

Il Corriere del Neugries

INVERNO 2026

Cari Soci e Amici dell'ASC Neugries,



Prima di tutto vorrei cogliere l'occasione per ringraziare di cuore il nostro Roland, che per oltre 18 anni ha ricoperto la carica di presidente dell'associazione, per il suo instancabile impegno, la sua dedizione, la sua affidabilità, la sua professionalità e la sua pazienza. Oltre al suo lavoro già di per sé impegnativo, ha dedicato innumerevoli ore all'associazione a titolo volontario, guidandola in modo collegiale, se non addirittura amichevole, sempre all'insegna del rispetto e tenendo conto degli interessi dell'organizzazione. Allo stesso tempo, ha sempre dimostrato grande sensibilità nei confronti di noi colleghi del consiglio direttivo e ci ha sostenuto al meglio nella ricerca di soluzioni ai nostri problemi, piccoli o grandi che fossero.

Ecco perché per me, in qualità di nuova presidente, non sarà facile seguire le sue orme. Mi rassicura molto, però, sapere che Roland continuerà a far parte del consiglio direttivo e mi sosterrà attivamente.

Come molti di voi, sono entrata a far parte dello Sportclub Neugries grazie ai miei figli. Mia figlia giocava a pallavolo con Ossi e Pauli, mentre mio figlio giocava a calcio, e ricordo ancora perfettamente come lui e i suoi compagni di classe venissero accompagnati da Mario fino in via Resia. L'associazione mi è piaciuta fin da subito per l'atmosfera amichevole. E c'era sì ambizione sportiva, ma anche quando qualche risultato non era all'altezza delle aspettative, non era certo la fine del mondo. Abbiamo riso e festeggiato insieme, e poi, in occasione delle celebrazioni per il trentesimo anniversario dell'associazione, mi sono iscritta al gruppo di corsa creato proprio per l'occasione e mi sono preparata insieme a tutti gli altri per partecipare alla Maratona di Berlino. Era il 2010. Nel 2011 sono stata eletta nel consiglio direttivo; negli anni successivi ho creato la sezione di atletica leggera e oggi sono a capo dell'associazione.

Per il mio mandato ho inoltre definito alcuni punti chiave che dovremmo affrontare insieme come associazione, ovvero:

- elaborazione di un codice etico per l'intera associazione
- impiego di energie e risorse per la formazione continua e l'aggiornamento professionale di tutti i responsabili di sezione, dei loro allenatori, istruttori e collaboratori, a beneficio di tutti gli sportivi, siano essi bambini, adolescenti e/o adulti, con il massimo coinvolgimento possibile del contesto familiare nel caso dei bambini
- progetto sulla sostenibilità in collaborazione con l'Ökoinstitut e
- intensificazione della ricerca di nuovi collaboratori volontari.

Mercatino dell'usato di articoli da sci il 7/11/2026

Il giorno 7 novembre 2026 si terrà il tradizionale mercatino dell'usato di articoli da sci.

Dove: cortile interno del Centro comunitario Maria Heim, Via Novacella 5.

Consegna degli articoli: dalle ore 08:00 alle ore 10:00

Vendita: dalle ore 11:00 alle ore 15:00

Ogni articolo offerto deve essere dotato di etichetta, sulla quale dovranno essere riportate e leggibili le seguenti informazioni: nome e cognome del proprietario, numero di telefono, descrizione dell'articolo, prezzo, eventuale taglia.

Si accettano i seguenti articoli: sci (di qualsiasi tipo), bastoncini da sci, scarponi da sci, caschi, pattini, attrezzatura per hockey su ghiaccio, slittini, abbigliamento sportivo invernale per bambini e ragazzi.

Il 15% del prezzo di vendita (l'importo sarà arrotondato) verrà trattenuto dall'associazione come rimborso spese.

Importante: l'organizzatore dell'evento declina qualsiasi responsabilità relativamente a false dichiarazioni, danni o furto.

Il mercatino si terrà all'aperto. Per ulteriori informazioni si prega di rivolgersi a info@neugries.it



Da parte mia, posso assicurarvi che farò del mio meglio e, se anche le cose non dovessero andare come dovrebbero, ne trarrò sicuramente un insegnamento.

Non sarà un percorso facile. Sono certa che da sola non ce la farei, ma sono anche convinta che, lavorando in squadra con i colleghi del consiglio direttivo e gli amici, potremo percorrere insieme questa strada per il bene dell'associazione.

Saluti sportivi,

Thea Kelderer





Da sinistra a destra: Christian Huber, Norbert Pircher, Lukas von Lutterotti, Hugo Rautscher, Helmuth Ganthaler, la nuova presidente Thea Kelderer, Walter Gargitter, il presidente uscente, ma al contempo nuovo membro del consiglio direttivo Roland Lahner, Kilian Bedin, Alessandro Palmitano, Claudia Picus, Gaetano Corbo, Fabian Wieser, Eva Prossliner, il nuovo membro del consiglio direttivo Emiddio Ingenito, Oswald Vigi e Alfred Profanter.

Lo SC Neugries punta sulla continuità e su nuovi impulsi

Con l'assemblea generale dei soci dello SC Neugries, tenutasi il 23 aprile 2026 nella Sala a cassettoni del centro Maria-Heim, si è ufficialmente concluso il mandato del precedente consiglio direttivo dell'associazione. In tale occasione, i soci dell'associazione hanno ribadito la loro fiducia nella dirigenza attuale: tutti i 16 membri del consiglio direttivo in carica sono stati rieletti per il nuovo mandato 2026-2029. È stato nominato nuovo membro dell'organo direttivo **Emiddio Ingenito**, per cui d'ora in poi il consiglio sarà composto da 17 membri. Cinque giorni dopo l'assemblea generale, il consiglio direttivo neoeletto si è riunito per la sua prima seduta. Sotto la guida di Helmuth Ganthaler, il membro più anziano, è stata eletta la nuova dirigenza dell'associazione e sono state definite le linee guida organizzative per i prossimi tre anni.

