

IN QUESTO NUMERO

**BICI CLUB SPOLETO
BRILLA AI NAZIONALI CSI**

Pagina 2

**A PASSO DI CLOWN
CONQUISTA FOLIGNO: UNA
FESTA DI COLORI PER
RICORDARE EMILIO**

Pagina 4-5

**TORNEO DELLE AZIENDE:
OMC-DLF VOLA,
PER GLI ALTRI È BAGARRE
FINO ALL'ULTIMO MINUTO**

Pagina 6-7

**F.C. ARGES DA URLO:
CAMPIONI DELL'UMBRIA!**

Pagina 9-10

**COLFIORITO GRAVEL: DUE
GIORNI DI AVVENTURA E
NATURA**

Pagina 11

LA RAMPICORNO 2025

Pagina 12

**AREA4 GYMNASIUM, IL
FUTURO DEL FITNESS
PARTE DA QUI**

Pagina 13

**NELLE ULTIME PAGINE
LE CONVENZIONI DEL CSI FOLIGNO**

Per usufruire degli sconti
è necessario esibire la tessera



L'ANGOLO DELLA PRESIDENZA

UN PAPA CHIAMATO LEONE: UNA NUOVA LUCE PER LA CHIESA



Il Presidente
Giovanni Noli

Quando ho saputo della notizia, confesso che mi sono fermato. Come quando un arbitro fischia e tutto il campo si zittisce. L'elezione di Papa Leone – un nome che evoca forza, coraggio e guida – mi ha colpito nel profondo, non solo come credente, ma come uomo di sport e Presidente del CSI Foligno.

Il nome "Leone" non è solo un omaggio ai grandi pontefici della storia – basti pensare a Leone Magno – ma è anche un simbolo potente: il leone protegge, guida, ma sa anche mettersi al servizio del branco. E oggi più che mai la Chiesa ha bisogno di un pastore così: saldo, presente, ma vicino. Un Papa che non si mette sul podio, ma scende in cam-

po, tra la gente, come un vero allenatore dell'anima.

Nel mondo dello sport, ci insegnano che la squadra vince solo se ognuno gioca per l'altro. Ecco cosa spero da questo pontificato: che ci riporti al "noi", che ci allenì a uscire da individualismi e pigrizie spirituali, e che ci ispiri a rimettere al centro la comunità, la solidarietà, l'impegno quotidiano.

Nel CSI, ci impegniamo ogni giorno perché lo sport sia uno strumento di inclusione, educazione e fede. Con Papa Leone mi piace immaginare che anche la Chiesa possa correre con nuovo slancio verso i giovani, verso le periferie, verso chi ha smesso di credere non per sfida, ma per mancanza di qualcuno che gli dicesse: "Ci sono anch'io, camminiamo insieme."

Auguro al nuovo Papa un cammino sereno, ispirato e forte. E da Foligno, dal cuore dell'Umbria, gli mandiamo la nostra preghiera e il nostro entusiasmo, come tifosi di una partita bellissima.

BICI CLUB SPOLETO BRILLA AI NAZIONALI CSI

STRAORDINARIA PROVA DELLA SQUADRA SPOLETINA AI CAMPIONATI ITALIANI DI MEDIOFONDO CSI: QUATTRO LE MEDAGLIE CONQUISTATE.

Un weekend da incorniciare per la Bici Club Spoleto Castellani Impianti, che si conferma ancora una volta tra le realtà più solide e vincenti del panorama nazionale CSI. Anche quest'anno, la nostra società torna dai Campionati Italiani di Mediofondo CSI con un ricco bottino: quattro medaglie e prestazioni di altissimo livello da parte dei nostri atleti.

Emanuele Mancini e Ugo Laudati hanno conquistato due medaglie d'argento, brillando per determinazione, lucidità tattica e capacità di gestire al meglio ogni fase della gara. Le loro prove sono state un esempio di impegno costante e spirito agonistico.

Non da meno Paolo Orazi e Raffaele Cavalli, protagonisti di gare combattute fino all'ultimo metro, che li hanno visti salire con merito sul podio, ognuno con una medaglia di bronzo. Le loro prestazioni hanno dimostrato carattere, preparazione e grande tenacia.

Oltre ai podi, è da sottolineare l'eccellente prova di tutta la squadra, che ha affrontato l'appuntamento nazionale con serietà, compattezza e passione, portando in pista il vero spirito sportivo della nostra società.

La Bici Club Spoleto Castellani Impianti si conferma dunque una presenza costante ai vertici del CSI, capace ogni anno di portare a casa medaglie importanti e risultati prestigiosi. Un segno tangibile del lavoro, della dedizione e della qualità che da sempre contraddistinguono il nostro progetto sportivo.

"Voglio esprimere, a nome mio e di tutto il Comitato CSI di Foligno, un grande applauso alla Bici Club Spoleto Castellani Impianti per i risultati straordinari ottenuti ai Campionati Italiani di Mediofondo" - il messaggio del Presidente CSI Foligno, Giovanni Noli - Non si tratta solo di medaglie, ma del valore che queste rappresentano: sacrificio, impegno, passione e appartenenza. È sempre un orgoglio vedere una società come questa, da tantissimi anni legata al nostro comitato, continuare a crescere e a portare alto il nome del nostro territorio a livello nazionale. Il rapporto tra il CSI Foligno e il Bici Club Spoleto è un legame solido, fatto di fiducia, collaborazione e obiettivi comuni: promuovere lo sport come scuola di vita. Complimenti agli atleti, allo staff tecnico e a tutta la società. Siete un esempio per tutti noi."

L'entusiasmo è alto e la stagione continua... sempre con lo sguardo puntato verso nuovi traguardi!



