medaglia di bronzo va a Maria Natalina Bonafini (Atletica CiMa) che si ferma a quota 372. Nelle categorie femminili si impongono Tiziana Bianchini (G.S.O. Darfo Fedabo), che precede Patrizia Passeri e Maria Vincenza De Vitis, Morandini Silvia (Atletica CiMa), davanti a Beatrice Bianchi (La Recastello), Vera Serpellini (Atletica Paratico) e Amalia Minoia (Atletica Paratico). Soddisfatta per il bilancio della Valle dei Segni



Mountain Cup l'assessore allo sport della Comunità Montana Priscilla Ziliani che ha evidenziato, oltre all'aspetto agonistico dell'iniziativa, l'importanza della promozione attraverso questo circuito del ricco patrimonio naturalistico, storico e culturale della Vallecamonica. Presente alla serata anche l'ultra maratoneta camu-

no Luca Ferro che ha parlato della propria esperienza sportiva ma anche della solidarietà legata alle sue imprese sportive. L'attenzione dei responsabili è già proiettata all'edizione 2026 del circuito promosso dalla Comunità Montana con la riunione di programmazione fissata per metà gennaio del prossimo anno.



RIUNIONE DEI GRUPPI SPORTIVI PER IL PROGRAMMA

DEFINITE **LE NOVITÀ** **DELLA COPPA CAMUNIA COMISA 2026**

Il motore dell'atletica camuna è pronto a ripartire. La Commissione Tecnica del CSI Vallecamonica ha ufficializzato il regolamento e il calendario della Coppa Camunia 2026, il circuito che ogni anno vede centinaia di atleti di ogni età sfidarsi sui sentieri e sulle strade del territorio. L'atletica leggera si conferma un settore in costante crescita per il comitato locale. L'aumento degli iscritti e l'entusiasmo delle società sportive hanno spinto la Commissione a introdurre importanti novità strutturali per migliorare l'esperienza di gara e gestire meglio i flussi dei partecipanti. Il nuovo regolamento introduce due cambiamenti significativi volti a ottimizzare la logistica e la competizione: Nuovo ordine di partenza: A differenza degli anni passati, il programma orario delle manifestazioni sarà



invertito. Saranno gli adulti a gareggiare per primi, seguiti dalle categorie giovanili. Questa scelta mira a garantire maggiore visibilità ai giovani nel finale dell'evento e a permettere agli atleti più esperti di correre con temperature più fresche, specialmente nelle prove primaverili ed estive.

Sdoppiamento della categoria Cuccioli: Per far fronte all'alto numero di piccoli atleti e per rendere le partenze più sicure, la categoria Cuccioli è stata ufficialmente suddivisa in Cuccioli A e Cuccioli B. Il circuito 2026 sarà composto da un totale di 15 gare. La grande apertura è fissata per domenica 15 febbraio a Mazzunno, con la classica prova campestre che testerà subito la preparazione invernale degli atleti.

Tra le novità più attese spicca l'inserimento di due nuove prove che porteranno la carovana del CSI in scenari suggestivi e tecnicamente stimolanti: le gare di Cimbergo e della Valle di Savio, che andranno ad arricchire un'offerta sportiva già molto solida.

Tutte le società e gli atleti interessati possono consultare i dettagli tecnici e il calendario completo sul portale ufficiale del CSI Vallecamonica, dove verranno progressivamente caricate le planimetrie dei percorsi e i moduli per le iscrizioni. L'appuntamento è dunque a Mazzunno il 15 febbraio: la corsa verso la Coppa Camunia 2026 sta per cominciare.



IN CANADA LE PRIME GARE DI COPPA DEL MONDO

BUONI RISULTATI PER **CRISTIAN TONINELLI** NELLE GARE CANADESI DI **BIATHLON**

Cristian Toninelli, atleta della Polisportiva Disabili Valcamonica, ha partecipato a tre gare di Coppa del Mondo nello Sci Nordico Biathlon in Canada a Conmore. Nella prima gara di 7,5 km ha chiuso al 7° posto in 22'38"8 con tre errori totali al tiro (zero nella prima serie e tre nella seconda). La gara è stata vinta dal canadese Arendz davanti agli ucraini Romaniuk e Sereda. Nella Sprint di 7,5 km **Cristian Toninelli** ha centrato la qualificazione alla finale grazie al 9° posto ottenuto nella prova iniziale, chiusa in 14:21.0. In finale, Toninelli ha chiuso in 10ª posizione con il tempo di 16:46.2, al ter-



mine di una gara condizionata da un

ritmo elevato. Nell'ultima gara di domenica 14 una 12,5 km Toninelli ha chiuso all'8° posto (con tre errori al tiro) in 37'20"3 con vittoria per il canadese Arendz davanti agli ucraini Vovchinskyi e Drahun.

