

con il Patrocinio di

IO SONO  
FRIULI  
VENEZIA  
GIULIA



REGIONE AUTONOMA  
FRIULI VENEZIA GIULIA



Comune di  
San Vito al  
Tagliamento



CITTÀ DI  
LIGNANO  
SABBIADORO



ITALIA CONI  
COMITATO REGIONALE  
FRIULI VENEZIA GIULIA

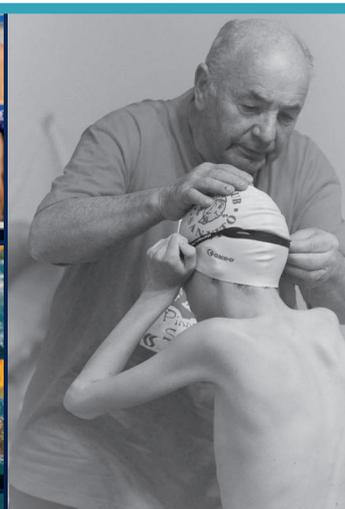
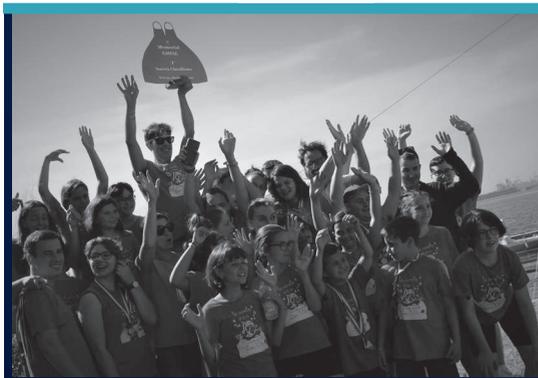


Comitato Italiano Paralimpico

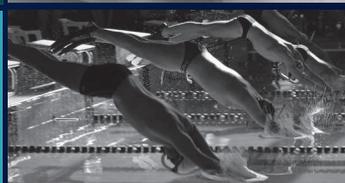


FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO PARALIMPOICO

Comitato  
Disabilità del Savonese



# ORI E VALORI -2022-



PINNA SUB  
SAN VITO AL TAGLIAMENTO



FOTO DI LORIS ZANINOTTO





**Presidente  
FIPSAS**

Desidero rivolgere il mio personale saluto e di tutta la Federazione Italiana Pesca Sportiva, Attività Subacquee e Nuoto Pinnato a questa edizione 2022 dei Campionati Italiani di Apnea e Nuoto Pinnato per Diversamente Abili, in programma a Lignano Sabbiadoro (UD), presso il Villaggio Sportivo Bella Italia, il 19 e 20 Novembre p.v.

Questo evento, al quale l'intera Federazione attribuisce un'importanza straordinaria, costituisce l'occasione per dare ulteriore respiro e linfa a un mondo quanto mai attivo come quello dei diversamente abili praticanti l'apnea e/o il nuoto pinnato. Due discipline, quest'ultime, in cui agli atleti, complice anche l'elemento acqua, che ovatta e sostiene, riescono a compiere delle imprese veramente incredibili. Riprova ne siano i quattro record mondiali di apnea che hanno caratterizzato e arricchito l'ultima edizione dei Campionati Italiani.

Rivolgo un particolare saluto a tutti i partecipanti, ai giudici, ai dirigenti, ai tecnici, agli assistenti e agli atleti che, ne sono più che convinto, onoreranno questa manifestazione sportiva nel migliore dei modi.

Saluto e, al contempo, ringrazio sia le Autorità locali, sia gli Organi Territoriali FIPSAS coinvolti per l'impegno profuso e la fattiva collaborazione, sia la Società Pinna Sub San Vito, che, con grande passione e determinazione, organizzerà questa edizione 2022 dei Campionati Italiani di Apnea e Nuoto Pinnato per Diversamente Abili.

Ad ognuno giunga, naturalmente, il mio caloroso in bocca al lupo!