DAL CAMPO ALLA COMUNITÀ: LO SPORT COME VALORE SOCIALE”

UN INCONTRO TRA ASSOCIAZIONI, SPORTIVI E CITTADINI PER RISCOPRIRE IL VALORE SOCIALE DELLO SPORT COME STRUMENTO DI INCLUSIONE E COMUNITÀ.

Si è svolto con grande partecipazione e calore l'incontro “Dal campo alla Comunità: lo sport come valore sociale”, promosso da Associazione Città Viva nell'ambito del progetto VivaLab. Un appuntamento speciale che ha messo al centro lo sport non solo come attività fisica, ma come autentico strumento di inclusione, crescita personale e coesione sociale.

L'evento ha riunito realtà locali impegnate da anni nella promozione del movimento come leva per il benessere collettivo. Tra gli ospiti intervenuti: Gaia Donati, Consigliera e responsabile Trekking del CSI Foligno – Sassovivo WILD, insieme a Mara Baldoni, Mauro Sorci e Rossano Pinchi dell'A.S.D. All Mountain Foligno. Le loro testimonianze hanno toccato corde profonde, dimostrando come l'attività fisica possa trasformarsi in occasione di incontro, condivisione e solidarietà.

“Il movimento non fa bene solo al corpo, ma anche al cuore della società”, è stato il messaggio forte emerso dagli interventi.

Dai sentieri immersi nella natura al gioco di squadra sui campi sportivi, l'evento ha sottolineato come lo sport riesca ad abbattere barriere, creare legami autentici e rafforzare il senso di appartenenza a una comunità viva e accogliente.

Associazione Città Viva ringrazia di cuore tutti i partecipanti, i relatori e le associazioni coinvolte per aver reso questa giornata un momento di riflessione e ispirazione.

Il cammino verso una società più inclusiva passa anche attraverso lo sport. E come ricordato nel corso dell'incontro: “Continuiamo a camminare insieme, dentro e fuori dai sentieri.”



Associazione Città Viva

**VivaLab:
Muoviamoci!**

Dal campo alla Comunità: lo sport come valore sociale

GAIA DONATI

Consigliera e responsabile trekking CSI Foligno
A.S.D. All Mountain Foligno

MARA BALDONI

A.S.D. All Mountain Foligno

Venerdì **9 maggio** ore **18:30** presso la Sala Battenti
dell'Istituto San Carlo,
Via Aurelio Saffi 18, Foligno



A PASSO DI CLOWN CONQUISTA FOLIGNO: UNA FESTA DI COLORI PER RICORDARE EMILIO

IN OLTRE 150 TRA CLOWN, FAMIGLIE E AMICI, HANNO ANIMATO LE PIAZZE DI FOLIGNO CON ALLEGRIA, MUSICA E GIOCHI, ACCOMPAGNATI DALLA MARCHING BAND “ANARCHIA RITMICA” E DALLO STAFF DI ANIMATORI CSI E JOCO CAMPUS.

Sabato 10 maggio 2025, Foligno si è riempita di vita e colori grazie alla 4ª edizione di “A Passo di Clown”, la camminata lenta del naso rosso organizzata da Associazione Oasi ODV e dedicata con affetto a Emilio Manganelli, amico speciale e fonte di ispirazione per tanti.

L'appuntamento al Parco dei Canapè, con il ritrovo alle ore 16:30 e la partenza alle 17:00, ha dato il via a un corteo gioioso che ha attraversato il cuore della città, portando sorrisi, musica e leggerezza ovunque. Le strade di Foligno si sono trasformate in un arcobaleno di emozioni, grazie anche alla presenza della mitica marching band “Anarchia Ritmica”, che ha scandito il passo della camminata con energia e ritmo contagioso.

Durante il percorso, ad ogni tappa, non sono mancate sorprese e attività per tutti: giochi, momenti di intrattenimento e improvvisazioni clownesche che hanno coinvolto adulti e bambini in un'atmosfera festosa e partecipata.

A rendere l'evento ancora più speciale è stata anche la presenza del nostro fantastico staff di animatori CSI e Joco Campus, che ha contribuito a creare momenti di gioco, accoglienza e animazione lungo tutto il tragitto. Un supporto prezioso, fatto di passione e professionalità, che ha reso l'esperienza davvero indimenticabile per tutti i partecipanti.

I numeri parlano chiaro: 152 iscritti, 27 clown, musicisti della band, tre cani allegri e coinvolta un'intera città che ha sorriso insieme a tutti i presenti!

L'iscrizione era gratuita e accompagnata da un piccolo omaggio per tutti, ma il vero regalo è stato camminare insieme, a passo lento, con il cuore leggero e lo sguardo rivolto alla bellezza dello stare insieme.

Grazie a tutti: a chi ha partecipato, a chi ha collaborato, a chi ha creduto nell'evento e a chi, anche solo per un tratto, ha camminato con noi.

Ci vediamo alla prossima edizione – sempre a passo di clown!





TORNEO DELLE AZIENDE: OMC-DLF VOLA, PER GLI ALTRI È BAGARRE FINO ALL'ULTIMO MINUTO

SETTE SQUADRE, UNA PASSIONE: IL TORNEO DELLE AZIENDE ENTRA NELLA SUA FASE DECISIVA TRA SORPRESE, GOL E CLASSIFICHE CORTISSIME.

Il 3° Torneo delle Aziende, organizzato dal CSI Foligno e gli Impianti Sportivi di Via Marconi, si conferma un successo di partecipazione, passione e sportività tra le realtà aziendali del territorio. A una giornata dal termine della fase a gironi, la situazione è più incerta e avvincente che mai.

Sette squadre si stanno dando battaglia per conquistare i quattro posti disponibili per le semifinali. Con l'ultima giornata alle porte, i giochi sono tutt'altro che chiusi.

I risultati della sesta giornata: colpi di scena e verdetti importanti

La penultima giornata ha mescolato le carte in tavola e ha regalato partite ricche di emozioni... anche senza giocarle tutte.