Dorothea "Thea" Kelderer è stata eletta all'unanimità nuova presidente dello SC Neugries. Nel suo discorso di ringraziamento ha sottolineato l'importanza di una collaborazione proficua all'interno del consiglio direttivo e ha invitato tutti i membri a partecipare attivamente. L'ex presidente Roland continuerà a far parte dell'associazione in qualità di membro del consiglio direttivo, e metterà a disposizione la sua pluriennale esperienza, in particolare nel settore finanziario e delle sponsorizzazioni. Su proposta della nuova presidente, Lukas von Lutterotti è stato eletto all'unanimità vicepresidente. Lukas assume il ruolo già ricoperto da Kilian Bedin e affiancherà Thea in qualità di vice. La nuova presidente ha ringraziato espressamente Kilian per il prezioso lavoro svolto in qualità di vicepresidente negli ultimi anni. Nel corso della riunione è stata inoltre presentata la riparti-

zione dei compiti all'interno dell'organo direttivo. Il nuovo organigramma si propone come base flessibile per l'ulteriore sviluppo e il riorientamento dell'associazione. A tal proposito, occorre prestare particolare attenzione al reclutamento di nuovi collaboratori, nonché di volontari. In particolare, i genitori dei numerosi bambini e ragazzi attivi nell'associazione dovranno essere coinvolti maggiormente nella vita associativa in futuro.

Grazie a un mix di continuità e nuovi impulsi, lo SC Neugries guarda con fiducia al prossimo mandato. La rielezione del collaudato consiglio direttivo e la nuova dirigenza creano le condizioni ideali per proseguire il percorso di successo dell'associazione nei prossimi anni.



Grazie per l'impegno pluridecennale al servizio dello SC Neugries

Ad aprile si è conclusa per alcuni funzionari di lunga data dello SC Neugries un'importante fase della loro attività di volontariato. L'associazione ha colto l'occasione dell'assemblea generale dei soci per rendere omaggio a queste personalità che hanno influenzato e contribuito a plasmare la società sportiva nel corso di molti anni.

I riflettori erano tutti puntati su **Roland Lahner**, che ha ricoperto la carica di presidente dello SC Neugries dal 2008 al 2026. Per oltre 18 anni ha guidato l'associazione con straordinario impegno, grande competenza e notevole lungimiranza. Grazie alla sua esperienza come commercialista, ha diretto lo SC Neugries con grande professionalità e gettato basi solide per lo sviluppo continuo della società sportiva.

Ma Roland Lahner è stato molto più di un oculato amministratore. Con il suo modo di fare affabile, ha saputo coniugare serietà e obiettività con una buona dose di umanità e socievolezza. Ha promosso la coesione all'interno del consiglio e ha contribuito in modo determinante a trasformare un organo direttivo in una comunità solida. La sua attività ha lasciato un segno indelebile nella storia dello SC Neugries. Ci fa quindi particolarmente piacere sapere che continuerà a far parte del consiglio direttivo dell'associazione.



Un ringraziamento speciale va anche a **Kilian Bedin**, che per oltre un decennio ha ricoperto la carica di vicepresidente. Grazie alla sua grande affidabilità, alla sua competenza mirata e al suo spiccato senso

di responsabilità, è stato un pilastro fondamentale della dirigenza dell'associazione. Ha sempre rappresentato lo SC Neugries con competenza e credibilità, dando un importante contributo allo sviluppo positivo della società. Anche dopo aver lasciato la carica di vicepresidente, Kilian rimarrà legato all'associazione e continuerà a seguire l'organizzazione della sezione Fitness. Per questa fedeltà e disponibilità merita il massimo riconoscimento.



Oltre a presentare i cambiamenti nella dirigenza dell'associazione, sono stati premiati anche due responsabili di sezione di lunga data per il loro prezioso lavoro. Nella sezione calcio, **Gaetano Corbo** dopo nove anni cede il testimone al suo successore, Emiddio Ingenito. Dal 2017, Gaetano ha guidato con grande impegno la sezione più grande dell'associazione, contribuendo in modo determinante allo sviluppo sportivo e organizzativo del calcio presso lo SC Neugries. Il suo impegno a favore delle giocatrici e dei giocatori, degli allenatori e delle famiglie ha contribuito a plasmare la sezione nel corso di molti anni.

Un momento davvero speciale è stato il saluto a **Walter Gargitter** alla guida della sezione ciclistica per ben 27 anni, dal 1999 al 2026. Con passione, tenacia e grande dedizione ha fatto sì che la sezione diventasse parte integrante della vita dell'associazione. Grazie al suo impegno, molti appassionati di ciclismo hanno trovato nello SC Neugries la loro "casa" sportiva. È ora Norbert Pircher, già membro dell'associazione, ad assumersi la responsabilità del futuro di questa sezione. Lo SC Neugries ringrazia Roland Lahner, Kilian Bedin, Gaetano Corbo e Walter Gargitter per lo straordinario impegno, il tempo dedicato, le idee e il profondo legame con la società. Un lavoro prezioso, a titolo volontario, che ha influenzato in modo determinante lo SC Neugries per molti anni e contribuito in modo decisivo allo sviluppo delle solide basi dell'associazione.

Per tutto questo, diciamo con tutto il cuore: grazie!

ADESIONE & ISCRIZIONE CORSI ONLINE

presso l'ASC Neugries

1. Diventa socio!



È possibile effettuare la richiesta di adesione sulla nostra homepage. Nella pagina principale potrai effettuare comodamente online, oppure tramite bonifico, il pagamento del contributo di adesione.

- Per bambini e ragazzi **fino a 16 anni** il contributo di adesione annuale è pari a **10 €**.
- Per soci **di età superiore a 16 anni**, l'importo è pari a **20 €**.

L'adesione all'associazione è il prerequisito necessario per prendere parte ai nostri corsi e a tutte le nostre attività per il tempo libero.

Diventa socio



È possibile effettuare il pagamento con carta di credito, carta di debito oppure tramite bonifico bancario.

2. Prenota un corso!

Iscrizione ai nostri corsi.



Importante: potrai iscriverti a tutti i nostri corsi sulla homepage solo dopo aver richiesto l'adesione e pagato il contributo.

Anche la quota di iscrizione ai corsi può essere pagata attraverso il portale o con bonifico bancario.

Iscrizione ai corsi



È possibile effettuare il pagamento con carta di credito, carta di debito oppure tramite bonifico bancario.

Dopo la prenotazione riceverai una email che ti informerà dell'avvenuta verifica e conferma dell'iscrizione.

