



ANNUARIO 2012

Usc Capriaschese sezione atletica



Cross Capriaschese, febbraio 2012

Editoriale

“Sembra il preludio a un ritorno ai giorni migliori”. Così terminava il mio editoriale del 2011. Una semplice frase che faceva ben comprendere quali erano le speranze e le aspettative per il 2012.

E i sogni si sono puntualmente avverati.

I gruppi d'allenamento sono molto frequentati e i giovani atleti s'impegnano, si divertono e partecipano alle gare con grinta ed entusiasmo.

I monitori sono notevolmente sollecitati e svolgono il loro compito con capacità e passione.

La prima conseguenza logica sono i gratificanti e importanti risultati tecnici ottenuti dai nostri giovani che, sommati, regalano all'USC un successo di squadra che non si raggiungeva ormai da diversi anni.

Le corse campestri sono sicuramente la specialità che, per tradizione, hanno regalato le maggiori soddisfazioni all'Usc Capriaschese. Tuttavia da diverse stagioni, nella classifica per società, ci si doveva accontentare del secondo o del terzo rango. Quest'anno siamo ritornati a prevalere, grazie alla compattezza della squadra e all'apporto di tutti gli atleti, forti e meno forti, giovani e meno giovani. Un risultato di squadra rimarchevole.

Lo stesso discorso si può ripetere per il Trofeo Asti staffette TAS, dove, dopo diversi anni di difficoltà, abbiamo dominato, vincendo, oltre ad alcuni trofei di categoria, anche il Supertrofeo, assente dalla nostra bacheca da ben sei anni.

Ancora una volta la compattezza e l'unità della squadra ci hanno portati al successo.

In pista, alcuni atleti sono riusciti a ottenere i limiti



per partecipare ai Campionati ticinesi o ai Campionati svizzeri giovanili, altri si sono qualificati per i prestigiosi meeting Athletissima di Losanna e Weltklasse di Zurigo. Esperienze importanti e gratificanti, che hanno regalato momenti di forte emozione agli allenatori e agli atleti, i quali sicuramente sapranno trasmetterli ai loro compagni!

In aggiunta ai pregevoli successi individuali, desidero rimarcare le buone prestazioni di gruppo ottenute nella Kids Cup invernale con la presenza di due categorie alle finali nazionali e il lusinghiero risultato ottenuto dalle ragazze U16 nei CSI.

Dopo i fasti delle ultime stagioni, il gruppo degli adulti dà qualche segno di stanchezza e, anche a causa di alcune defezioni, fatica a ricompattarsi. Niente di preoccupante, i successi ottenuti sono ancora di buona qualità e quantità. Comunque è meglio prevenire che curare! Manca forse una persona di riferimento che dedichi tempo ed energia a questo importante settore.

Nel 2012 siamo ritornati a San

Moritz per una settimana di campo d'allenamento, un appuntamento che mancava da tre anni. Il successo è stato garantito dall'impegno e dall'ottima intesa dei partecipanti.

Come si capisce da quanto scritto, il gruppo è molto importante, anche in uno sport individualistico quali l'atletica leggera o il podismo.

È quindi importante curare ancora più questo aspetto e migliorare ulteriormente lo spirito di squadra. E allora, durante le gare sosteniamo tutti gli atleti USC: applaudiamo i più forti e incoraggiamo i meno abili; battiamo le mani ai simpatici bambini di sei anni, ma non dimentichiamo i giovani e i podisti adulti. Tutti indossano con orgoglio e vanto la maglia rossa della nostra società, tutti portano il loro prezioso contributo alla grande USC Capriaschese.