La prima sorpresa è arrivata a tavolino: Diva non si è presentata, e così la vittoria è andata automaticamente a NCM, che incassa tre punti preziosissimi (6-0 il risultato assegnato).

Nel secondo match, OMC DLF Foligno ha confermato tutto il suo valore con un'altra prestazione di altissimo livello: 7-3 contro BSP, una partita dominata che consente a OMC di staccare il biglietto per la semifinale con un turno d'anticipo. Una squadra compatta, organizzata e concreta: sarà dura per chiunque affrontarla.

Ma il risultato più eclatante arriva dal campo tra Umbragroup e BRT: finisce 10-3 per Umbragroup, in una vera e propria dimostrazione di forza. Tra i protagonisti della serata, Nicola Battistelli, che con una tripletta si inserisce prepotentemente anche nella corsa al titolo di capocannoniere.

Dopo sei giornate, la situazione è la seguente:

OMC DLF Foligno – 13 punti, Comear – 10 punti, NCM – 8 punti, Umbragroup – 7 punti, BRT – 7 punti, BSP – 6 punti, Diva – 0 punti

L'unica certezza, al momento, è che OMC DLF Foligno sarà tra le quattro semifinaliste. Per le altre, tutto si deciderà nell'ultima giornata, in programma martedì 3 giugno.

Marcatori: che lotta là davanti!

La classifica cannonieri continua ad essere molto combattuta, e non mancano i nomi illustri tra i bomber del torneo:

Carlopio Francesco (Comear) resta in vetta con 11 reti. A seguire, ben tre giocatori a quota 8 gol: Mancini Luca (OMC DLF Foligno), Paris Lukac Dino (NCM) e Knapczyk Marco (BRT). Subito dietro con 6 gol troviamo: Filippucci Maurizio (NCM), Battistelli Nicola (Umbragroup), Fabbri Mattia (OMC DLF Foligno) e Margutti Emiliano (Comear). Chiudono la top 10 Paccioli Francesco (NCM) e Bravi Leonardo (BSP) con 5 gol.



TORNEO DELLE AZIENDE



Sarà decisiva anche la settima giornata per incoronare il capocannoniere del torneo.

L'ultima giornata: dentro o fuori

Martedì 3 giugno si chiude la fase a gironi, e si preannuncia una serata carica di tensione e adrenalina. Ecco le partite in programma:

Comear vs BRT – Scontro diretto: chi vince è certo della semifinale. Un pareggio potrebbe non bastare a nessuna delle due.

NCM vs BSP – Partita delicatissima: entrambe sono in corsa, entrambe a caccia di punti fondamentali. Una vera sfida da dentro o fuori.

Umbragroup vs OMC DLF Foligno – Umbragroup dovrà dare tutto contro la capolista già qualificata per sperare nel passaggio del turno.

Con OMC DLF Foligno già certa del primo posto, restano tre posti disponibili per cinque squadre: sarà un finale tutta da vivere.

Verso il gran finale

Il Torneo delle Aziende si sta rivelando un vero spettacolo. Tanti gol, partite equilibrate, e un clima di amicizia e competizione che rispecchia perfettamente lo spirito del CSI.

Non resta che attendere martedì per scoprire chi saranno le quattro squadre che si giocheranno il titolo. Sarà battaglia vera... e spettacolo assicurato.

3° TORNEO AZIENDALE

CALCIO A 5







 More information
3487121611

 Visit our website
www.csifoligno.it

L'UMBRIA BRILLA A LIGNANO: PIOGGIA DI MEDAGLIE ALLE FINALI NAZIONALI CSI DI NUOTO

GIOVANI TALENTI UMBRI DELLA SOCIETÀ AZZURRA PROTAGONISTI ASSOLUTI ALLE FINALI DI NUOTO DEL CENTRO SPORTIVO ITALIANO: UNA SETTIMANA DA RICORDARE.



Dal 14 al 18 maggio 2025, la piscina olimpionica di Lignano Sabbiadoro ha ospitato le Finali Nazionali CSI di Nuoto, un appuntamento attesissimo che ha visto scendere in vasca centinaia di atleti da tutta Italia. Tra questi, anche un'agguerrita rappresentanza umbra che ha portato in alto i colori della nostra regione, ottenendo risultati di grande prestigio.

Protagonisti della spedizione sono stati gli atleti della Società Azzurra capaci di conquistare numerose medaglie e confermare la qualità del lavoro svolto durante l'anno.

Tra i successi più significativi:

- Margherita Anselmi si è distinta con una splendida medaglia d'oro nei 50 metri rana, seguita da un ottimo bronzo nei 100 rana, confermandosi tra le migliori della sua categoria
- Chiara Tanci, istruttrice e atleta della piscina di Umbertide, ha brillato con due podi: prima il bronzo nei 50 farfalla, poi uno straordinario argento nei 100 farfalla, dimostrando non solo talento ma anche una grande continuità.
- Francesco Labignan ha conquistato un importante terzo posto nei 50 metri farfalla, completando una giornata di gare ricca di emozioni e soddisfazioni.

Oltre ai risultati individuali, ciò che ha colpito è stato lo spirito di squadra, la passione e la determinazione con cui tutti gli atleti hanno affrontato ogni prova. La rappresentativa umbra si è fatta notare per la correttezza, l'entusiasmo e la sportività, valori fondanti del CSI.

Il Consiglio del CSI Foligno ha espresso grande soddisfazione per questi risultati:

“Siamo orgogliosi dei nostri ragazzi. Queste medaglie sono il frutto di impegno, sacrificio e amore per lo sport. Grazie a tutti gli atleti, agli allenatori e alle famiglie che ogni giorno contribuiscono a costruire una comunità sportiva forte e unita”.