Nuoto – Terzo posto (su 12 società presenti) per la squadra della Polisportiva Disabili Valcamonica nella prima prova di Nordic Cup disputata sia Lumezzane

Atletica Leggera – Cristian Kliner e Ferdinando Gaioni hanno partecipato con buoni risultati (quinto e sesto posto) alla campestre FIDAL di 2,5 km che si è disputata a Gallarate (VA). Per ulteriori informazioni si può contattare il presidente della Polisportiva Disabili Valcamonica Gigliola Frassa (334.6797762)



L'INCONTRO DEGLI ALLENATORI CON LUCIA TODARO

CONDIVIDERE ESPERIENZE SPORTIVE PER FARE MANUTENZIONE ALLA FELICITÀ

A traverso l'esperienza sportiva fare una manutenzione continua della felicità questa è l'indicazione emersa dal pomeriggio di formazione organizzato dal CSI Vallecamonica e rivolto agli allenatori di calcio e pallavolo. A proporre alcune profonde riflessioni sul valore educativo dello sport è stata la Dottoressa Lucia Todaro, psicopedagogista e consulente formazione CSI. È stato un incontro che ha promosso una preziosa rielaborazione di esperienze vissute dagli allenatori. Relazioni umane e rispetto: la cura delle relazioni umane e il rispetto reciproco sono stati evidenziati come va-



lori centrali nell'attività sportiva. L'incontro è uno dei tre appuntamenti formativi del CSI inseriti nel progetto "Insieme...si vince" che l'Associazione sportiva camuna promuove in collaborazione con l'ATSP di Vallecamonica e finanziato da Regione Lombardia. I contenuti del progetto sono stati presentati in apertura dalla dottoressa Paola Palazzotto, in rappresentanza di ATSP. "Insieme... appunto si vince: la vittoria, in questo contesto, assume il significato di dare valore a ciò che ognuno è, promuovendo un buon "gioco di squadra" ha sottolineato Lucia Todaro. La felicità esiste bisogna solo trovare gli indizi



e sottolinea l'importanza del dialogo e del confronto per la crescita personale e collettiva. Scambiando le idee le persone raddoppiano la propria conoscenza, ottenendo un'idea in più ciascuna quindi, a differenza dei beni materiali, si moltiplicano quando condivise. È fondamentale la collaborazione, il confronto, lo scambio di pensieri per far crescere il gruppo, per generare felicità. La felicità si trova dappertutto ma va eseguita una costante manutenzione lo sport propone con l'impegno, la vittoria e la sconfitta situazioni che insegnano il senso della vita e aiutano a fare manutenzione della propria felicità attraverso la condivisione di esperienze sportive significative.

della sua presenza. Gli oggetti sono dei promemoria emotivi, sono questi indizi che ci permettono di trovare la felicità; la relatrice ne ha regalati due ai partecipanti da utilizzare per rendere efficace il proprio stile di vita con atteggiamenti che portano alla felicità. L'idea di fondo è quella che abbiamo bisogno degli altri per condividere fatica, felicità, delusione, per affidare i nostri limiti e acquisire competenze. "Le carte da gioco rappresentano lo stile e la modalità di stare insieme". Il mazzo di carte vale solo se ci sono tutte, ogni carta combinata con altre porta a vincere una partita, alla fine vengono rimescolate e si riparte (con delle regole da rispettare) per cercare di vincere utilizzando una strategia. "Una squadra è più di una somma di elementi, è un intreccio di relazioni, di competenze che allargano le possibilità di ogni singolo individuo". Un altro oggetto che aiuta a capire come lo stare insieme sia un valore

aggiunto alla nostra vita è il mattoncino Lego; si devono cercare gli incastrati giusti, i pezzi adatti per costruire qualcosa di bello. "Significa progettare un modello utilizzando pezzi che da soli non servirebbero a nulla; significa costruire per poi smontare e realizzare altri capolavori in continuazione". Progetti realizzabili solo se si lavora insieme: "Dovete educare all'insieme". "Se io ho un dollaro e tu hai un dollaro, e ce li scambiamo, ognuno di noi ha ancora un dollaro. Ma se io ho un'idea e tu hai un'idea, e ce le scambiamo, ognuno di noi avrà due idee". La citazione è di George Bernard Shaw



LA PALLAVOLO DEL CSI HA RACCOLTO DUEMILA EURO

ALLENARE ALLA VITA

OTTOBRE IN ROSA DEL CSI PER A.N.D.O.S.