L'ASC Neugries ti augura tanto divertimento con i nostri corsi e le nostre attività!

SEZIONE FITNESS

 **Kilian Bedin**
+39 335 70 19 420
kilian.bedin@gmx.net



GINNASTICA DELLA SALUTE FEMMINILE

La ginnastica della salute è un'attività fisica delicata e completa. L'obiettivo di questo corso è individuare e sciogliere i punti di tensione, rafforzare la muscolatura trascurata e riacquistare una vivida consapevolezza del proprio corpo. La ginnastica della salute aiuta a tornare e mantenersi in salute a lungo. L'obiettivo è compensare i deficit provocati da anni di trascuratezza e prevenirne di nuovi. Indicata a qualsiasi età!

Dove: Palestra Scuola Elem. Pestalozzi (viale Europa)
Quando: lunedì dalle 18.30 alle 19.30
Inizio-fine: 05.10.2026 - 26.04.2027

Contributo al corso: 240 € (cod. versamento: GG2)

Partecipanti: minimo 10
Istruttrice: Catrin Rocca, con la direzione di Christian Villella di "Osteopatia Alto Adige"

GINNASTICA PER LA SCHIENA E STRETCHING

A causa della mancanza di attività fisica nella nostra quotidianità, spesso i muscoli profondi di collo, ventre e schiena sono molto indeboliti e non riescono a stabilizzare sufficientemente la colonna vertebrale. Le conseguenze sono posture scorrette, ricorrenti problemi a schiena e collo o addirittura ernie discali. Allenando correttamente e miratamente tali muscoli è possibile rafforzare il corsetto muscolare, affinché la nostra colonna vertebrale riesca a sopportare lo stress quotidiano. In combinazione a delicati esercizi di mobilità ed allungamenti mirati è possibile alleviare e prevenire i disturbi alla schiena.

Dove: Palestra Scuola Professionale (Via Roma)
Quando: giovedì dalle 19.00 alle 20.00
Inizio-fine: 08.10.2026 - 29.04.2027

Contributo al corso: 240 € (cod. versamento: RÜCKEN1)

Partecipanti: minimo 10
Istruttrice: Noemi Castellan, con la direzione di Christian Villella di "Osteopatia Alto Adige"

...

Dove: Palestra Scuola Elem. Pestalozzi (viale Europa)
Quando: lunedì dalle 19.30 alle 20.30
Inizio-fine: 05.10.2026 - 26.04.2027

Contributo al corso: 240 € (cod. versamento: RÜCKEN2)

Partecipanti: minimo 10
Istruttrice: Catrin Rocca, con la direzione di Christian Villella di "Osteopatia Alto Adige"

PRESCIISTICA

Pronti per l'inverno! Con esercizi di fitness per gli sport invernali ci prepariamo alla stagione invernale e non solo... Vieni anche tu!

Dove: Palestra Scuola Professionale (Via Roma)
Quando: lunedì e mercoledì dalle 19.00 alle 20.00
Inizio-fine: 05.10.2026 - 28.04.2027

Contributo al corso:
240 € per 1 ora di corso/settimana
300 € per 2 ore di corso/settimana
(codice per il versamento: SKI)

Partecipanti: minimo 10
Istruttore: Roberto Lazzarotto, professore di educazione fisica



I partecipanti dell'anno precedente hanno la priorità per l'iscrizione. Le nuove iscrizioni effettuate durante la pre-iscrizione saranno inizialmente inserite in lista d'attesa e verranno ammesse solo in caso di posti disponibili.

YOGA PER ADULTI

La disciplina dello YOGA unisce riflessioni filosofiche a esercizi mentali e fisici. I pilastri dello yoga sono gli esercizi di respirazione, la meditazione, le asana, il rilassamento e una corretta alimentazione. Corpo, mente e anima devono essere uniti. La parola Yoga significa letteralmente proprio questo: unire.

Dove: Centro Comunitario Maria Heim
(Via Novacella 5)

Quando: lunedì dalle 18.00 alle 19.00

Inizio-durata: 12.10.2026 - 10 unità

Contributo al corso: 180 € (cod. versamento: YOGA)

Partecipanti: minimo 10

Direzione: ancora da definirsi

GINNASTICA ARTISTICA CREATIVA PER RAGAZZE

Durante le lezioni, le ragazze impareranno le basi della ginnastica artistica a terra, sul trampolino e sulla trave. Apprenderanno anche semplici coreografie ed esercizi di riscaldamento con musica. Impareranno a conoscere il proprio corpo e si favorirà la coordinazione, la mobilità, la concentrazione e le competenze motorie.

Dove: Scuola Media Albert Schweitzer (viale Europa)

Quando: **Bambine di 5 – 8 anni:**
mercoledì, dalle 16.15 alle 17.15

Inizio-fine: 07.10.2026 - 28.04.2027

Contributo al corso: 240 € (cod. versamento: KINDER)

Partecipanti: max. 15 per gruppo

Istruttrice: Adriana Minici - Allenatrice Federale (Fgi)

CAPOEIRA PER BAMBINI

La Capoeira è una forma di danza e lotta brasiliana con accompagnamento musicale. Si concentra su movimenti acrobatici e ritmici. Si provano e rafforzano ludicamente nuovi schemi motori, per favorire un sano benessere fisico. Tale benessere è oggi più che mai importante. Si dovrebbe soprattutto incoraggiare il bisogno naturale dei nostri figli a muoversi e a vivere nuove esperienze nel loro ambiente, affinché diventino parte della comunità. In questo frenetico mondo, anche i ragazzi hanno bisogno di un momento per sé stessi, per sviluppare o mantenere una sicura ed equilibrata consapevolezza del proprio corpo.

La Capoeira allena il corpo e rafforza la comunità con divertimento e serenità!