Con le finali ormai giunte al termine, resta la consapevolezza di aver vissuto una bellissima pagina di sport. Le medaglie conquistate sono solo una parte del successo: l'altra, forse ancora più importante, è l'esperienza umana e sportiva vissuta insieme.



F.C. ARGES DA URLO: CAMPIONI DELL'UMBRIA!

**ARGES TRIONFA NEL CALCIO A 5, BABULLE SPOLETO SI DISTINGUE NELLA
PALLAVOLO MISTA E LUIGI DI VINCENZO RAPPRESENTA IL COMITATO IN CAMPO:
GRANDE PRESENZA DEL CSI FOLIGNO ALLE FINALI REGIONALI DI CIVITANOVA MARCHE.**

Si sono concluse domenica 25 maggio a Civitanova Marche le Finali Regionali CSI Umbria 2025, e per il Comitato di Foligno è stata un'edizione da ricordare: F.C. Arges conquista il titolo regionale di Calcio a 5, mentre Babulle Spoleto ben figura nella Pallavolo Mista, dimostrando qualità e correttezza.

Un weekend di sport, emozioni e grande partecipazione, che ha visto le nostre rappresentative affrontare sfide intense portando in campo passione, determinazione e un forte spirito di squadra.

Arges, è finalmente trionfo: campioni regionali nel Calcio a 5!

Dopo due edizioni in cui il sogno si era infranto proprio in finale, F.C. Arges riesce finalmente a salire sul gradino più alto del podio regionale. Un successo costruito partita dopo partita, in un girone di ferro dove non è mancato il pathos.

La prima gara del torneo ha visto Arges pareggiare 1-1 contro Ponte San Lorenzo: una sfida equilibrata, utile a rompere il ghiaccio e prendere le misure. Subito dopo, la squadra folignate ha cambiato marcia superando con un rocambolesco 5-4 il Castel Grifone, portandosi momentaneamente in testa al girone.

In semifinale, contro il Castello Futsal, Arges ha mostrato concretezza e lucidità: un 4-2 netto che ha proiettato i ragazzi in finale... di nuovo contro Ponte San Lorenzo.

Ed è stata una finale al cardiopalma: dopo il 3-3 nei tempi regolamentari, la coppa si è decisa ai calci di rigore. Con freddezza e coraggio, Arges ha prevalso 4-3 dagli undici metri, conquistando così il titolo di Campione Regionale CSI Umbria 2025 e il pass per le Finali Nazionali.

Un successo meritato, arrivato dopo anni di lavoro e due amari secondi posti. Questa volta, la coppa è andata nelle mani giuste.



Babulle Spoleto: una squadra solida e leale nella Pallavolo Mista

Non è arrivata la finale, ma il percorso di Babulle Spoleto nella Pallavolo Mista è stato più che positivo. Accredidata come Squadra Fair Play dopo il campionato organizzato dal CSI Terni, la formazione spoletina – già conosciuta come Pallavolo Spoleto – ha portato esperienza e valori in campo, come sempre.

Nel girone B, l'esordio è stato da incorniciare: 2 set a 0 contro i Doreno's, con un gioco ordinato e preciso. La seconda partita, decisiva per l'accesso alla finale, ha visto Babulle affrontare la forte Onlus Pienih Rasih. Nonostante l'impegno, la gara si è chiusa sullo 0-2, lasciando l'amaro in bocca ma anche la consapevolezza di aver dato tutto.

Babulle si conferma una delle squadre più corrette e affiatate del panorama umbro, già protagonista in passato anche alle finali nazionali, dove raggiunse uno storico quarto posto.

In campo anche Luigi Di Vincenzo

Presente alle Finali anche Luigi Di Vincenzo, collaboratore del CSI Foligno, consigliere regionale CSI Umbria e arbitro designato per rappresentare il nostro comitato. La sua partecipazione conferma il valore e l'impegno che il CSI Foligno mette in ogni aspetto dell'attività sportiva, sia dentro che fuori dal campo.

Un comitato protagonista, in campo e oltre

Le Finali Regionali 2025 si chiudono con un bilancio estremamente positivo per il CSI Foligno:

- Il titolo regionale nel Calcio a 5 portato a casa da Arges;
- Una Babulle Spoleto competitiva e leale nella Pallavolo Mista;
- La presenza istituzionale e tecnica di Luigi Di Vincenzo.

“Siamo orgogliosi del comportamento, dei risultati e dello spirito con cui le nostre squadre hanno rappresentato Foligno - afferma il Presidente del CSI Giovanni Noli - È una conferma della forza del nostro movimento, fatto di sport, passione e valori condivisi.”

Ora gli occhi sono puntati alle Finali Nazionali CSI 2025, dove F.C. Arges porterà con sé tutto l'entusiasmo di un comitato in crescita.



COLFIORITO GRAVEL: DUE GIORNI DI AVVENTURA E NATURA NEL CUORE DELL'UMBRIA

DUE EVENTI, UNA SOLA GRANDE AVVENTURA: TRA BICI E CAMMINATE, IL 1° GIUGNO COLFIORITO DIVENTA IL CUORE PULSANTE DELLO SPORT ALL'ARIA APERTA, IMMERSI NELLA NATURA E NELLA STORIA DEGLI ALTIPIANI UMBRI.

Il prossimo 1 giugno 2025 torna l'attesissima Colfiorito Gravel, manifestazione ciclistica non competitiva dedicata agli appassionati di gravel, mountain bike ed e-bike. L'evento si svolge nell'incantevole cornice degli Altipiani Plestini, all'interno del Parco Regionale di Colfiorito, un territorio ricco di storia, natura incontaminata e panorami mozzafiato.

I partecipanti potranno scegliere tra tre percorsi di diversa lunghezza e difficoltà, che si snodano su sentieri, strade bianche e piccoli borghi caratteristici: il percorso lungo (100 km), quello medio (85 km) e il corto (55 km). La partenza e il campo base sono situati nel suggestivo Parco delle Praterelle a Colfiorito, che diventa il cuore pulsante di due giorni di sport, amicizia e scoperta.