È terminato il lungo “ottobre in rosa” del CSI Vallecamonica. Anche quest’anno la nostra Associazione ha aderito all’iniziativa dell’ATS della Montagna dedicata alla prevenzione. Come nelle occasioni precedenti ad essere coinvolte sono state le squadre di pallavolo dei nostri campionati che hanno ricevuto in dono, grazie anche alla collaborazione di Bertoni Sport, una maglietta rosa con lo slogan scelto per il 2025 “Vita con stile”. Le pallavoliste hanno firmato le magliette che sono poi state vendute e il ricavato donato in beneficenza. La scelta del destinatario di questo contributo è stato semplice per il Consiglio di Comitato del CSI camuno perché il Comitato ANDOS di Vallecamonica Sebino è il migliore esempio dell’impegno nella prevenzione. La consegna dell’assegno di duemila euro nel corso dell’incontro di formazione degli allenatori di calcio e

pallavolo. Noi che viviamo ogni giorno sui campi di calcio e nelle palestre di pallavolo sappiamo che lo sport è competizione, è sudore, è tecnica. Ma raramente ci fermiamo a riflettere sulla sua funzione più profonda: lo sport è il primo presidio di salute sul nostro territorio. Allenare non significa solo insegnare a colpire un palla-

ne o a fare un muro sotto rete. Allenare significa educare a uno stile di vita. Quando spingiamo un ragazzo a dare il massimo, quando insegniamo la disciplina e il rispetto per il proprio corpo, stiamo facendo, di fatto,

stile di vita sano non è un “optional” della nostra missione, è il cuore della nostra responsabilità sociale. Oggi, sostenendo l’ANDOS Vallecamonica Sebino, vogliamo dire che il mondo dello sport non è isolato. Siamo parte di una squadra più grande che lotta per la vita. Ogni chilometro corso, ogni allenamento fatto con passione, è un mattone che aggiungiamo alla costruzione di una comunità più sana e consapevole. Grazie all’ANDOS per il lavoro straordinario che svolge per le donne e per il nostro territorio. E grazie a tutte le società sportive che hanno contribuito: oggi abbiamo dimostrato che quando la Vallecamonica e il Sebino fanno squadra, non c’è traguardo che non si possa raggiungere. Se poi ad allenare una squadra ci sono persone come la Presidente dell’ANDOS camuno sebino, Fulvia Glisenti, raggiungere questi traguardi diventa ancora più facile. La Presidente è il miglior

esempio possibile per promuovere la bellezza del volontariato in un periodo che vede appannarsi la figura del volontario. Un esempio da seguire che oggi premiamo con il contributo raccolto dalle nostre società sportive. Grazie ancora per quello che fate ed insegnate a tutti.

Il Presidente

Serene Variabili

gruppo di auto-mutuo-aiuto
del Comitato A.N.D.O.S. di Valle Camonica - Sebino

dedicato alle donne che hanno affrontato o che stanno affrontando un cancro, di qualsiasi tipo, e che desiderano confrontarsi con altre donne, tessere legami, creare preziose amicizie!



**Ospedale di Esine, di giovedì dalle ore 16
per informazioni: Fulvia - 349 834 7065**

15 gennaio, 19 febbraio, 19 marzo, 23 aprile,
14 maggio, 18 giugno, 30 luglio, 17 settembre,
22 ottobre, 26 novembre, 17 dicembre

prevenzione. I dati scientifici ce lo dicono chiaramente: l’attività fisica costante è uno dei pilastri fondamentali per prevenire malattie gravi, incluse quelle oncologiche che l’ANDOS combatte ogni giorno con tanta dedizione. Voi allenatori avete un potere immenso: siete i custodi della salute dei nostri atleti. Promuovere uno

DUE ATLETI DELLA POLISPORTIVA AL QUIRINALE

DALLE PISTE DI SAINT MORITZ AL SALONE DEI CORAZZIERI

Dalle piste di sci svizzere per le gare mondiali al Salone dei Corazzieri del Quirinale per la consegna della bandiera tricolore ai portabandiera italiani alle Olimpiadi Milano Cortina 2026. Davide Bendotti, sciatore della Polisportiva Disabili Valcamonica, ha partecipato alle gare di Coppa del Mondo di Sci Alpino disputate a Saint Moritz insieme al compagno di squadra Federico Pellizzari. Nel primo Gigante in calendario Federico Pellizzari nella categoria Standing ha colto un bril-

lante terzo posto alle spalle dei francesi Artur Bauchet e Jules Segers, mentre Davide Bendotti è uscito nella prima manche. Il giorno seguente, sempre nel gigante, Pellizzari ha colto un buon quinto posto, a ridosso del podio mentre Bendotti è uscito nel corso della seconda manche dopo una promettente prima manche. Lo slalom speciale che ha concluso la kermesse mondiale a Saint Moritz Pellizzari, dopo una splendida prima manche chiusa al secondo posto, non riesce a concludere la se-

conda manche; dal canto suo Davide Bendotti chiude al decimo posto la sua terza gara di Coppa del Mondo, migliorando il risultato della prima manche.

Lo stesso Davide Bendotti e Giuseppe Romele, fondista della Polisportiva Disabili Valcamonica, hanno partecipato al Quirinale, alla presenza del Presidente della Repubblica Sergio Mattarella, alla consegna della bandiera tricolore ai portabandiera italiani alle Olimpiadi.

Marco Filippi Pioppi



Quarant'anni di sport di qualità

