

IL PODISTA

QUINDICINNALE A CURA DEL COMITATO DI COORDINAMENTO DEI GRUPPI PODISTICI DELLA PROVINCIA DI BOLOGNA - c/o ARCI-UIISP Via Riva Reno, n. 75/3
Bologna - N° I del 26 ottobre 1975

Presentazione

In genere il primo numero di ogni giornale pubblica un articolo di presentazione ai lettori; questo non è un giornale, ma semplicemente un notiziario, pur tuttavia riteniamo necessaria una presentazione se non altro per chiarire gli scopi di questa nostra iniziativa ed inquadrare i limiti.

Partiamo dunque presentando il Comitato che cura la redazione di questo notiziario; è nato sul finire dello scorso inverno quando l'ARCI-UIISP ed il CSI, raccogliendo la richiesta di alcuni responsabili dei gruppi podistici ed in particolare del gruppo Rhenania (Signor Moretti) riuscirono a convocare buona parte dei capi gruppo interessati in occasione della premiazione della Galaverna 75. In tale sede diverse persone esternarono la preoccupazione perchè il settore delle camminate non competitive, lasciato alla pur necessaria spontaneità, stava crescendo a dismisura e presentava fenomeni di speculazione ed episodi di malcostume.

Di qui la necessità di un organismo che, rappresentando i vari gruppi podistici della città e della provincia, costituisse un punto di riferimento per organizzatori ed utenti delle camminate. Seguisse con occhio critico l'andamento delle varie manifestazioni controllandone la serietà e collaborasse alla buona riuscita fornendo consigli, suggerimenti e critiche agli organizzatori.

In successive riunioni si sviluppò il tema della costituzione del Comitato e relative finalità, che furono poi individuate nei seguenti punti:

- tenendo conto dell'adesione dei principali enti di propaganda, cui fa capo maggiore parte del mondo sportivo dilettantistico (ARCI-UIISP e CSI), sollecitarono la partecipazione di tutti i gruppi podistici, onde giungere ad una effettiva rappresentatività nel settore;
- coordinare le manifestazioni podistiche, mettendo un po' d'ordine, giungere a concedere un vero e proprio benessere alle camminate riconosciute valide onde emarginare le meno serie e quelle a chiaro scopo speculativo.
- interessarsi di problemi tecnici, quali ad esempio lo studio di tabelle per allenamenti, i contatti con ditte di coppe e medaglie, la concessione di campi sportivi per allenamento, visite mediche ecc.
- pubblicare un calendario delle manifestazioni riconosciute.

Si giunge infine all'elezione di un gruppo di persone di buona volontà, in rappresentanza appunto dei gruppi, che da allora e con la collaborazione di altri colleghi impostano le basi dell'attività del Comitato. Si è eletto un Presidente (Armando MORETTI), un Segretario (Marco MAMELI), e fissata la data delle sedute nel mercoledì, alle ore 21 presso l'ARCI-UIISP che ha gentilmente fornito la sede e l'assistenza tecnica; si sono compilate schede di valutazione di ogni caminata effettuata, onde avere elementi di giudizio per il futuro; si sta curando la stesura di un regolamento (di cui parleremo diffusamente in altra circostanza); si è infine istituito un registro delle camminate, con relativo calendario.

Lo scopo di questo notiziario è quindi quello di diffondere tale calendario, onde fornire a gruppi e organizzatori o camminatori isolati una periodica e completa fonte di informazione; oltre a ciò avremo note varie relative al settore podistico quali ad esempio cronache e valutazioni di camminate già avvenute, disquisizioni su argomenti di carattere più generale e notizie delle iniziative che ci interessano, curiosità, classifiche, ecc.

Un programma quindi di un certo impegno per il quale sollecitiamo la collaborazione degli appassionati di podismo; le righe di questo notiziario sono a disposizione di chi abbia qualcosa di interessante da dire, qualche proposta da fare, qualche critica da avanzare. L'appuntamento è per tutti come al solito il mercoledì alle sedute del Comitato dove, in un'atmosfera scevra da formalità, si discute, si chiacchera (a volte si baruffa) dei nostri comuni problemi e dove attendiamo quindi qualcosa da pubblicare.