Colfiorito Gravel Trekking: Camminata tra Natura e Storia

In contemporanea alla Colfiorito Gravel, domenica 1 giugno alle ore 9:15 si svolgerà il Colfiorito Gravel Trekking, un'escursione a piedi aperta a tutti, organizzata dalle ASD Pale Guerru Hero, La Francescana e Cicli Clementi, con la collaborazione della Clinica dello Sport di Foligno e del CSI Foligno.

Il trekking si sviluppa lungo un percorso di circa 12 km con un dislivello di 200 metri, che attraversa i suggestivi sentieri della palude di Colfiorito e degli altipiani Plestini. Un'occasione unica per immergersi nella natura, scoprire la storia e ammirare i paesaggi di questa splendida area umbra, in un'esperienza adatta a tutti i livelli.

Durante il cammino è previsto un ristoro nella zona di Annifo, mentre all'arrivo i partecipanti saranno accolti con un gustoso pasta party nelle Praterelle, per celebrare insieme la giornata.

Per info e contatti:

Massimo 3403488841 - David 3297311453 - Simone 3397943292

Email:

iscrizioni@colfioritogravel.com

Un weekend all'insegna dello sport e della natura vi aspetta a Colfiorito, un'occasione imperdibile per vivere l'Umbria in modo attivo e coinvolgente!

LA RAMPICORNO 2025: PEDALATE E PASSEGGIATA NELLA NATURA DI VERCHIANO

SPORT, NATURA E TRADIZIONE SI INCONTRANO NEL CUORE DELL'UMBRIA
PER UNA GIORNATA TRA SENTIERI, PEDALATE E PANORAMI MOZZAFIATO.

Domenica 8 giugno 2025, il piccolo borgo di Verchiano, frazione montana di Foligno, tornerà a essere protagonista con la 6ª edizione de "La Rampicorno", l'evento non competitivo in mountain bike che ogni anno richiama appassionati di sport e natura da tutta l'Umbria e oltre. Un appuntamento ormai atteso da tanti ciclisti, che potranno scegliere tra due percorsi immersi nel verde dell'Appennino centrale:

- un percorso lungo di circa 38 km, pensato per i più allenati e amanti della sfida,
- un percorso corto di 28 km, accessibile anche a chi pedala per puro piacere.

Sono ammesse solo mountain bike o ebike, per vivere appieno l'essenza del tracciato: sentieri sterrati, salite panoramiche, tratti boschivi e scorci indimenticabili su una delle zone più autentiche dell'Umbria.

Il ritrovo sarà presso il Centro Polivalente PRO LOCO VERCHIANO – CIRCOLO CSI, dove si effettueranno anche check-in e partenze. Lo start ufficiale è previsto per le ore 9:00, con ritrovo a partire dalle 7:00.

Per i primi 100 iscritti, è previsto un pacco gara. Durante il percorso, ristori gratuiti con acqua e cibo. A fine gara, tutti insieme per il classico e sempre apprezzato pasta party.

Le iscrizioni sono aperte online sulla pagina Facebook "La Rampicorno" fino al 6 giugno, oppure in presenza il 7 e l'8 giugno (con un piccolo sovrapprezzo per chi si iscrive all'ultimo momento).

Per il percorso lungo, è obbligatorio il certificato medico agonistico.

6ª EDIZIONE LA RAMPICORNO VERCHIANO 08 GIUGNO 2025
CICLORADUNO NON AGONISTICO DI MOUNTAINBIKE

PROGRAMMA
SABATO 07
H 15.30/19.00 ISCRIZIONE E CONSEGNA **PACCO GARA**
PRESSO PROLOCO VERCHIANO E DECATHLON FOLIGNO

DOMENICA 08
H 07.00/08.30 ISCRIZIONE E CONSEGNA **PACCO GARA**
PRESSO PROLOCO VERCHIANO
H 09.00 **PARTENZA** 6 EDIZIONE "LA RAMPICORNO"
H 12.00 PASTA PARTY PER GLI ISCRITTI AL RADUNO

DOMENICA 08
H 09.30 **PASSEGGIATA GUIDATA**, ALLA SCOPERTA DEI SIMBOLI DI VERCHIANO. RISTORO E PASTA PARTY

PERCORSO LUNGO
38km 1550 dsl

PERCORSO CORTO
28km 1050 dsl

SPONSORI E PARTNER:
B.G. COSTRUZIONI S.p.A., edotto, INGENIUM società di ingegneria, LA NAZIONALE INVESTIGAZIONI, DECAHLON, COMAFEM, ARTIFICIO UMBRO, L.F. di FORTINI LUCA, DOMUS, SDEI FOLIGNO, selle&selle MOTORBIKES, STUDIO FEDERICI, CANTIERI MONTI PURO, FT, FULGURUM, IMPIANTI TERMIDRAULICI DI FERRATA SAULO, AIRE, DISTROT, APOLLONI LEONARDO, tpg, LUIGI VITALI, CDILI, FEDERAZIONE ITALIANA MOUNTAINBIKE, VERCHIANO trekking, NIGELLE SCARONI FONDAZIONE, CENTRO SPORTIVO ITALIANO Comitato di Foligno.

Verchiano Trekking: Per chi ama camminare... e guardarsi intorno!

In parallelo all'evento ciclistico, sarà possibile partecipare anche alla passeggiata/trekking aperta a tutti, alla scoperta dei sentieri di Verchiano: un progetto nato dal cuore degli abitanti del luogo per valorizzare la bellezza del proprio territorio.

Cinque anelli escursionistici segnalati, dai 6 ai 14 km, ti guideranno tra borghi antichi, castelli medievali, santuari panoramici e vie storiche, come la celebre Via della Spina. Il tutto circondato da un paesaggio che spazia dai Monti Sibillini fino alle colline umbre.