Bambini dai 4 agli 8 anni

Dove: ASD Simply Dancers (via Giotto 21, BZ)

Quando: martedì dalle 17.00 alle 18.00

Inizio: 22.09.2026 (martedì 15.09 prova gratuita)

Fine: 18.05.2027

Contributo al corso: 240 € (cod. versamento: CAP)

Partecipanti: minimo 10

Bambini dai 9 agli 14 anni

Dove: ASD Simply Dancers (via Giotto 21, BZ)

Quando: martedì dalle 18.00 alle 19.00

Inizio: 22.09.2026 (martedì 15.09 prova gratuita)

Fine: 18.05.2027

Contributo al corso: 240 € (codice per il versamento: CAP)

Partecipanti: minimo 10

Contatto: www.capoeira-bz.it,

Numero di telefono: 3383126808

NUOTO

Finalmente possiamo tornare ad organizzare le nostre tanto amate ore di nuoto. 2x alla settimana è possibile nuotare ad orari flessibili. Dai principianti agli avanzati: tutti sono benvenuti!

Organizzazione: Karl Wolf - Tel. 0471 920 966 o 338 221 98 49

Dove: Piscina coperta del Liceo Scientifico (via Fago)

Quando: giovedì dalle 20.00 alle 22.00
sabato dalle 17.00 alle 19.45

Inizio-fine: 22.10.2026 - 09.05.2027

Istruttore di nuoto: Mirko Sabotha

Contributo al corso: 180 € (cod. versamento: NUOTO)

Termine ultimo per l'iscrizione online:

Sabato, 14 novembre 2026

I ragazzi fino a 16 anni possono nuotare gratuitamente se accompagnati da un genitore.



ZUMBA®

ZUMBA® è un programma di danza e fitness con musica e stili di ballo sudamericani e internazionali, ispirato alla gioia di vivere tipica del mondo latino. Una combinazione perfetta per un percorso di fitness dinamico, entusiasmante e molto efficace. Un corso di ZUMBA – chiamato anche ZUMBA Fitness-Party – alterna ritmi e sequenze di movimento di diversa intensità a workout aerobici e di fitness, per un equilibrio ottimale tra allenamento di resistenza e sviluppo della muscolatura corporea con effetto modellante.

I corsi ZUMBA® sono rivolti a tutti, in quanto non è richiesta alcuna conoscenza o abilità nella danza.

Dove: Palestra Scuola Elem. Pestalozzi (viale Europa)

Quando: martedì dalle 19.00 alle 20.00

Inizio-fine: 06/10/2026 - 27/04/2027

Contributo al corso: 240 € (cod. versamento: ZUMBA)

Partecipanti: minimo 10

Istruttrice: Sheila Johanna Jara Perez Palma – istruttrice di Zumba

Per qualsiasi informazione chiamare il seguente numero dal lunedì al venerdì:

+39 335 7019420 (referente: Kilian Bedin).



i Dorothea Kelderer
+39 338 67 83 524
marathea@tiscali.it



Il primo semestre dell'anno podistico 2026 è già finito e noi non riusciamo più a ricordare quanto facesse freddo a gennaio, febbraio e marzo, mentre la sera svolgevamo le sessioni di allenamento al Campo Coni o facevamo i nostri giri di corsa con pantaloni lunghi, maglie a maniche lunghe, berretto e guanti. Attualmente, invece, a causa delle alte temperature, possiamo allenarci solo nelle prime ore del mattino o in zone più fresche, come ad esempio a Sarentino o al lago di Valdurna, indossando magliette senza maniche e pantaloncini.

Ciononostante, abbiamo già disputato diverse gare, e precisamente:

Corrinverno, Horn Attacke, Corsa del paese di Sarentino, Trail del Drago, Corsa notturna a Pescara, Mezze maratone a Verona, Cervia, Praga, Firenze, Rimini, Padova, Lago d'Iseo, Saslong, Lago di Levico, Monte Baldo Trail e maratone sul Lago di Garda, a Padova, a Boston e a Città del Capo. Anche quest'anno sono già stati conquistati diversi podi.

Degno di nota è il risultato sportivo del nostro **Davide**, che alla maratona di Boston, la più antica e una delle più impegnative per il percorso, ha fatto registrare un tempo record di 2 ore, 33 minuti e 27 secondi, classificandosi al 4° posto tra gli italiani.

Complimenti al nostro velocissimo Davide!

Highlight della stagione 2026: mezza maratona del Lago d'Iseo

Come ogni anno, anche questa volta abbiamo scelto insieme il momento clou della nostra stagione. Le opzioni includevano la mezza maratona di Padova e le competizioni di Milano ("Stramilano"), del Lago d'Iseo e di Trieste. La scelta si è poi ristretta alla mezza maratona del Lago d'Iseo e a quella di Trieste, e alla fine la maggioranza del gruppo ha deciso di partecipare alla seconda edizione della mezza maratona del Lago d'Iseo il 2 giugno 2026.

Il percorso si snoda attraverso alcuni dei paesaggi più belli dell'intera zona del Sebino, con partenza da Iseo e arrivo a Pisogne. I corridori possono godere di una splendida vista su Monte Isola da un lato e, dall'altro, del panorama sui vigneti, sui frutteti e sugli uliveti, tipici del

paesaggio lacustre.

Il giorno della gara il tempo era tutt'altro che bello: durante il viaggio in treno da Pisogne a Iseo pioveva a dirotto, ma poco prima della partenza fortunatamente il cielo si è schiarito, e così è stato possibile percorrere il tracciato con una temperatura ideale. Circa due ore e mezza dopo ha ricominciato a piovare a dirotto, il che ha comportato, da un lato, difficoltà nella misurazione dei tempi e, dall'altro, la decisione da parte degli organizzatori di annullare la premiazione dei vincitori (assoluti e di categoria). Anche i partecipanti ancora in gara hanno dovuto fare i conti con queste condizioni meteorologiche avverse e sono arrivati al traguardo completamente fradici. Per fortuna ai nostri corridori è stato risparmiato tutto questo.

Come in ogni gara stagionale, che si tratti di una maratona o di una mezza maratona, prima della partenza ogni partecipante

annota il tempo di percorrenza stimato, che viene poi confrontato al termine della competizione con quello effettivamente impiegato, il cosiddetto "realtime". Chi si avvicina di più al tempo stimato viene nominato "maestro delle stime".

Lukas, che ha mancato il suo tempo stimato (1'36"59) di soli 13 secondi (1'37"12), è diventato così il nostro maestro delle stime 2026. **Complimenti Lukas!**

Evento di beneficenza: corsa a staffetta "Run for Life" - 136 km

Il 23 maggio 2026 si è svolta anche quest'anno la corsa di beneficenza "run for life", dal Brennero a Salorno, a favore dell'Associazione Alzheimer ASAA e di Parkinson Aktiv.