Sergio Stampanoni

Il comitato

Presidente: Sergio Stampanoni

Vice: Cornelio Rusca

Responsabile tecnico:

Jonathan Stampanoni

Coach: Sigi Altendorfer

Cassiere, segretario:

Angelo Pellegrini

Membri:

Omar Silva (foto)

Marzio Frigeri (foto)

Doriano Ponti

Simona Collura

Presidente onorario: Americo Riva

Membri onorari: Michele Bottani,
Ferruccio Landis, Aurelio Daldini



I monitori attivi

Sigi Altendorfer

Carola Balestra

Marzio Frigeri (foto)

Anna Pellegrini

Elisa Pellegrini

Valentina Scarlioni

Jonathan Stampanoni

Leonida Stampanoni

Sergio Stampanoni

Michela Storni

Renato Vicari (foto)

Sandra Vicari



L'allenatore

Anna Pellegrini

Data di nascita 20.10.1956

Domicilio Bigorio

Professione ora casalinga

Socio Usc dal 1971

Allenatore Usc dal 1993

Gruppi allenati Scuole elementari

Successi

I miei successi sono aver allenato tanti piccoli atleti e averli visti correre e divertirsi. Qualcuno passare avanti e vincere, altri vederli oggi grandi atleti che ancora corrono con più grinta, più allenamento ma sempre con il sorriso.

Obiettivi 2012

Quest'anno ho un gruppo di ben 30 piccoli scatenati e il mio obiettivo è di vederli correre tutti nelle diverse gare, vederli contenti e allegri e aiutarli a trovare la passione per lo sport.



Gruppi scolari

Giorni: martedì e giovedì.

Luogo: Arena sportiva, palestre Tesserete o Lamone Cadempino.

Soggetti: ogni gruppo conta da 20 a più di 30 ragazzi sorridenti in cerca di movimento, affiancati da monitori attenti e motivati.

Spettatori presenti: sempre.

Sono questi gli ingredienti per una serata esplosiva che con grande piacere possiamo assaporare ad ogni allenamento, dove a emergere è soprattutto la grande voglia di fare. I 30 e più bambini affrontano con invidiabile entusiasmo e carica energetica le nostre

proposte atletiche e di gioco.

Hanno la possibilità di conoscere le varie discipline, trascorrere momenti in compagnia, partecipare alle gare (staffette, cross, kids cup, ...) scoprendo il Ticino e festeggiare nelle giornate speciali con castagne, panettone, ... Avanti così!

JS



Il frutto di un allenamento dei nostri scolari

Campo allenamento

Nel 2011 il campo d'allenamento era rinato con successo attorno alla nostra Arena sportiva, ma con il desiderio di ingrandirsi e lasciare la Capriasca. Il 2012 ha portato l'Usc a San Moritz, nella mecca dell'allenamento. L'ostello è stato l'alloggio ideale durante una settimana intensa di allenamenti e scorribande avventurose

nella stupenda Engadina.

Abbiamo conquistato il Piz Nair, ci siamo tuffati nei laghi e pedalato con la bici per cogliere angoli suggestivi dell'Engadina. Ogni giorno condividevamo la pista con altri atleti di ogni età e capacità. Immane le infinite sfide a diversi giochi e sport. Una settimana indimenticabile e da ripetere, migliorando ancora, nel 2013.

LS

Gruppo adulti

La stagione 2012 ha portato molte soddisfazioni al "gruppo adulti" dell'Usc Capriaschese. Dalla strada alla pista, dalla pianura alla montagna, dall'inverno all'estate le ottime prestazioni non sono mancate, sia in Ticino che al di fuori.

La coppa Ticino di cross 2012 ha sancito la supremazia Usc nella classifica a squadre, grazie alla partecipazione di tutti gli atleti, giovani e meno. Nelle categorie maggiori da segnalare diversi podi in coppa, oltre agli allori cantonali di Mendrisio, tra cui un oro e un argento negli M40, un bronzo nel cross corto e un quarto rango tra le donne 45.