*Prof. Ugo Claudio Matteoli*



Con grande soddisfazione saluto questa diciannovesima edizione di acqua senza barriere, di cui ho avuto l'opportunità di vederla crescere anno per anno. Ricordo con piacere i primi passi nella nostra piscina comunale, con la partecipazione di qualche piccola esperienza interregionale. Vedere ora che la ASD Pinna sul San Vito risulta la società più blasonata a livello nazionale per l'attività del nuoto pinnato paralimpico e dell'apnea paralimpica è motivo di vanto per la nostra cittadina.

Valore aggiunto da questa società sportiva e la continua diffusione di una cultura inclusiva. Dalla partecipazione al Comitato disabilità del Sanvitese e dalle tante proposte formative informative organizzate a favore di insegnanti educatori e volontari si coglie lo spessore filantropico che contraddistingue questo nostro sodalizio Sanvitese. Certo che il presidente Franco Popaiz è la sua grande squadra di volontari al seguito, Sono certo che ci riserverà ancora nuove sorprese in quanto quotidianamente ci insegnano come superare le barriere.

*Alberto Bernava*



## Sindaco Comune di San Vito al Tagliamento



## Presidente Settore Attività Subacquee e Nuoto Pinnato

Sarà l'impianto natatorio del Villaggio Sportivo Bella Italia di Lignano Sabbiadoro (UD) ad ospitare l'edizione 2022 dei Campionati Italiani di Apnea e Nuoto Pinnato per Diversamente Abili, i quali andranno in scena il 19 e 20 Novembre p.v.

Questi Campionati Italiani costituiscono un evento estremamente importante, dal momento che sia l'apnea sia il nuoto pinnato per disabili stanno velocemente prendendo piede in un ambiente attento alle diversità, in continuo movimento. Il valore sportivo nonché inclusivo di un evento come questo è sotto gli occhi di tutti. Riprova ne siano l'elevata partecipazione e le straordinarie performance che lo caratterizzano. Ben quattro sono stati, infatti, i record mondiali realizzati in occasione dell'ultima edizione, la quale ha certificato, in modo tangibile, la crescita di un movimento divenuto maturo e pronto ad affrontare nuove e sempre più impegnative sfide. Sono certo che la A.S.D. Pinna Sub San Vito, da anni impegnata nella promozione e valorizzazione delle attività sportive rivolte ai diversamente abili, saprà garantire le competenze tecniche che l'organizzazione di una manifestazione importante come questa richiede. Desidero rivolgere a tutti i protagonisti dei Campionati Italiani di Apnea e Nuoto Pinnato per Diversamente Abili (atleti, assistenti, tecnici, giudici, organizzatori, etc.) il mio saluto personale e quello di tutto il Comitato di Settore Attività Subacquee e Nuoto Pinnato, con l'augurio che tale manifestazione possa riscuotere il successo che merita.

*Carlo Allegrini*



## Assessore allo Sport del Comune di San Vito al Tagliamento

Da Amministratore Comunale con delega allo Sport sono felice di promuovere ed ospitare l'iniziativa "ACQUA SENZA BARRIERE", giunta alla sua nona edizione, iniziativa che include i Campionati italiani Difer Fipas Nuoto Pinnato - Apnea Indoor, il Trofeo "Ori e Valori" e altre manifestazioni ed eventi sul tema dello sport degli atleti disabili. Eventi che si svolgeranno tra Lignano Sabbiadoro e la nostra San Vito al Tagliamento, cittadina particolarmente attenta al mondo dei disabili e con una vocazione all'accoglienza e alla solidarietà, costellata da cooperative sociali e associazioni sportive e non che hanno fatto dell'inclusione la loro missione. Questo evento è il frutto finale di un grande lavoro sia organizzativo sia di preparazione sportiva coinvolgendo moltissime persone, che vedono nello sport il modo migliore per realizzare l'inclusione. Ritengo che lo sport abbia la capacità di unire popoli e persone; lo sport è fonte e motore di accoglienza sociale, strumento eccellente per l'integrazione delle minoranze e delle persone più fragili. Con lo sport e con eventi come questo è possibile valorizzazione le differenze in un'ottica di lotta alle disuguaglianze, dimostrando concretamente, al contempo, di essere una leva di sviluppo sociale per i diversamente abili e per la stessa comunità. Ringrazio tutti i partecipanti, che invito a vivere anche le bellezze e l'accoglienza del nostro territorio oltre al momento di sport, ma soprattutto ringrazio tutti gli organizzatori che con professionalità da anni preparano questo evento costellato di momenti di approfondimento e di incontro sul tema dello sport e della disabilità.