La partecipazione è semplice: basta compilare un modulo dedicato disponibile in loco.

La Rampicorno 2025 non è solo sport, ma un'occasione per stare insieme, scoprire un angolo autentico dell'Umbria e vivere un'intera giornata tra biciclette, escursioni, comunità e paesaggi mozzafiato.

Che tu voglia pedalare o camminare, Verchiano ti aspetta!

AREA4 GYMNASIUM, IL FUTURO DEL FITNESS PARTE DA QUI

CONSEGNATI 14 ATTESTATI AGLI STUDENTI DEL LICEO SCIENTIFICO SPORTIVO DEL CONVITTO NAZIONALE DI ASSISI, AL TERMINE DI UN PERCORSO TEORICO-PRATICO NEL MONDO DEL FITNESS

Sabato 24 maggio 2025 si è chiusa con entusiasmo e soddisfazione la prima edizione di AREA4 GYMNASIUM, il percorso formativo innovativo che ha coinvolto gli studenti del Liceo Scientifico Sportivo del Convitto Nazionale Principe di Napoli di Assisi, con l'obiettivo di ottenere la certificazione di istruttore fitness di primo livello.

Organizzato da AREA4 sotto la direzione di Barbara Carli, il corso ha unito teoria e pratica in un'esperienza completa e professionalizzante, culminata con la consegna ufficiale degli attestati alla presenza di docenti, formatori e famiglie.

Un progetto educativo e professionale

Iniziato il 7 marzo, il percorso ha rappresentato un caso pilota nel contesto regionale, integrando le attività di orientamento scolastico (PCTO) con una vera certificazione professionale riconosciuta dal CSI.

Il progetto ha offerto agli studenti delle classi quarte e quinte un'opportunità concreta di avvicinarsi al mondo del lavoro nel settore del fitness, sviluppando competenze tecniche, comunicative e relazionali.



Teoria e pratica per formare istruttori consapevoli

Il programma, articolato tra lezioni teoriche e moduli pratici svolti sia presso il Convitto sia nella palestra AREA4, ha toccato vari ambiti: Area associativa e organizzativa, Elementi di anatomia, fisiologia e pedagogia, Nutrizione sportiva e comunicazione, Metodologie di allenamento, biomeccanica e costruzione di schede, Attività pratiche in sala pesi, small group, LesMills, e Approccio posturale.

Il corso è stato aperto da una lezione introduttiva del Dott. Lorenzo Bertinelli, Coordinatore regionale di educazione fisica e sport dell'Ufficio Scolastico Regionale per l'Umbria.



Un momento di riconoscimento e futuro

Durante la cerimonia conclusiva, gli studenti hanno ricevuto l'attestato ufficiale, che certifica le competenze acquisite e rappresenta il primo step di un percorso di specializzazione progressivo nel mondo del fitness.

Barbara Carli ha espresso grande soddisfazione per il lavoro svolto, sottolineando il valore di una formazione che guarda al futuro e investe nei giovani, integrando scuola, sport e professione.

Con questa prima edizione, AREA4 GYMNASIUM si conferma un modello di formazione avanzata per i ragazzi che vogliono trasformare la loro passione per lo sport in una competenza concreta e spendibile nel mondo del lavoro.





MOTOR STYLE SHOW 2025: SUCCESSO A FOLIGNO

MOTORI ROMBANTI TRA SPETTACOLO E ANIMAZIONE
CON CSI FOLIGNO E JOCO CAMPUS .

Domenica 25 maggio 2025 Foligno ha ospitato il Motor Style Show – Il Circo dei Motori, un evento che ha trasformato il parcheggio del Palasport Palapaternesi in un palcoscenico di emozioni, adrenalina e divertimento per tutte le età.

Tra le numerose attrazioni, l'animazione del CSI Foligno, in collaborazione con i ragazzi di JOCO CAMPUS Palasport Foligno, ha giocato un ruolo fondamentale nel coinvolgere il pubblico, rendendo la giornata ancora più speciale.

Un'esplosione di energia per grandi e piccini

L'area dedicata all'animazione è stata un punto di riferimento per le famiglie. I giovani animatori di JOCO CAMPUS hanno proposto una serie di attività coinvolgenti:

- Giochi di gruppo: percorsi a ostacoli, staffette e giochi di squadra hanno stimolato la partecipazione attiva dei bambini, promuovendo valori come la collaborazione e il fair play.
- Laboratori creativi: spazi dedicati alla creatività dove i più piccoli hanno potuto esprimersi attraverso disegni, pittura e costruzioni, stimolando la fantasia e l'ingegno.
- Spettacoli interattivi: momenti di intrattenimento con musica, balli e sketch comici che hanno coinvolto anche i genitori, creando un'atmosfera di allegria e condivisione.

Un successo condiviso

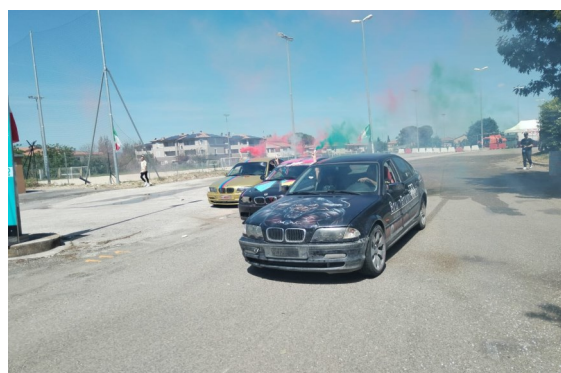
L'entusiasmo e la professionalità degli animatori hanno ricevuto ampi consensi da parte del pubblico. Molti genitori hanno espresso apprezzamento per l'attenzione dedicata ai più piccoli, sottolineando l'importanza di iniziative che uniscono divertimento e valori educativi.