Usc presente pure nella coppa di montagna con il terzo rango tra le donne 45 e due quarti tra gli M50 e W35. Gloria capriaschese anche nel podismo con la vittoria nella categoria M20 e un quarto rango di nuovo tra le donne 45. A livello svizzero ben quattro i titoli nelle categorie master tra strada, maratona, mezza e cross. Nel corso del 2012 non sono mancate le partecipazioni alle maratone illustri, come Berlino o

Jungraujoch, e finale con medaglia di bronzo a Tenero. Senza dimenticare gli audaci ultramaratoneti, impegnati su dislivelli e distanze fuori dal consueto, il rosso delle maglie Usc è pure tornato in pista per i Campionati ticinesi assoluti, dove, oltre agli ottimi risultati dei giovani, sono arrivati un quarto posto sui 1'500 e un argento sui 5'000 metri. Alle staffette di paese la tradizione capriaschese è continuata con una serie di ottimi piazzamenti che hanno contribuito alla vittoria nel supertrofeo del Trofeo Asti staffette 2012.

ES

Record sociali

Maschili

400 m

51''04, Borko Ilic, 1997

52''34, Gioele Pellegrini, 2002

800 m

1'55''28, Ivan Pongelli, 1999

1'56''76, Daniele Giugni, 2003

1'57''18, Michele Frigeri, 1998

1'000 m

2'31''04, Daniele Giugni, 2002

2'37''64, Ivan Pongelli, 1997

2'37''69, Jonathan Stampanoni, 1997

1'500 m

3'51''16, Ivan Pongelli, 1999

3'56''1, Jonathan Stampanoni, 1997

3'59''66, Marzio Frigeri, 1998

Record sociali

Miglio

4'32"78, Daniele Giugni, 2001
 4'33"86, Jonathan Stampanoni, 2001
 4'36"09, Elia Stampanoni, 1996

3'000 m

8'20"45, Ivan Pongelli, 2000
 8'27"46, Jonathan Stampanoni, 1997
 8'49"60, Marzio Frigeri, 2000

3'000 m siepi

9'04"37, Jonathan Stampanoni, 1996
 9'19"26, Marzio Frigeri, 1998
 9'27"58, Ivan Pongelli, 1998

5'000 m

14'20"32, Ivan Pongelli, 2001
 14'31"28, Jonathan Stampanoni, 1997
 15'13"28, Marzio Frigeri, 1998

10'000 m

30'34"09, Ivan Pongelli, 2000
 31'27"14, Jonathan Stampanoni, 2000
 32'10"22, Marzio Frigeri, 1999



4x1'500m

16'13"58 ***,
 Michele e
 Marzio Frigeri,
 Jonathan
 Stampanoni,
 Ivan Pongelli,
 2000

Mezza maratona

1h5'48"****, Jonathan Stampanoni, 1996
 1h6'36", Ivan Pongelli, 2000
 1h8'49", Massimo Maffi, 2000

Maratona

2h22'59", Jonathan Stampanoni, 1997
 2h29'30", Massimo Maffi, 2005
 2h31'10", Ivan Pongelli, 2001
 2h31'42", Marzio Frigeri, 2000

Giavelotto

43.21 m, Samuele Scarlioni, 2006

Alto

1.87 m, Luca Pescia, 2003

Lungo

6.29 m, Patrick Ceppi, 1998

Femminili

100 m

13"70, Valentina Scarlioni, 2007

200 m

27"71, Valentina Scarlioni, 2006

400 m

65"23, Johanna Kress, 2012

800 m

2'18"94, Eva Bärtschi, 1997

2'25"31, Flavie Roncoroni, 2012

1'000 m

3'05"79, Eva Bärtschi, 1997

1'500 m

4'50"62, Eva Bärtschi, 1997

4'53"10, Jennifer Moresi, 2010

5'10"11, Johanna Kress, 2012

3'000 m

11'03"80, Eva Bärtschi, 1997

11'14"38, Jennifer Moresi, 2007

11'17"26, Flavie Roncoroni, 2012

5'000 m

17'53"64, Jennifer Moresi, 2010

19'56"38, Daisy Andreoli, 2004

Mezza maratona

1h18'20", Claudia Riem, 2003

1h26'56", Jennifer Moresi, 2008

Maratona

2h50'57", Jennifer Moresi, 2010

3h17'02", Patrizia Besomi-Piattini, 2011

3h30'40", Maria Baroni, 2000

Alto

1.51, Flavie Roncoroni, 2011

Lungo

4.75, Flavie Roncoroni, 2011

4.69, Céline Vicari, 2012

Triplo

9,07, Céline Vicari, 2012

***Miglior prestazione ticinese

Giovani atleti Usc

Céline Vicari



Data di nascita 30.04.1998
 Domicilio Carabbia
 Professione Studentessa
 Socio Usc dal 1.9.2011
 Allenamenti 2-3
 Allenatori Leonida, Renato, Sigi