CALENDARIO

CAMMINATE OMOLOGATE DAL COMITATO

- 26 Ottobre 1975 = 3° GIRO DAL MEZ MOND - LAVINO DI MEZZO =
partenza ore 9 - Km. 14 campestre e asfalto - tempo massimo ore 3 - iscrizioni L. 1.500 (per i gruppi chiusura alle ore 24 del 24/10/75) medaglia artistica scultura coniata per l'occasione - sette categorie con premi ai primi tre di categoria - tre società a punteggio e 10 a numero di iscritti premi non cumulabili - ristori e assistenza medica.
- 4 Novembre 1975 = 1ª CAMMINATA GRAM PREMIO SIMONINI =
partenza ore 9 - Km. 13 tutto su strade secondarie tempo massimo ore 3 - iscrizioni L. 1.000 (per i gruppi chiusura alle ore 21 del 3/11/75) - ritrovo e iscrizioni Bar Rinascita Via S. Donato 99 - artistica medaglia in bronzo - 8 categorie - premi ai primi 3 di categoria - 8 gruppi più numerosi - premi a sorteggio - ristori, assistenza medica.
- 9 Novembre 1975 = 1ª SGAMBE' ed NUAMBAR = partenza ore 9 - Km. 14 e 300 metri tutto su strada asfaltata - tempo massimo ore 3 - iscrizioni L. 1.000 (chiusura iscrizioni per i gruppi ore 20 dell'8/11/75, per i liberi fino alle ore 24 dello stesso giorno 8)
MINI CAMMINATA di Km. 4 con partenza ore 9.15 - ritrovo presso Bar Sport Via Toscana 122 - medaglia ricordo - 8 categorie - premi ai primi 10 assoluti, 15 di categoria, 10 gruppi più numerosi - 200 premi a sorteggio, ristori e assistenza medica.

ALTRE CAMMINATE

- 26 Ottobre 1975 = RASTIGNANO-PADERNO-RASTIGNANO = G.S. PALAZZACCIO
partenza ore 9 - Km. 11.500 - 7 categorie - iscrizioni L. 1.500.
- 9 Novembre 1975 = SILLA - Km. 15 - partenza ore 9,30 - L. 1.500 - 6 categorie, A.E.F. coppa ai primi 10 - B.C.D. coppa ai primi 15 - 10 gruppi numerosi e medaglia a tutti.
- 9 Novembre 1975 = 1ª CORSA ALL'ORO - partenza ore 9 - Km. 14 - Quartiere S. Donato Bar Nino - iscrizioni L. 1.500. 1° e 2° assoluti medaglia d'oro, 3° 4° e 5° coppa 5 gruppi più numerosi - iscrizioni gruppi fanno il giorno 8/11/75.

RISULTATI DELLE CAMMINATE AVVENUTE IN SETTEMBRE

Settembre, mese di camminate, tante (troppe) ogni domenica dopo la pausa estiva; gli organizzatori impegnatissimi con coppe, medaglie, percorsi e propaganda per emergere fra tanta agguerrita concorrenza; i camminatori, perplessi per le difficili scelte, che corrono da una manifestazione all'altra e camminano in lungo e in largo attraverso le campagne bolognesi.

Infatti, abbandonate le montagne ed i boschi estivi, le camminate ora sono per lo più fra i campi, con l'erbetta ancora bagnata di rugiada le aie dei cascinali con i contadini che ti offrono del buon vino traditore, le vigne cariche di grappoli pronti per la vendemmia ed altre bucoliche visioni. Ecco alcune impressioni e notizie sulle più recenti manifestazioni:

- BAGNAROLA di BUDRIDO = domenica 7/9/75, pomeridiana, Km. 12 (1^a Camminata Campestre) - partecipanti circa 60 -
Scarsa partecipazione per una manifestazione che avrebbe meritato qualcosa di più per la serietà con cui è stata organizzata; percorso a zig-zag per i campi sufficientemente segnalato; medaglia incisa a tutti e 8 fra coppe e targhe distribuite; rifornimento di zucchero e tè, all'arrivo, vino gratis per tutti.
- CADRIANO = domenica 14/9/75 - Km. 13 (8^a Camm. fra i Campi) - partecipanti 150 circa - Anche in questo caso scarsa partecipazione per motivi di concorrenza con altre manifestazioni; buona l'organizzazione che avrebbe affrontato anche un più elevato numero di partecipanti; percorso scelto accuratamente senza tratti in asfalto, tutto su cavedagne con caratteristico "profumo" di barbabietola e di fettuccia; 15 fra coppe, targhe e medaglioni - fra i Gruppi numerosi il Bar Gotti, il D.L.F., la Fiacca e Debolezza e la Tartaruga.
- LONGARA = 21/9/75 - Km. 14 (3^a CAMMINATA CAMPAGNOLA) - partecipanti 503.
L'ottima manifestazione organizzata dal G.S. Longara si è svolta anche quest'anno con la massima regolarità; buono il percorso (ridotto per i bambini), buona la segnaletica (molto apprezzata l'indicazione chilometrica decrescente), buono il ristoro; ottima sotto tutti gli aspetti la premiazione, sia per la velocità e l'esattezza nella compilazione delle classifiche sia per il notevole monte premi; erano disponibili infatti oltre 30 fra trofei e coppe per premiazioni individuali e 22 per la classifica di società e per società numerose. Oltre 150 premi a sorpresa hanno contribuito a soddisfare anche gli esclusi dalla premiazione.