*Giacomo Collarile*



Nel 1999, dalle sollecitazioni dei familiari dell'Associazione di Auto Mutuo Aiuto "Vivere Insieme" e dalla disponibilità degli operatori sociali, è nato il Comitato Disabilità Sanvitese per coinvolgere le numerose realtà del territorio già operative nel dare risposte qualificate ai bisogni dei disabili. Il Comitato ha acquisito negli anni un valore intellettuale ed è diventato un tavolo di rappresentanza delle realtà che si occupano delle persone vulnerabili e l'espressione di una sensibilità del territorio sanvitese.

Nel 2018 con un Accordo di Rete il Comitato Disabilità Sanvitese è stato formalizzato grazie alla presenza di 17 realtà locali tra enti pubblici, cooperative e associazioni.

L'A.S.D. Pinna Sub San Vito ha partecipato alla costituzione del Comitato D in rappresentanza del mondo dello sport.

# INCLUSIONE: TRA DIRE E IL FARE



**sabato 3 dicembre 2022**

auditorium Zotti San Vito al T.to ore 10.00

## **INTERVERRANNO**

### **CULTURA E POLITICHE INCLUSIVE PER SOSTENERE LE BUONE PRATICHE**

Prof.ssa ELENA BORTOLOTTI Professore associato Università degli Studi di Trieste

### **CENTRO ESTIVO SPORTIVO INCLUSIVO CON L'ORTO SINERGICO**

ASD Atletica 2000 con Annetta Bertolini e

i Maestri dell'orto sinergico dell'associazione Il Mosaico

### **IO CI VADO: AZIONI CONCRETE PER UN TURISMO PIÙ INCLUSIVO**

IO CI VADO APS con Francesco Favero

### **COMUNICAZIONE AUMENTATIVA ALTERNATIVA**

Ufficio H Comunità Piergiorgio ONLUS di Udine con Barbara Porcella

### **ACQUA SENZA BARRIERE: UNA PALESTRA DI INCLUSIVITÀ**

a cura della ASD Pinna Sub San Vito





**Presidente  
Comitato  
Regionale CIP  
FVG**

Sono lieto di portare i saluti ai partecipanti della IXX edizione della manifestazione ACQUA SENZA BARRIERE- Anno 2022 presso la piscina del Complesso Bella Italia Village, che sarà portatrice della cultura paralimpica dell'inclusione attraverso lo Sport.

Il programma di quest'anno dà ampio risalto alle gare di nuoto, nuoto pinnato e apnea con tre diverse federazioni coinvolte, dando spazio alla testimonianza attraverso la presentazione del libro: Punto. A Capo - di Antonio Fantin Campione paralimpico di nuoto.

Ringrazio i dirigenti e i volontari che si sono dedicati all'organizzazione dell'evento e auguro agli atleti partecipanti il più grande successo.

*Giovanni De Piero*



**Vicepresidente  
della Regione  
Autonoma Friuli  
Venezia Giulia**

Mai come in questi difficili anni drammaticamente segnati dalla pandemia, dalla guerra e da eventi atmosferici avversi, che hanno messo duramente a prova le nostre comunità, lo sport si conferma strumento capace di veicolare e trasmettere in maniera straordinaria i valori che ci hanno permesso e che continuano a permetterci di superare le sfide di quest'epoca tanto complessa. È nel momento della criticità che si distingue infatti il valore dell'uomo. Così, nelle circostanze di privazione, fisica o della mente, la forza di ritrovare sé stessi, di superare barriere prima considerate impossibile da affrontare, assume dimensioni inaspettate e di incredibile impatto: è da queste dimensioni che possiamo uscirne vittoriosi, trasformati, rinati, con una nuova consapevolezza e una nuova visione di noi stessi e dagli altri.