Primati 80: 10''69 - 200: 27''88 - 80H: 13''51 - 600: 1'52''39 - 1000: 3'34''46 - lungo: 4.69 - triplo 9.07 - peso 3: 9.66 - alto: 1.25 - giav.400: 33.36 - disco 750: 26.95; *Indoor*: 30m: 4''89 - 50m: 7''29

Successi 2012 1° CT Giovanili giavelotto; 2° CT Giovanili disco e peso; 2° UBS Kidscup 1998, 3° R+V TI 1998; Partecipazione ai CS giovanili Ginevra; 1° trofeo Tas W16; 2° CSI Giovanili U16W; 2° CT Staffette 3x1'000 m

Obiettivi 2013 Raggiungere ancora i limiti per i CS; ritornare sul podio ai CT Giovanili; migliorare i miei record e partecipare ancora ad eventi a squadre.

Luca Botti



Data di nascita 18.02.1995
 Domicilio Comano
 Professione Studente
 Socio Usc dal ottobre '11
 Allenatori Leonida, Renato, Sigi
 Allenamenti 6

Primati

1'500 m: 4'31''80 - Miglio: 4'58''03
 3'000 m: 10'04''00
 10 km su strada: 39'02''60

Successi 2012

3° Coppa Ticino cross; 19° CH cross; Campione Ticinese U18 1'500 m; Partecipazione Athletissima; 6° Greifensee 10 km

Obiettivi 2013:

Migliorare la tecnica di corsa, buoni risultati alla Coppa Ticino di Cross.

Flavie Roncoroni



Data di nascita 29.01.1997
 Domicilio Odogno
 Professione Liceale
 Socio Usc dal 2006
 Allenamenti 2-3
 Allenatori Leonida, Renato, Sigi

Primati

Alto: 1.51 m - lungo: 4.75 m
 80 m: 11''36 - 600 m: 1'42''57
 1'000 m: 3'10''47 - 2'000 m: 7'14''42
 3'000 m: 11'17''26 - Pentathlon: 3017 punti

Successi 2012

1° CT U16 salto in alto; 1° Kids Cup Ticino; 1° CT 3'000 m U20, 2° coppa Ticino cross U16; 7° Cross Cup Swiss Athletics; 2° Coppa Ticino U16 Podismo; 3° CS regionali U16 600 m; 2° CT U16 3x1'000 m, 3° CT U16 pentathlon, 4° CT assoluti 800 m

Obiettivi 2013

Migliorare.

Johanna Kress



Data di nascita 19.11.1996
 Domicilio Vaglio
 Professione Studentessa
 Socio Usc dal 2009
 Allenamenti 2-3
 Allenatori Leonida, Renato, Sigi

Primati

100 m: 14''29 - 400 m: 65''23
 100 m h: 19''00 - 300 m h: 56''04
 600 m: 1'43''41 - 800 m: 2'31''42
 1'000 m: 3'15''23 - 1'500 m: 5'10''11

Successi 2012

Partecipazione Athletissima 1'500 m; 10° Campionati svizzeri Cross U18; 3° CT cross U18; 5° coppa Ticino cross U18; 4° CT giovanili U18 800 m
 Partecipazione ai CS regionali (800 m) e CS giovanili di Ginevra (1'500 m).

Obiettivi 2013

Migliorare i tempi su 800 e 1'500 metri.

Atleti Usc

Valerio Lorenzetti

Data di nascita 02.08.1974
 Domicilio Curio
 Altezza e peso 1.79 / 71
 Professione Giardiniere
 Socio Usc dal 2008
 Allenamenti 2-3

Primati

5'000 m: 16'39"28
 Maratona: 2h55'39", Tenero

Successi 2012

Primo rango campionato ticinese di podismo

Terzo rango ticinese alla maratona Ticino

Primo rango alla corsa di Breno e primo ticinese alla Morat Friburgo

Obiettivi 2013

Riconfermare il titolo di podismo e migliorare nella maratona.