L'animazione del CSI Foligno e JOCO CAMPUS ha dimostrato come lo sport e il gioco possano essere strumenti efficaci per promuovere la socializzazione, l'inclusione e il benessere tra i giovani.

Un appuntamento da non perdere

Il Motor Style Show 2025 ha rappresentato un perfetto connubio tra spettacolo motoristico e intrattenimento per famiglie. L'animazione proposta dal CSI Foligno e JOCO CAMPUS ha arricchito l'evento, offrendo momenti indimenticabili a tutti i partecipanti.

Per chi non ha potuto partecipare, l'appuntamento è per la prossima edizione, con la certezza che l'energia e la passione degli animatori sapranno ancora una volta conquistare il cuore di grandi e piccini.



VIVILCASTELLO

8 GIUGNO 2025

Sport e Divertimento
per tutti



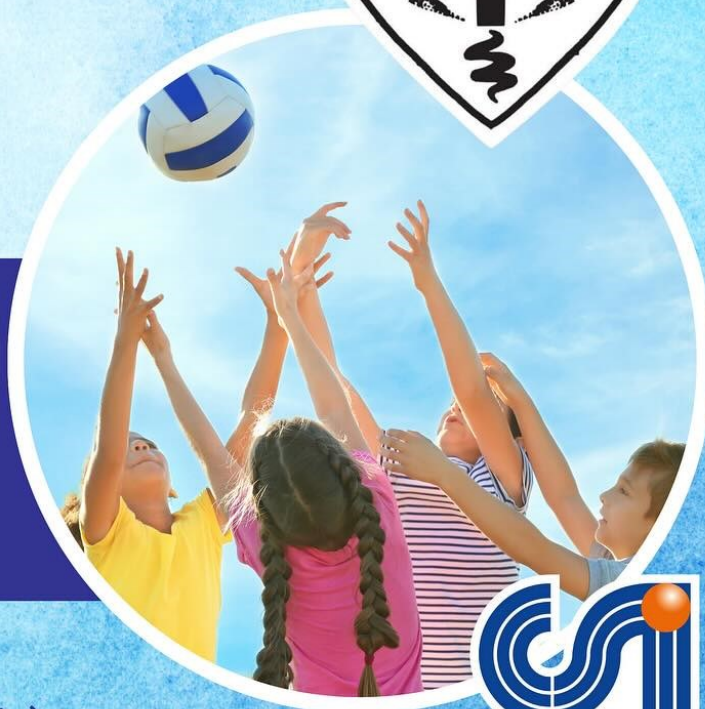
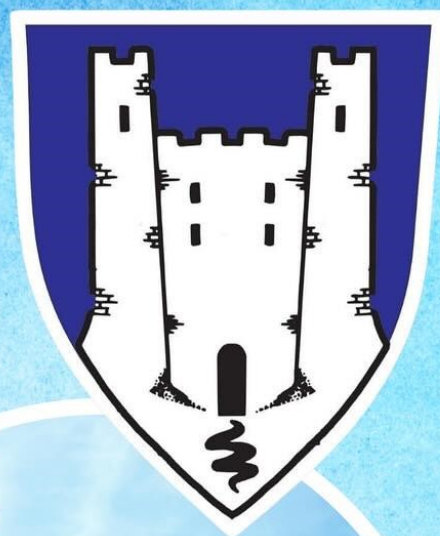
Con il patrocinio
del Comune di Trevi

Villa Fabri,
Via delle Grotte, 2 - Trevi
Dalle ore 15:00

- ✓ Giochi
- ✓ Animazione
- ✓ Trucca bimbi
- ✓ Street Food



Per info
3896404083 (Antonio)
3349849000 (Luca)



Visita il nostro sito www.csifoligno.it



Wild Trekking 2025

29 Marzo
Trekking Rovita

26/27 Aprile (da definire)
Volperino, Rasiglia, Ascolano, Serrone, Rocca di
Serrone, Volperino 9,11 km 396 MT

24/25 Maggio (da definire)
Sentiero San Giovanni Mulino Buccilli (degustazione)
6,96 km 245 MT giro ad anello

28/29 Giugno (da definire)
Colfiorito anello Birdwatching, 14,4 km 292 MT

26/27 Luglio (da definire)
Sentiero acque Pieve Torina e percorso Kneipp 9.52
km 276 MT anello

30/31 Agosto (da definire)
Volperino, Fraia, Cupigliolo. Partenza da Volperino
12,54 km 381 MT

27/28 Settembre (da definire)
Ex ferrovia di Spoleto 13 km 320 MT

Contattaci



3486460767 (Gaia) - 3490531102 (Mara)



sassovivowild.com



CONVENZIONI & SCONTI

PRESENTANDO LA TESSERA CSI



Agriturismo La Semente
Frazione Limiti, snc – 06038 Spello (PG)
Tel. +39 0742302033
info@lasemente.it
www.lasemente.it

Alla c.a.
CSI Centro Sportivo Italiano
Comitato di Foligno
Via Nino Bixio, 2 - 06034 Foligno (PG)

OGGETTO: Offerta commerciale a favore dei soci e familiari del CSI Centro Sportivo Italiano, Comitato di Foligno

Gent.mi,

con la presente email siamo a proporvi la stipula di una convenzione a vostro favore con una riduzione del 10% su tutte le nostre tariffe per tutta la stagione 2019 e 2020.

L'Agriturismo La Semente è situato nel cuore verde dell'Italia: l'Umbria.
Per la precisione in località Limiti presso il comune di Spello, città che ospita in giugno le famosissime **Infiorate**; nelle immediate vicinanze di Cannara, nota per la sua **Festa della Cipolla**, celebre a livello nazionale.
Distante solo pochi chilometri dal Parco del Monte Subasio e alcuni dei più bei Borghi e città d'arte della regione come: Spello (6 km.), Bevagna (10 km.), Foligno (11 km.), Assisi (16 km.), Montefalco (18 km.), Trevi (25 km.), Perugia (30 km.), Spoleto (40km.), Todi(47km.), Gubbio(67km.).