Lo sport ci porta quotidianamente a misurarci con quello che siamo e con quello che potremmo essere per diventare migliori: attraverso il confronto costruttivo con gli altri, attraverso il rispetto, la condivisione e il riconoscimento di un'apparente diversità, ci indica la strada per la vera integrazione. Crea uno spazio dove ognuno può dare il meglio di sé stesso, diventando faro per gli altri. Iniziative come "Acqua senza barriere", portata avanti con costanza, dedizione e impegno ormai da diciannove anni, sono un esempio reale di come si possa raggiungere traguardi importanti che raccontano di sfide vinte, di sogni realizzati, di nuovi orizzonti disegnati. Al di là di tutti gli ostacoli, fisici o culturali che siano.

*Riccardo Riccardi*

**ANTONIO FANTIN**

# **PUNTO. A CAPO**



**venerdì 18 novembre  
ore 20.30**

**Lignano Sabbiadoro  
villaggio Bella Italia**

**Presentazione del libro di  
ANTONIO FANTIN**

Lecture a cura di Mior Sabrina  
dell'associazione Libro parlato



Modera Massimiliano Popaiz

## CAMPIONATI ITALIANI FIPAS-DIFIR APNEA E NUOTO PINNATO

### SABATO 19 NOVEMBRE 2022

**Vasca da 25 m** **Nuoto Pinnato & Apnea**  
**Ore 08.00-8.30** **Accredito atleti**

#### **Nuoto Pinnato**

Ore 08:30

Briefing rappresentanti di società

#### **Riscaldamento Campionato Italiano DIFIR di Nuoto Pinnato**

Ore 09:00

Inizio gare Campionato Italiano DIFIR di Nuoto Pinnato

**25 m pinne**

**FUORI GARA** aperta a tutte le classi DIFIR

**25 m pinne**

anche con ausili natatori (tavoletta, galleggianti, etc.)

**50 m pinne**

classe C1 C2 C3 C4 B A (C21 e S14)

**25 m apnea**

classe C1 C2 C3 C4 B A (C21 e S14)

**25 m mono**

classe C1 C2 C3 C4 B A (C21 e S14)

classe C3 C4 B A (C21 e S14)

Staffetta 4x50 pinne mista assoluta (2f+2m)

classe C unificata - A unificata

Premiazioni in bordo vasca

#### **Apnea**

Ore 10:30

#### **Riscaldamento Campionato Italiano DIFIR di Apnea Dinamica**

Ore 11:00

Inizio gare Camp. It DIFIR di Apnea - Dinamica lineare con attrezzi

Ore 13:00

Chiusura sessione gare del mattino e premiazioni

#### **Vasca da 50 m**

#### **Nuoto Pinnato**

Ore 14.00

#### **Riscaldamento atleti Campionato Italiano DIFIR di Nuoto Pinnato**

Ore 14.30

Inizio gare Campionato Italiano DIFIR di **Nuoto Pinnato**

100 m pinne

classe C1 C2 C3 C4 B A (C21 e S14) 200 m pinne

100 m mono

classe C1 C2 C3 C4 B A (C21 e S14)

Staffetta 4x50 m pinne assoluta mix

classe A - B - C2 - C3 - C4

Staffetta 4x50 m pinne di categoria assoluta classe C unificata - A unificata

#### **Vasca da 25 m**

#### **Apnea**

Ore 15:30

#### **Riscaldamento atleti Campionato Italiano DIFIR di Apnea statica**

Ore 16.00

Campionato Italiano DIFIR di Apnea Statica

#### **Vasca da 50 m**

Ore 18:00

Piscina Olimpica Presentazione del **Trofeo Ori e Valori**

con tutte le squadre partecipanti np + ap

A seguire premiazioni gare sessione del pomeriggio

### DOMENICA 20 NOVEMBRE 2022

#### **Vasca da 25 m**

Ore 09:30

**Riscaldamento atleti Camp. It. DIFIR di Apnea Dinamica senza attrezzi**



## Assessore allo Sport Regione autonoma Friuli Venezia Giulia

Anche in questo 2022 il Campionato Italiano di Apnea e Nuoto pinnato per atlete ed atleti con disabilità sta per entrare nel vivo e, come di consueto, il “Pinna Sub” San Vito è pronto ad organizzare l’ormai consolidata manifestazione sportiva di inizio anno dal nome “Ori e Valori”: un appuntamento che unisce sport e inclusione, dedicato a tutte le categorie di atleti, sia normodotati che con disabilità.