Leonida Stampanoni

Data di nascita 20.02.1974
 Domicilio Bigorio
 Altezza e peso 1.82 / 63
 Professione Gerente campeggio
 Socio Usc dal 20.02.1974
 Allenamenti Da 3 a 6

Primati

5'000 m: 16'44", Tesserete 2011
 10 km: 34'11", Giro Media Blenio
 Mezza: 1h15'31", Tenero '98
 Maratona: 2h56'24", Reggio Emilia
 Tesserete-Gola di Lago: 31'14"

Successi 2012

Medaglia di bronzo ai Campionati svizzeri di Cross M35 e la piena riabilitazione dopo l'infortunio.

Obiettivi 2013

Tornare a gareggiare, divertendosi e vincendo le sfide con me stesso.



Atleti Usc

Jonathan Stampanoni

Data di nascita 30.11.1970
 Domicilio Bigorio - Capriasca
 Altezza e peso 1.85 / 65-68
 Professione Docente
 Socio Usc dal 1975 (immagino...)
 Allenamenti sempre meno, variabili da 1 a 4

Primati

1'500 m: 3'56"1
 3'000 m: 8'27"46
 3'000 siepi: 9'04"37
 5'000 m: 14'31"28
 10'000 m: 31'27"14
 Mezza maratona: 1h05'48", Brittnau
 Maratona: 2h22'59", Tenero
 Tesserete-Gola di Lago: 28'11"

Successi 2012

1° rango Coppa Ticino cross e CT cross M40

Campione Svizzero di cross M40

Raggiunto gli obiettivi del 2012 (tra cui la Jungfrau marathon)

Obiettivi 2013

Continuare a divertirsi correndo e facendo altri sport. Trovare nuove gare e, visto che mi piace mantenere la parola, preferisco non prendere troppi impegni.



Maria Soldini

Data di nascita 30.11.1952
 Domicilio Comano
 Altezza e peso 1.70 / 55
 Socio Usc da Tanti anni
 Allenamenti massimo 3

Successi 2012

3° rango Kerzerslauf W60
 1° rango campionati svizzeri W60 10 km su strada a Lyss
 1° rango campionati svizzeri di maratona W60 a Zurigo
 3° rango GP Berna W60
 1° rango campionati svizzeri W60 di mezza maratona al Greifensee
 1° rango Morat-Friburgo W60
 3° rango coppa Ticino montagna W45

Primati

5'000 m: 20'14"''
 Maratona: 3h39'00"''

Obiettivi 2013

Ancora gareggiare e soprattutto divertirmi correndo.



Atleti Usc

Elia Stampanoni

Data di nascita 28.01.1977
 Domicilio Bigorio
 Altezza e peso 1.78 / 65
 Professione Ispettore agricolo e giornalista *freelance*
 Socio Usc dal 1978
 Allenamenti 4-5

Primati

1'500 m: 4'06''24 - Miglio: 4'36''09
 2'000 m: 5'57''38 - 3000 m: 9'08''74
 3'000 siepi: 9'55''45
 5'000 m: 15'48''28
 10 Km strada: 34'03'', Losanna
 Mezza : 1h13'15'', Milano
 Tesserete-Gola di Lago: 30'40'' (2010)

Successi 2012

CT cross corto:
 3° rango
 Altstadt GP Berna,
 26° rango
 Sommerlauf, 5.2
 km Scuol, 2° rango
 CT assoluti:
 4° rango 1'500 m
 CT assoluti:
 2° rango 5'000 m

Obiettivi 2013

Dimenticare gli infortuni del 2012 e tornare con rinnovato entusiasmo nei cross, sui 1'500 e sui 5mila metri, senza dimenticare alcune gare e appuntamenti su strada.