10 squadre - 75 uomini e 50 donne - hanno percorso complessivamente 1.320 km.

L'obiettivo non era stabilire record personali o primati, ma mettere al centro l'empatia e il sostegno alle persone affette da demenza e dal morbo di Parkinson. Inoltre, occorre sensibilizzare maggiormente l'opinione pubblica su queste due patologie e promuovere l'attività fisica come strumento per mantenere il cervello in salute e potenzialmente rallentare la progressione della malattia.

Purtroppo non ho potuto prendere parte a questo evento di beneficenza, perché il 24 maggio avevo in programma la maratona di Città del Capo. In ogni caso, la partecipazione con due squadre della nostra associazione, composte in totale da 10 donne e 8 uomini, ha avuto un significato speciale per me, dato che mio padre ha sofferto per anni del morbo di Parkinson.

Lago di Resia addio

Quando, nel gennaio 2026, il Giro del Lago di Resia - già in programma per l'11 luglio - è stato improvvisamente annullato dopo 25 anni, nessuno riusciva a crederci. Ma quello che all'inizio sembrava uno scherzo di cattivo gusto era purtroppo la realtà. La corsa, svoltasi per la prima volta nel 1996 con 157 partecipanti e che in alcune occasioni aveva attirato fino a 4.000 corridori, è ormai solo un ricordo.

Tra i motivi alla base della decisione dell'Associazione Podistica della Val Venosta sono stati citati la crescente burocrazia, l'aumento degli oneri organizzativi e finanziari, la carenza di volontari, l'abbandono di membri di lunga data del team organizzativo e il ritiro di Gerald Burger, qualunque ne sia la ragione.

Da appassionata podista, posso solo dire che il Giro del Lago di Resia era semplicemente uno degli eventi imperdibili della nostra regione; occupava un posto fisso nel nostro calendario podistico e ci mancherà davvero moltissimo. Uno scenario me-

run for life[®]
SOUTH TYROL



raviglioso, un'organizzazione perfetta, ottimi eventi collaterali: ormai è tutto finito. È proprio un peccato!

In qualità di ex membro del comitato organizzativo del BZCitytrail, che dopo 5 anni è stato definitivamente annullato, posso però comprendere le ragioni addotte, in quanto per portare avanti una manifestazione podistica di questo tipo occorrono una buona dose di coraggio, abilità, denaro, pazienza, talento organizzativo, creatività, sostegno da parte delle istituzioni e tanta, tanta passione, oltre a un numero ancora maggiore di volontari e, naturalmente, un numero adeguato di partecipanti.

Mi rattrista molto che negli ultimi anni molte manifestazioni podistiche altoatesine (tra cui la Corsa di Andreas Hofer, la Mezza Maratona di Merano, il Laive-strail, la Maratona della Plose, il BZCitytrail e il Giro del Lago di Resia), che erano ormai consolidate da anni, non si svolgano più, e mi fa riflettere il fatto che a quanto pare questo aspetto interessi solo i corridori.

Se vuoi indossare le scarpe da corsa e venire a correre con noi, oppure semplicemente provare come funziona il nostro gruppo, non esitare a contattarci. Che tu sia un principiante o un runner appassionato, non fa differenza: tutti sono benvenuti!

Per ulteriori informazioni rivolgersi alla responsabile della sezione Dorothea Kelderer (cell. 338 6783524 oppure marathea@tiscali.it).



Naomi e Wolfgang alla staffetta



Sorpresa di compleanno per il coach Albert dopo l'allenamento



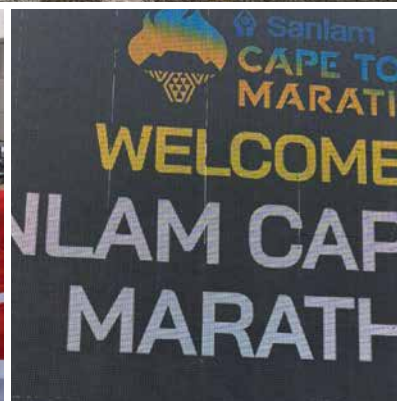
I partecipanti alla mezza maratona del Lago d'Iseo in abiti civili ...



... e con la divisa da corsa dell'ASC Neugries!



Sophia, Veronika e Lukas alla corsa Vivicità



Elisabeth, corsa paesana di Sarentino



Thea alla Maratona di Città del Capo



SEZIONE CICLISMO

i Norbert Pircher
+39 333 300 5319
pircher.n@gmail.com



ADESIONE



online



Ciao polpacci!

Invitiamo nuovamente tutti gli appassionati di ciclismo a partecipare alla nostra sezione "Ciclismo".

Anche se inizialmente i tour possono sembrare difficili, con un po' di allenamento la maggior parte dei tracciati è percorribile da chiunque. Per godersi il ciclismo e rendere ogni tour in bicicletta una bella esperienza, bisogna osservare alcuni punti:

- portare con sé abbastanza liquidi!
- meglio portare con sé uno zainetto con uno spuntino e vestiti asciutti per cambiarsi.
- il successo di un tour dipende in gran parte dalle condizioni tecniche della bicicletta.
- ad ogni tour si dovrebbero portare abbigliamento impermeabile adeguato, utensili (kit per riparazioni di forature, cacciavite, pinze), una pompa d'aria e una camera d'aria di ricambio.

È obbligatorio indossare una protezione per la testa (caschetto)!

I tour

Sabato 12 settembre 2026 – Escursione ai ponti sospesi

Da San Genesio a Hinterafing, poi attraverso il ponte sospeso verso la malga Hauserberg. Si rientra al punto di partenza passando per il Salto.

Iscrizione: Herwig Unterhofer Tel. 338 313 0034
km/dislivello: 30/1000
Punto di ritrovo: Ore 9.00 (con caffè da me!)

Domenica 20 settembre 2026 – Orso di Pradel

Da Andalo all'Orso di Pradel. Discesa lungo trail scorrevoli e ritorno al punto di partenza.