L'Agriturismo è gestito da giovani ragazze e ragazzi facenti parte di una *Società Agricola Cooperativa Sociale di tipo b*, un luogo nel quale le coltivazioni e gli spazi vengono gestiti da un gruppo misto di lavoratori e persone svantaggiate, principalmente soggetti affetti da disturbo dello spettro autistico, che si prendono cura della terra e di altre aree, privilegiando il metodo di produzione **biologico**.
Prevista la possibilità di strutturare delle esperienze dirette di attività in campo: semine, raccolte, riassetto ricoveri animali o semplici passeggiate

La struttura, di nuovissima costruzione, è arredata con cura e buon gusto nei minimi dettagli, con parquet in tutte le stanze e locali in comune. E' arricchita da un panorama rurale spettacolare che si apre sulla campagna spellana con la magnificenza del Monte Subasio e la vista di Assisi e Spello.
Gli ospiti possono scegliere tra le diverse tipologie di camere tutte completamente autonome.



La Semente Società Agricola Cooperativa Sociale di tipo B
Frazione Limiti, snc – 06038 Spello (PG)
P. IVA e C.F. 03400870543

sito: www.lasemente.it / e-mail: commerciale@lasemente.it / telefono: 0742 302033



**Pizzeria
Ristorante
La Cerquetta
Hotel**



Tel. 0742.381963
info@cerquetta.it

- ✓ Sala per Feste di Compleanno
- ✓ Sala Riunioni e Convegni
- ✓ Salone per Cene Private
- ✓ Pizza da asporto pranzo e cena

 **La Cerquetta**

La Cerquetta di Santoni Luca
Via Madonna, 75 - 06039 Trevi (PG)
p.i. 02916980549 c.f. SNTLCU63L22L397S
www.cerquetta.it Cod. Univoco SUBM7oN



PARIS MATCH
abbigliamento e accessori

Paolo Sportoletti
3938800762

Largo Carducci, 22 • 06034 Foligno (Pg)
partita iva: 02947580540 • codice fiscale: SPRPLA73R08D653B

Sconto del 10%

Sconto del 20% non cumulabile

Oggetto: Convenzione Marcucci Gomme.

La Marcucci gomme Srl con sede in Località Petrognano 06049 Spoleto, per i venti anni di collaborazione con A.S.D. Bici Club Spoleto "Castellani Impianti Elettrici" porta a conoscenza i propri tesserati, i suoi sponsor sostenitori e tutti i tesserati CSI del comitato di Foligno di avere stipulato una convenzione, inerente la vendita e assistenza di pneumatici proponendo le migliori marche a prezzi vantaggiosi e praticando i seguenti sconti:

- Michelin 30% ;
- Yokohama 50%;
- GT Radial 55%;
- Ricoperto 50%.
- Tutte le altre marche prezzi di assoluta concorrenza
- Montaggio ed equilibratura a carico della Ditta Marcucci Gomme

Per tutti,
sconto
del 10%
all'esibizione
della tessera.

La Tavernetta di Porta Guelfa

Mangeria
carne alla brace

di Silvestro Taccucci

via Alcide De Gasperi, 1
via Raggiolo, 2
06031 Bevagna (Pg)
333.4300722 - 328.7112093



Rosa di Assisi
appartamenti vacanze

A 8 Km da Assisi Via Madonna di Campagna, 64 Bastia Umbra (PG)
tel/fax 075.800.22.82 - Cell. 333.81.78.093 - Info@rosadiassisi.it
www.rosadiassisi.it



VENDITA - ASSISTENZA
PC - COPIATRICI
FAX - STAMPANTI
MOBILI E MACCHINE
PER UFFICIO

Foligno, via la Louviere n°4
Tel. 0742.21122 - Fax 0742.23737
E-mail: massimiliano@bzoffice.it



AZZARELLI
SERVICES

IL TUO PUNTO DI RIFERIMENTO



TELEFONIA



VENDITA-PERMUTE
NUOVO
USATO
RIGENERATO



ASSISTENZA RAPIDA



SU QUALSIASI
TIPO DI
DISPOSITIVO



379 13 46 790
azzarelliservices@gmail.com



AZZARELLI SERVICES

Via Cesare Battisti, 69 FOLIGNO (PG)

Certificato attività AGONISTICA UNDER 35 (IRI test; gradino): euro 35,00/anno

Certificato attività AGONISTICA OVER 35 (TEST ERGOMETRICO): euro 45,00/anno

Certificato attività NON AGONISTICA (sotto sforzo): euro 45,00/anno

Certificato attività NON AGONISTICA: euro 30,00/anno

- Certificato attività AGONISTICA UNDER 35 (IRI test; gradino): euro 35,00/anno
- Certificato attività AGONISTICA OVER 35 (TEST ERGOMETRICO): euro 45,00/anno
- Certificato attività NON AGONISTICA (sotto sforzo): euro 45,00/anno
- Certificato attività NON AGONISTICA: euro 30,00/anno

Giovanni Aristei

TUTTO PER PREMIAZIONI SPORTIVE

COPPE, TARGHE, QUADRI, TROFEI, T-SHIRT, DISTINTIVI, OGGETTISTICA,
GAGLIARDETTI, CAPPELLINI, OROLOGI DA POLSO PERSONALIZZATI A COLORI,
CONIATURE SPECIALI E PERSONALIZZATE
SI ESEGUONO LAVORI IN QUADRICROMIA EXPRESS

Via G. Becchetti, 101 - 06081 S.M. Angeli (PG)

Tel. 075.8040891 -

e-mail: aristei44@libero.it - www.aristeipremiazioni.com