Patrizia Besomi

Data di nascita 21.02.1972
 Domicilio Tesserete
 Professione Mamma e casalinga
 Socio Usc da sempre
 Discipline Podismo, montagna, orientamento e triathlon



Mauro Perseghini

Data di nascita 1975
 Domicilio Montagnola
 Professione Ricercatore
 Socio Usc dal 2007
 Discipline Podismo



Giorgio Pongelli

Data di nascita 14.01.1981
 Domicilio Vaglio
 Professione Gessatore e pilota privato di elicottero
 Socio Usc dal 1995
 Discipline Trail running, podismo, cross, mountain bike



Gruppo giovani

2012, un anno magico

Il gruppo giovani era partito con nuovo slancio nell'autunno del 2011. A portare ulteriore freschezza è arrivata la collaborazione con il settore giovanile del Triathlon Team Capriasca. Il nucleo del gruppo è cresciuto a oltre una decina di atleti. Leonida, Renato e Sigi con l'aiuto di Sandra, Elisa e Valentina hanno guidato il gruppo lungo una stagione indimenticabile, ricca di grandi emozioni. I nostri atleti hanno proseguito il loro percorso di crescita divertendosi e impegnandosi con passione e ormai formano un gruppo unito e

motivato. I nostri giovani sono sicuramente un bell'esempio per i numerosi scolari che sono tornati ad animare i gruppi dei piccoli. Nella miriade di risultati ottenuti in stagione, ci piace ricordare le avvincenti staffette ai CT, l'ottimo CSI giovanile delle U16, i tre titoli ticinesi giovanili (uno nel mezzofondo, uno nei salti e l'altro nei lanci) e la presenza ad Athletissima di Luca e Johanna. L'intensa giornata dei CT di gare multiple ha fruttato l'ultima medaglia in stagione. Il gruppo ha potuto godersi in agosto una settimana di allenamento nel paradiso dell'Engadina. Il prossimo anno la sfida sarà proseguire su questa strada confermando l'ottima stagione senza perdere entusiasmo e passione per l'atletica.

Leonida Stampanoni



Athletissima 2012:
Usain Bolt e Johanna Kress



Risultati Usc pista

Campionati Ticinesi assoluti

1'500 metri: 4° Elia Stampanoni
 5'000 metri: 2° Elia Stampanoni
 800 metri: 4° Flavie Roncoroni
 1'500 metri: 7° Johanna Kress

Campionati Ticinesi giovanili

1'500 m U18 M: 1° Luca Botti
 Giavellotto U16, 1° Céline Vicari
 Alto U16: 1° Flavie Roncoroni
 Disco U16: 2° Céline Vicari
 Peso U16: 2° Céline Vicari
 3'000 m U20: 1° Flavie Roncoroni

Campionati regionali giovanili

2'000 m U14: 2° Simone Tattarletti
 600 m U14: 3° Simone Tattarletti
 600 m U16: 3° Flavie Roncoroni

Campionati ticinesi gare multiple

U16 W: 3° Flavie Roncoroni

CT giovanili staffette

3x1'000 m U16, 2° Rachele Botti, Céline Vicari, Flavie Roncoroni
 CSI giovanili
 U16, 2° rango Usc Capriaschese

Bestenliste uomini

60 m: 8.54, Simone Tattarletti
 600 m: 1:41.18, Simone Tattarletti
 1'000 m: 3:06.75, Simone Tattarletti
 1'500 m: 4:25.59, Elia Stampanoni,
 4:31.80, Luca Botti
 Miglio: 4:58.03, Luca Botti
 2'000 m: 7:04.69, Simone Tattarletti
 5'000 m: 16:49.58, Elia Stampanoni
 Lungo: 4.77, Simone Tattarletti
 Pallina 200: 43.17, Simone Tattarletti

Bestenliste donne

60 m: 8.33, Céline Vicari, 8.56, Siria Muschietti, 8.64, Flavie Roncoroni
 80 m: 10.69, Céline Vicari, 11.38, Flavie Roncoroni, 11.44, Siria Muschietti
 100 m: 14.26, Johanna Kress, 14.49, Valentina Scarlioni, 14.54, Charlotte Kress
 200 m: 27.88, Céline Vicari, 29.70, Nathalie Hilger, 30.41, Siria Muschietti