Iscrizione: Stefan Tschimben Tel. 338 245 4500
km/dislivello: 30/900
Punto di ritrovo: 8.00 parcheggio della pizzeria Metro

Sabato 26 settembre 2026 – Valle dei Molini

Da Garda, passando per San Zeno di Montagna, fino ai piedi del Monte Baldo. Percorso lungo sentieri nel bosco e attraverso la "Valle dei Molini" per tornare poi al punto di partenza. Pranzo al sacco a carico dei partecipanti.

Iscrizione: Peter Kaufmann Tel. 348 725 4936
km/dislivello: 40/1400
Punto di ritrovo: 7.30 parcheggio della pizzeria Metro

Sabato 3 ottobre 2026 – San Pietro

Da Albes attraverso la valle di Eores fino alla Sella Russis. Percorriamo le strade forestali per proseguire verso San Pietro, Jochkreuz (Croce del Passo), Tiso e poi di nuovo ad Albes.

Iscrizione: Walter Gargitter Tel. 392 231 9392
km/dislivello: 35/1400
Punto di ritrovo: 7.30 Bistro Mila

Sabato 10 ottobre 2026 – Alpe di Siusi

Da San Valentino fino al rifugio Edelweiß e al rifugio Molignon, per poi tornare a San Valentino passando per il rifugio Zallinger e la malga Saltner.

Iscrizione: Norbert Pircher Tel. 333 300 5319
km/dislivello: 35/1450
Punto di ritrovo: 8.00 Bistro Mila

Sabato 14 novembre 2026 – Magdfeld

Da Merano attraverso la Val Passiria fino alla Valclava e al borgo di Magdfeld

Iscrizione: Walter Gargitter Tel. 392 231 9392
km/dislivello: 40/1200
Punto di ritrovo: 8.30 Parcheggio della pizzeria Metro

Sabato 12 dicembre 2026 – Colle di Tenna

Da Pergine a Castel Pergine, poi al Lago di Levico e, lungo le pendici del Colle di Tenna, di nuovo a Pergine.

Iscrizione: Norbert Pircher Tel. 333 300 5319
km/dislivello: 30/860
Punto di ritrovo: 8.30 Parcheggio della pizzeria Metro

Sabato 16 gennaio 2027 – Su e giù per Merano

Dalla stazione di Postal – Lana – Cermes – Marlengo, passando per Foresta fino a Tirolo e poi attraverso Montefranco di ritorno alla stazione di Postal.

Iscrizione: Hermann Pichler Tel. 340 543 9655
km/dislivello: 40/1200
Punto di ritrovo: Ore 8.30, stazione di Ponte d'Adige

Sabato 20 febbraio 2027 – Anello tra Prammarquart e il forte Brusafer

Percorso ciclabile tra Prammarquart e il forte Brusafer, sulle colline di Trento.

Iscrizione: Norbert Pircher Tel. 333 300 5319
km/dislivello: 40/1200
Punto di ritrovo: 8.30 Parcheggio della pizzeria Metro

Sabato 13 marzo 2027 – Valle dei Laghi

Una bella escursione nella Valle dei Laghi

Iscrizione: Georg Mayr Tel. 335 604 9938
km/dislivello: circa 35/1000
Punto di ritrovo: 8.00 parcheggio della pizzeria Metro

Sabato 3 aprile 2027 – Mercatino di biciclette usate

Un'occasione per comprare e vendere biciclette presso il centro sociale "Maria Heim" di Bolzano.

Per informazioni: Gargitter Walter Tel. 392-2319392

Sabato 10 aprile 2027 – Patleid

Da Naturno a Patleid e passaggio nella splendida Val Senales

Iscrizione: Hubert Riegler Tel. 340 669 7108
km/dislivello: 25/1140
Punto di ritrovo: 9.00 parcheggio della pizzeria Metro

Ricordiamo che a tutti i tour possono partecipare solo i membri dell'ASC Neugries (è possibile iscriversi prima dell'inizio) e che è obbligatorio indossare il caschetto.

Per ulteriori informazioni rivolgersi al responsabile della sezione Norbert Pircher, tel. 333 300 53 19 o e-mail pircher.n@gmail.com.





SEZIONE MONTAGNA

i Eva Prossliner
+39 349 86 37 875
prossliner.eva@rolmail.net



online



Ciao cari amici escursionisti,

In futuro vorremmo proporre due escursioni al mese, una piacevole e un'altra leggermente più impegnativa. Sarebbero interessanti anche le gite in famiglia! Per questo, però, abbiamo bisogno del vostro aiuto: chi ha tempo e voglia di guidare uno o più tour?

Per i prossimi mesi abbiamo nuovamente preparato un programma molto vario: sicuramente ci sarà qualcosa di interessante per tutti. Invito tutti i membri a partecipare alle nostre escursioni!

Le nostre escursioni in montagna vengono pubblicate sul sito web dell'associazione (www.neugries.it). Tutti gli interessati che desiderino ricevere informazioni sulle escursioni in montagna anche per e-mail possono inviarmi il loro indirizzo e-mail: prossliner.eva@rolmail.net. C'è anche un gruppo WhatsApp chiamato "Amici della montagna dello SC Neugries", dove vengono comunicate tempestivamente tutte le informazioni necessarie.

Il nostro programma invernale

Domenica 13 settembre 2026

Rifugio Torre di Pisa e Passo Feudo

Dislivello: 600 | Tempo di percorrenza: 5 ore

Sabato 3 ottobre 2026

Da Umes al Monte Cavone e al Monte Balzo

Dislivello: 890 | Tempo di percorrenza: 5 ore

Domenica 8 novembre 2026

Escursione "Törggele" lungo il sentiero Pinazt a Elvas

Domenica 6 dicembre 2026

Escursione invernale nella Val Martello

Dislivello: 325 | Tempo di percorrenza: 3 ore

Sabato 9 gennaio 2027

Ai masi Glies nella Val di Mazia

Dislivello: 250 | Tempo di percorrenza: 4,5 ore

Domenica 21 febbraio 2027

Escursione sul Lago di Garda

Dislivello: 700 | Tempo di percorrenza: 4,5 ore

Sabato 13 marzo 2027

Val Lomasoma

Dislivello: 650 | Tempo di percorrenza: 3 ore

Domenica 11 aprile 2027

Da San Zeno ai «Laghi di Coredò»

Dislivello: 450 | Tempo di percorrenza: 4,5 ore

Le informazioni dettagliate, il punto di ritrovo e l'orario di partenza saranno comunicati alcuni giorni prima di ogni escursione. Le iscrizioni devono essere effettuate entro il venerdì precedente la data dell'evento contattando Eva



Prossliner, tel.
349 8637875
o via e-mail
prossliner.eva@rolmail.net

Se necessario e a seconda delle condizioni meteo, il programma può essere modificato, adattato o, con l'approvazione dei partecipanti, ampliato a breve termine.