È ormai un dato di fatto che le società sportive del Friuli Venezia Giulia, come il “Pinna Sub” San Vito, siano all’avanguardia nella gestione e preparazione degli atleti, come testimoniano gli innumerevoli risultati positivi che i nostri sportivi ottengono in tutti i livelli competizione.

Tutto questo non può che rappresentare un valore aggiunto sia per il mondo dello sport nazionale e internazionale che per la promozione del nostro territorio in Italia e all’estero. Come Assessore allo Sport della Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia desidero porgere il mio più caloroso saluto al pubblico, a tutti gli organizzatori e alle atlete ed atleti che parteciperanno evento, con l’auspicio che anche l’edizione di quest’anno possa portare in vasca una competizione ad altissimi livelli che - ne sono certa - eguaglierà e supererà i successi degli anni precedenti.

*Tiziana Gibelli*



## Presidente ASD Pinna Sub San Vito

Ancora una emozione per questo appuntamento che ha caratterizzato il sodalizio, che ho l'onore di presiedere, fin dal suo esordio. Mai io ed i soci fondatori avremmo pensato di creare un evento simile, un progetto che si è arricchito e sviluppato nel corso degli anni, diventando un punto di riferimento e di incontro dapprima a livello regionale poi addirittura nazionale ed ora Mondiale.

Dalla semplice idea di diffondere l'attività natatoria, siamo cresciuti e ci siamo trovati ad organizzare gare di nuoto, di pinnato, di apnea, di hockey sub e corsi di formazione federali per condividere il sapere acquisito nel corso degli anni con i nostri colleghi regionali e nazionali. La soddisfazione è massima pensando al lavoro fin qui svolto e ai tanti fronti aperti. Ringrazio infinitamente tutti i volontari che, costantemente, ci danno una mano: i genitori, i tecnici, gli atleti e tutti coloro che partecipano entusiasti alla vita societaria. Li ringrazio di cuore per aver trasformato la nostra piccola realtà in un punto di riferimento della Fipsas, ma, soprattutto, per continuare a portare, giorno dopo giorno, il proprio piccolo o grande "mattoncino" utile alla crescita e allo sviluppo della Pinna Sub.

*Franco Popaiz*



## Delegato Regionale FINP

Quattro i valori paralimpici: coraggio, determinazione, ispirazione ed eguaglianza, valori che sono scritti, in caratteri Braille, sul manico della fiaccola, questo è il mondo che da sempre mi appartiene. Prima come giudice di gara e poi come delegato regionale FINP per il FVG mi sento di dire che non saprei vivere diversamente, poiché le Paralimpiadi sono il simbolo dell'uguaglianza e delle pari opportunità. Infatti, anche laddove sussistano delle difficoltà fisiche o psichiche, lo sport riesce a unire e a creare un mondo davvero accessibile a tutti, con spensieratezza e tanto impegno. Mente, corpo e spirito, ai successi si abbinano le storie fantastiche degli atleti che sono fonte di ispirazione per tutti che sono liberi di essere se stessi, veri e potenti. Ed è proprio in questa manifestazione che la pinna sub riesce a far rivivere queste emozioni grazie all'impegno di tutti i collaboratori che rendono possibile questo evento. A tutti i partecipanti desidero esprimere i miei complimenti.

*Maria Elisabetta Capasa*

È con grande piacere che rinnovo, a nome del mondo sportivo del Friuli Venezia Giulia e mio personale, il più caloroso saluto di benvenuto a quanti prenderanno parte alla all'edizione 2022 di "Ori e valori", manifestazione in programma a Lignano Sabbiadoro dal 18 al 20 novembre prossimi.