300 m: 45.14, Céline Vicari, 47.57, Nathalie Hilger, 49.67, Valentina Scarlioni
 400 m: 65.23, Johanna Kress, 67.44, Charlotte Kress
 600 m: 1:42.57, Flavie Roncoroni, 1:43.41, Johanna Kress, 1:47.53, Charlotte Kress
 800 m: 2:25.31, Flavie Roncoroni, 2:28.24, Johanna Kress, 2:36.08, Charlotte Kress
 1'000 m: 3:10.47, Flavie Roncoroni, 3:25.68, Rachele Botti, 3:38.12, Céline Vicari
 1'500 m: 5:10.11, Johanna Kress
 2'000 m: 7:14.42, Flavie Roncoroni
 3'000 m: 11:17.26, Flavie Roncoroni
 80 m ost. 76.2: 13.51, Céline Vicari
 100 m ost. 76.2, 19.00, Johanna Kress
 300 m ost. 76.2, 56.04, Johanna Kress
 5x80 m: 55.41, Bottini Alessandra, Hilger Nathalie, Vicari Céline, Roncoroni Flavie, Muschietti Siria
 4x100 m: 53.20, Vicari Céline, Roncoroni Flavie, Hilger Nathalie, Muschietti Siria
 3x1'000 m: 10:29.19, Botti Rachele, Vicari Céline, Roncoroni Flavie
 Olimpionica: 4:23.48, Kress Johanna, Kress Charlotte, Hilger Nathalie, Puffi Valentina
 Alto: 1.48, Flavie Roncoroni, 1.35, Siria Muschietti
 Lungo: 4.75, Flavie Roncoroni, 4.69, Céline Vicari, 4.50, Siria Muschietti
 Triplo: 9.07, Céline Vicari
 Peso 3: 9.66, Céline Vicari, 8.46, Flavie Roncoroni, 7.62, Siria Muschietti
 Disco 0.75: 26.95, Céline Vicari
 Giavellotto 600: 20.33, Elisa Pellegrini
 Giavellotto 400: 33.36, Céline Vicari
 Pallina 200: 44.32, Céline Vicari, 33.10, Flavie Roncoroni, 32.89, Siria Muschietti
 Pentathlon U16 W: 3017, Flavie Roncoroni, 2796, Céline Vicari, 2131, Siria Muschietti

Ri sul tati Usc strada

Coppa Ticino podismo

M20, 1° Valerio Lorenzetti
W45, 4° Maria Soldini
U20 M, 2° Luca Gaia
U20 M, 3° Jonathan Besomi

Coppa Ticino giovani

U16 M, 2° Simone Tattarletti
U16 W, 2° Flavie Roncoroni
U16 W, 4° Alessandra Bottini