Ricordiamo che a tutti i tour possono partecipare solo i membri dell'SC Neugries. Ogni partecipante deve decidere autonomamente se è all'altezza dei requisiti del tour. Ogni partecipante deve portare con sé l'attrezzatura completa. L'accompagnatore è responsabile esclusivamente di indicare la direzione, non della sicurezza dei singoli partecipanti. Si declina qualsiasi responsabilità in caso di incidenti o inconvenienti. Con riserva di modifiche ed errori.





SEZIONE PALLAVOLO

i Oswald Vigil
+39 338 16 10 525
volley@neugries.it



ADESIONE



ISCRIZIONE CORSI



online



Una stagione ricca di momenti entusiasmanti

Da oltre 30 anni la pallavolo riveste un ruolo fondamentale presso lo SC Neugries. Anche nella stagione 2025/26 sono stati ottenuti risultati notevoli. La squadra di Serie C allenata da Giacomo Guarienti, composta in gran parte da elementi cresciuti nelle file dell'associazione, è riuscita a qualificarsi per i quarti di finale dei play-off.

Al prestigioso torneo natalizio di Rovereto, la **U14** ha conquistato il titolo.

Da sottolineare anche il **successo delle ragazze Under 14 al campionato regionale**. Nella finale si è registrata una vittoria per 3-0 contro il Neumarkt. La capitana del Neugries **Giulia Abate** è stata eletta MVP della manifestazione, **mentre Stefania Godina** è stata nominata migliore opposto. Il Neugries ha così potuto partecipare, in qualità di campione regionale, al Campionato d'Italia Under 14 ad Agropoli (provincia di Salerno). Nella fase a gironi, la squadra ha perso 0-3 contro la Roma e ha battuto il Napoli 3-1 e l'Aosta 3-0. Questo ha portato al secondo posto nel girone (solo il vincitore si è qualificato per la Top 16 italiana).

Giulia Abate è stata convocata nella selezione Under 15 dell'Alto Adige e ha partecipato, dal 22 al 29 giugno, a Catania, al Trofeo delle Regioni (il campionato italiano non ufficiale delle selezioni regionali).

La **capitana dell'Under 16 Anja Guadagnini** ha potuto partecipare dal 15 al 19 giugno a un ritiro della selezione allargata della Nazionale Under 16 italiana a Darfo Boario (Valcamonica), dove si è praticamente allenata come una vera giocatrice professionista.

La **squadra U10** (3 contro 3) di Ossi Vigil si è aggiudicata il secondo posto al campionato regionale VSS a Castelbello.

La sezione pallavolo guarda al futuro con interesse: in collaborazione con la società sportiva di Lana verrà avviato un progetto U15 dedicato alle ragazze e, con una squadra comune (nome: LANEU) si parteciperà ai tornei e al campionato FIPAV Under 15 e si svolgeranno sessioni di allenamento mirate.

Al Neugries ci saranno ancora molti sviluppi! Impegno, passione ed entusiasmo caratterizzano la nostra attività.



Under 14, squadra campione regionale 2025/26



Serie C



Mini Volley



SEZIONE TENNISTAVOLO

i Hugo Rautscher
+39 333 779 55 86
rautscherhugo@gmail.com



Cosa stai aspettando?

Il primo allenamento di prova è GRATUITO!

Per giocatori di tempo libero e agonistici

Tennistavolo è lo sport ideale per tutte le età. Combina infatti intensa attività fisica, reazioni fulminee e pensiero strategico, rendendolo uno dei migliori allenamenti per cuore e cervello.

10 motivi per cui anche tu dovresti giocare a ping-pong.

- 1. Workout per tutto il corpo:** allena gambe, addominali e braccia, brucia calorie e rinforza il sistema cardiovascolare.
- 2. Perfetto allenamento per il cervello:** i rapidi scambi richiedono costante concentrazione, creatività e favoriscono la connessione neuronale.

3. Ottima coordinazione mano-occhio: il preciso colpire della pallina migliora la motricità e la reattività.

4. Per tutte le età: che tu sia giovane o anziano, il ping-pong è uno sport intergenerazionale e facile da imparare.

5. Rischio di infortunio basso: i movimenti sono controllati e non ci sono contatti fisici o frenate brusche come in molti altri sport.

6. Socializzazione: favorisce l'incontro e la socializzazione con amici e compagni.

7. Abbattimento dello stress: il focus sulla pallina fa dimenticare lo stress di tutti i giorni, mentre vengono rilasciate endorfine (gli ormoni della felicità).

i Emiddio Ingenito
+39 393 248 67 26
emiseven@hotmail.it



Un finale di stagione di successo per il settore giovanile dello SC Neugries

La stagione calcistica si è conclusa per il settore giovanile dello SC Neugries con numerosi successi sportivi, che confermano ancora una volta l'eccellente lavoro di formazione delle giovani leve svolto dalla società.

La squadra Under 17 ha raggiunto un traguardo storico: gli "allievi" hanno vinto per la prima volta nella storia della società il campionato regionale d'élite, la competizione più importante del calcio giovanile a livello regionale. Grazie a questo successo, la formazione si è qualificata per la fase finale nazionale, dove si sono sfidate le squadre campioni regionali del Triveneto. Lo SC Neugries ha avuto la meglio su avversari di tutto rispetto come il Treviso Calcio, il Cjarlins Muzane del Friuli e l'Athesis Calcio. Particolarmente impressionante è stata la netta vittoria per 4-1 contro l'Athesis Calcio del Trentino.

Anche i "giovannissimi" nati nel 2011 hanno chiuso una stagione brillante. Dopo essersi aggiudicata il girone A del campionato regionale, la squadra è arrivata in finale, dove però ha dovuto arrendersi alla squadra della Val Badia.