Questi alcuni dei risultati:

1^o assoluto Arsenio ROSATI - 1^o Gruppo a punteggio AQUADELA
1^o BAR GOTTI nelle classifica dei gruppi più numerosi.

L'ANGOLINO DEL FILATELICO

Questa rubrica, che apparirà periodicamente su il "IL PODISTA", è dedicata a quanti di noi si dilettono di filatelia e marcofilia; in essa vi saranno segnalate le novità del campo e gli indirizzi degli uffici emittenti.

In questo primo incontro desidero innanzi tutto svelare ai non iniziati cosa sia la marcofilia: marcofilia è colui che raccoglie e colleziona buste e cartoline emesse in occasione di manifestazioni e celebrazioni varie, di importanza nazionale ed internazionale, e per le quali le poste hanno concesso l'uso di un annullo particolare attinente la celebrazione stessa.

Nel prossimo numero inizieremo a parlare degli annulli tematici relativi al podismo.

VITA DI SOCIETA'

Fra i vari gruppi o società sportive che praticano il podismo a Bologna il G.S. RHENANIA si sta inserendo nel novero delle società che hanno confermato come questo sport, se praticato con entusiasmo, sia di grande beneficio fisico e morale per i rapporti che crea fra i suoi praticanti. Nato con l'intento di continuare un contatto che esulasse dal puro rapporto lavorativo fra i dipendenti della s.n.c. Rhenania Elettrodomestici, sostenuto fattivamente dai presidenti Sigg. Silvana e Nino Soldaini, guidato dai direttori sportivo e tecnico, fratelli Moretti, si sta sviluppando sul piano agonistico come una formazione di tutto riguardo. Composto da una trentina di atleti, fra i quali primeggiano, negli ordini di arrivo delle varie camminate, Gabrielli, Sciarabba, Marchesini, Masi, Frugeri, Castagnini e fra le donne Strazzari e Renzi, già tutti vincitori di coppe nelle loro categorie; hanno fatto passi veramente notevoli considerando i loro piazzamenti nelle classiche come la Maratona di Faenza, la staffetta 5x5000 di Imola e la 100 KM. Firenze-Faenza. Si può quindi plaudire l'entusiasmo di questi ragazzi che, pur lavorando durante il giorno, ottengono risultati positivi anche in uno sport che richiede notevole spirito di applicazione.

ARMANDO MORETTI

CHE COSA E' IL VEGETARISMO

Essere vegetariano non è una stravaganza, non è una eccentricità, non è una moda: è un modo di vivere che giova alla salute, sconosciuto ai più, oppure antico quanto l'umanità. Esso significa tornare il più possibile alla natura, ai cibi sani e genuini, a quei vegetali che danno vigore e sicurezza, resistenza e serenità; non per nulla "vegeto" e "vegetale" derivano da una comune radice latina.

Certo, il vegetariano si astiene dalla carne e da tutti i cibi che implicano l'uccisione di animali, ma egli sa che da questa omissione trarrà tanti e tali benefici da rendere agevole ciò che al comune pregiudizio può apparire grande sacrificio. Senso di leggerezza e di vigore, maggiore resistenza fisica, diminuita eccitabilità, maggiore resistenza alla malattia, sono constatazioni quotidiane dei vegetariani.

A coloro, poi, che per inclinazione personale, aspirano ad una elevazione di sé stessi e della società, nel rispetto per la natura e nell'amore per la vita in tutte le sue forme, il vegetarianismo offre la possibilità di vivere affratellati nel comune ideale: un ideale che muove dalla non violenza.

Letto, se queste cose trovano una qualche rispondenza in te, avvicinati, troverai una comprensione ed accoglienza cordiali.

Gli interessati possono scrivere a:

ASSOCIAZIONE VEGETARIANA ITALIANA - Via dei Plattis - 20123 MILANO

oppure alla

SEZIONE EMILIANA - Viale Zanolini 23 - 40123 BOLOGNA - Residente Fredi Ing. Walter

FOSCO SERVADEI

CAMMINANDO IN LIBRERIA

Già da alcune settimane si trova in libreria il volume, edito per i caratteri della LEB di Torino, scritto dal noto campione Franco Arese in collaborazione con Gianni Romeo e che porta il titolo "CORRERE IN SALUTE E IN ALLEGRIA". Prezzo del volume L. 2.500. In circa 160 pagine viene trattata la corsa a livello amatoriale in ogni suo aspetto: ginnico, medico, dietetico, mentre al lato competitivo sono riservate poche pagine. In calce è riportato un prezioso, anche se incompleto, elenco delle principali manifestazioni podistiche competitive e non che si svolgono ogni anno in Italia.