Coppa Ticino montagna

M50, 5° Matteo Besomi
W35, 4° Patrizia Besomi-Piattini
W45, 3° Maria Soldini

Campionati svizzeri

10 km su strada Lyss:
1° W60 Maria Soldini

Mezza maratona Greifensee:
1° W60 Maria Soldini

Maratona Zurigo:
1° W60 Maria Soldini

Maratona Ticino

CT Maratona Tenero:
3° Valerio Lorenzetti

32ima Tesserete-Gola di Lago, 5 maggio 2012

6° Jonathan Stampanoni 30'00, 3° M40
12° Elia Stampanoni 32'23.50
16° Giorgio Pongelli 33'32.41
17° Luca Gaia 33'48.62, 2° U20
20° Michele Salinetti 34'09.66
24° Marzio Frigeri 34'32.41
26° Davide Jermini 34'50.18
28° Jonathan Besomi 35'12.59
34° Ralf Mureddu 35'41.66
49° Matteo Besomi 37'15.38
58° Corrado Cattaneo 38'09.12
70° Daniele Pacchiani 39'13.25
76° Giacomo Pesenti 39'28.53
77° Patrizia Besomi-Piattini 39'30.56
94° Soccorso Cresta 41'04.97
96° Omar Silva 41'16.84
102° Sofia Besomi 41'49.56
103° Andri Cloetta 42'01.81
109° Ettore Mini 42'59.66
114° Stefano Reiser 43'42.28
117° Maria Soldini 43'50.25, 3° W45
119° Nicola Balestra 43'59.88
130° Paolo Piattini 45'30.44
131° Oscar Croci 45'31.34
154° Fiorenzo Ardia 48'34.09
157° Nemorino Gianotti 48'59.09
162° Samuel Bralla 49'22.59
163° Armando Ardia 49'26.78
169° Sebastiano Gibilisco 49'47.28
173° Gianni Donati 51'02.88
191° Gioele Pellegrini 1h4'16.81
192° Claudio Pacchiani 1h4'18.75



Risultati Usc cross e staffette Asti

Campionati ticinesi

Mendrisio, 13 febbraio 2012

Cross corto, 3° Elia Stampanoni

M40, 1° Jonathan Stampanoni

M40, 2° Michele Salinetti

U18, 3° Johanna Kress

U18, 3° Luca Gaia

Coppa Ticino cross 2011/12

U14 M, 1° Simone Tattarletti

U18 M, 3° Luca Botti

M20, 4° Elia Stampanoni

M20, 5° Leonida Stampanoni

M40, 1° Jonathan Stampanoni

M40, 2° Michele Salinetti

M50, 2° Giancarlo Fraquelli

M60, 5° Sergio Stampanoni

U12 W, 2° Vera Tattarletti

U14 W, 5° Sofia Besomi

U16 W, 2° Flavie Roncoroni

U18 W, 4° Johanna Kress

W35, 5° Patrizia Besomi-Piattini

W45, 3° Maria Soldini

Classifica a squadre

1° Usc Capriaschese

Campionati svizzeri Näfels, 4 marzo 2012

M35, 3° Leonida Stampanoni

M40, 1° Jonathan Stampanoni

M40, 5° Michele Salinetti

W45, 4° Maria Soldini



Trofeo Asti staffette 2012

Categoria U12 W

1° rango Usc Capriaschese

Categoria U12 M

2° rango Usc Capriaschese

Categoria U14 W

4° rango Usc Capriaschese

Categoria U14 M

2° rango Usc Capriaschese

Categoria W15

1° rango Usc Capriaschese

Categoria M15

1° rango Usc Capriaschese



Supertrofeo

1° rango
Usc Capriaschese



AlI enamenti

Palestra scuole medie Tesserete, Arena sportiva Capriasca e Val Colla

1 e 2 elementare	Giovedì	17:15 - 18:30
3 - 4 - 5 elementare	Martedì	17:15 - 18:30
Scuole medie e superiori	Martedì e giovedì	18:15 - 20:15
Podisti adulti	Lunedì	18:00 - 20:00

Palestra scuole consortili Lamone-Cadempino

1 - 2 elementare	Giovedì	16:30 - 17:45
3 - 4 - 5 elementare	Martedì	16:30 - 18:00

Appuntamenti

Mani festazioni Usc 2013

23 febbraio	Campionati ticinesi cross in Capriasca
28 aprile	Staffetta Capriaschese (Trofeo Asti staffette)
4 maggio	Tesserete-Gola di Lago (Coppa Ticino montagna)
10-17 agosto	Campo allenamento estivo
5 giugno	5'000 metri Arena sportiva (Coppa Ticino podismo) 2'000 metri Arena sportiva (Coppa Ticino giovanile)
11 settembre	Meeting della Capriasca con Campionati ticinesi di staffetta olimpionica



USC Capriaschese
Casella postale 6
6954 Bigorio
www.uscatletica.ch
info@uscatletica.ch



Impressum

Usc Capriaschese

Sezione atletica

in redazione

Elia Stampanoni

fotografie

Archivio Usc

distribuzione

Gratuita a tutti i
soci e sostenitori

Visita il
sito internet e
leggi l'annuario
online