Notizie incoraggianti arrivano anche dal settore giovanile di base: le squadre delle annate 2015 e 2016 hanno vinto i rispettivi gironi di campionato nelle categorie U10 e U9, qualificandosi così per la fase finale.

Questi risultati sottolineano il costante sviluppo del settore giovanile e dimostrano che lo SC Neugries dispone, in tutte



Giovannissimi provinciali



U17 "allievi"

le fasce d'età, di giovani calciatori di talento e motivati. L'intera sezione calcistica può guardare con orgoglio a una stagione di grande successo.

ADESIONE



ISCRIZIONE CORSI



online



8. **Costi ridotti:** tutto di cui hai bisogno è una racchetta, una pallina e un tavolo. (Il tavolo e le palline sono forniti da noi).
9. **Si può giocare quasi ovunque:** in una società, nel proprio giardino, in ufficio o sui tavoli nei parchi.
10. **Divertimento assicurato:** i rapidi successi e l'azione dinamica garantiscono divertimento continuo.

*Unisciti anche tu al SC Neugries e gioca a ping-pong!
Ti aspettano un ambiente amichevole e un sano spirito competitivo.*



Quando e dove?

Inizio: settembre 2026
Fine: maggio 2027
Orari: mercoledì e venerdì, dalle 19.30 alle 21.30
Luogo: palestra di Tennistavolo „scuola JH Pestalozzi“,
viale Europa 5 A, Bolzano

Quota annuale: 240 €

I campionati inizieranno a ottobre, dove parteciperemo con tre squadre.

Per ulteriori informazioni, contattare
Hugo Rautscher: +39 333 7795586

sanvit
Bike & Fitness



Ride bikes.
Have fun, feel good.

CUBE SCOTT TREK PINARELLO

+39 0471 660 775 Eppan / Appiano info@sanvit.com sanvit.com



H&K Srl

Via Bassano del Grappa 8 - 39100 Bolzano (BZ) - Tel. 0471 503253

**KLAPPERKISTE? GREEN CAR?
STEILER SCHLITTEN?**

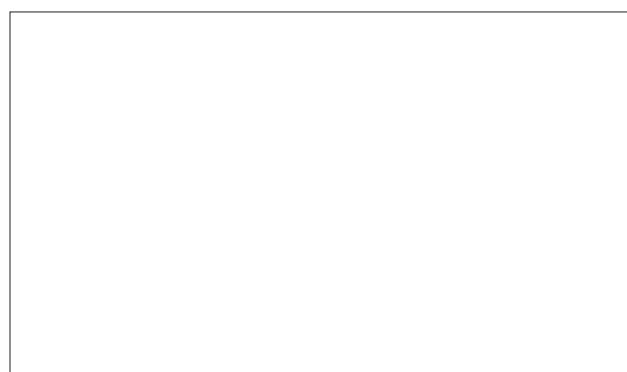
WE DO IT ALL!

- Reparatur / Wartung aller Marken
- Servicearbeit der Marken
VW, Skoda, Audi und Seat
- Reifenservice und Achsvermessung
- Klimaservice
- Kalibrierung der Assistenzsysteme
- Autoverkauf und Beratung
- Abschleppen und Pannenhilfe
- Hauptuntersuchungen



 **VALLAZZA**

Autowerkstatt Vallazza Kg | Handwerkerzone 1A | 39057 Eppan - Italien
T +39 0471 662677 | www.autowerkstatt-vallazza.com | vallazza@vallazza.it
MO-DO: 7.00-18.30 Uhr | FR: 7.00-12.00 Uhr / 14.00-18.00 Uhr



alex sport

Salorno/Salurn, via Roma 17
Bolzano/Bozen, via Gaismaistr. 35
0471/884117 - 0471/287260

info@alexsport.it 



Primus
TOURISTIK

4 x in Alto Adige

Bolzano
0471 059900 - bozen@primus.bz

Naturno
0473 666333 - naturno@primus.bz

Chiusa
0472 846222 - klausen@primus.bz

Vipiteno
0472 764506 - sterzing@primus.bz

STRAUDI

La forza viva del colore

Tel. 0471 30 44 11 | Fax 0471 30 44 13 | info@straudi.it

macron store
/Bolzano Bozen

Bolzano, Via Resia, 92 | T 0471 189 3310 | bolzano@macron.com



**Eins ist sicher:
Wir fördern, was
Bozen ausmacht.**

Für uns als lokal verwurzelte Bank ist es eine Selbstverständlichkeit, sich für die Stadt und alles was sie bewegt, zu engagieren. Viel Vergnügen!

**Questo è sicuro:
Sosteniamo
la nostra città.**

L'impegno della nostra banca è a favore della città di Bolzano. Apprezziamo la sua parte dinamica e creativa e ne promuoviamo le attività. Buon divertimento!

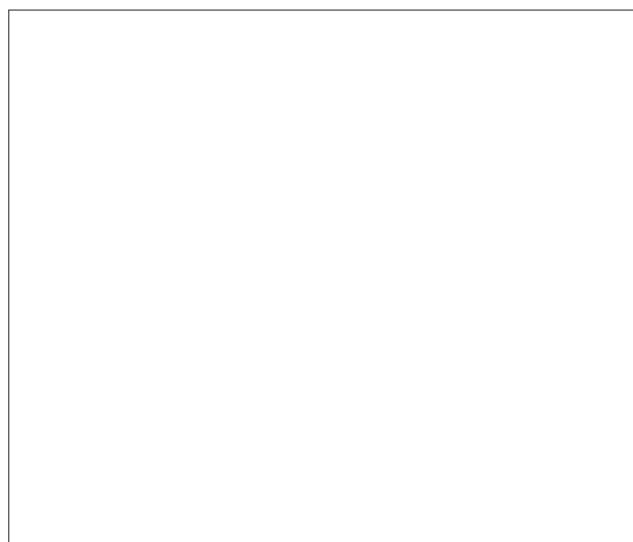
www.raiffeisenkasse.it
www.cassarurale.it

 **Bozen
Bolzano**

Unsere Bank. La nostra banca.



**MORE BALANCE
EVERYDAY**



climbing • trekking • skitouring • service

MOUNTAIN SPIRIT

> mountaineering & outdoor shop <



www.mountainspirit.it

I-39100 Bozen

Tel. +39 0471 053 434 • Fax +39 0471 053 435