Un evento davvero significativo che coniuga sport e socialità, cultura sportiva e integrazione. Quando si impara a conoscere la manifestazione un po' più da vicino, infatti, si rimane colpiti dalla sua articolazione che si sviluppa in tre giornate e che coinvolge davvero tanti soggetti uniti nell'obiettivo comune di combinare la passione sportiva verso la disciplina natatoria all'inclusione, incoraggiando un'attenta riflessione sul mondo della disabilità.

Solo attraverso la collaborazione e la condivisione è possibile raggiungere risultati importanti e, da anni, l'ASD Pinna Sub San Vito lavora in questa direzione, esaltando i veri valori dello sport e diventando sempre più un punto di riferimento per i vertici nazionali della FIPSAS e un orgoglio per l'intero movimento sportivo regionale.

Al Presidente Popaiz, ai suoi collaboratori e ai numerosi volontari impegnati nell'evento, vada quindi il mio plauso più grande e i miei più sentiti ringraziamenti per l'imponente lavoro che andranno a svolgere dimostrando, per l'ennesima volta, la passione sportiva, la sensibilità e la professionalità tipica delle nostre genti.

Agli atleti partecipanti alle competizioni impegnati in questo ricco weekend invio invece il mio più grande "in bocca al lupo" per il risultato sportivo ma, soprattutto, l'augurio di vivere queste giornate all'insegna dello sport e dell'amicizia.

*Giorgio Brandolin*



**Presidente  
CONI FVG**





## Responsabile Nazionale DIFIR Nuoto Pinnato

Con entusiasmo e un po' di preoccupazione, saluto ancora una volta questo evento, che grazie ai tanti volontari e appassionati, diventa un laboratorio di inclusione. Dalle gare al Campus, dalle presentazioni ai convegni, Ori ee Valori risulta essere un riferimento per l'attività paralimpica. Tanta è la mia gratitudine per questa esperienza che mi ha permesso anche di far parte portando la voce di questa esperienza, nel Coni regionale, nel Comitato paralimpico regionale, ma anche come presidente regionale della FIPSAS e come consigliere nazionale di settore sempre alla FIPSAS. Il movimento FIPSAS paralimpico ha preso forma, non resta ora che trovare nuove persone per portare avanti i tanti progetti attivati. Un grande in bocca al lupo ai tanti atleti che prenderanno parte a questo evento, senza di loro tutto questo non sarebbe possibile. Grazie per il vostro impegno.

*Massimiliano Popaiz*



Lo IAL Friuli Venezia Giulia con grande piacere sostiene e si rende parte attiva della manifestazione "Ori e Valori". I nostri giovani allievi del Centro Turistico di Latisana e del Centro Alberghiero di Aviano collaboreranno all'organizzazione dell'evento. L'iniziativa è la testimonianza di come l'impegno e la passione sono il veicolo per realizzare le proprie vocazioni ed esprimere sé stessi, com'è nello spirito della nostra scuola. Siamo felici di rivolgere agli atleti e a tutte le persone impegnate nella manifestazione i nostri migliori auguri per il successo della manifestazione.

 **IALFVG**

Un momento di agonismo e inclusione, tre giorni di gare per ribadire che lo sport è uno e uno solo e che la pratica sportiva è realmente uno straordinario strumento per far cadere ogni forma di barriera. "Ori e Valori", anche quest'anno, vuole ribadire con forza un concetto, che in acqua non ci sono confini, che l'acqua è elemento che permette alla persona con disabilità di esprimersi al meglio e, soprattutto, che consente di tirar fuori il meglio di sé. Una manifestazione che culminerà con l'XI edizione di Acqua senza Barriere, che vedrà il coinvolgimento di tutti quegli attori che operano nel mondo sportivo, della disabilità sportiva e non, dell'educazione e dell'istruzione, tutti insieme per ribadire la valenza culturale dello sport, nella consapevolezza che un Paese non cresce se non cresce di pari passo la cultura e che l'indice di civiltà di una società si misura anche e soprattutto attraverso l'attenzione nei confronti del mondo della disabilità. Apprezzo particolarmente una manifestazione come "Ori e Valori" perché è questo che fa crescere il nostro movimento: il confronto, il dibattito, la voglia di non fermarsi, bensì quella di guardare a ogni risultato come un traguardo intermedio. Sono certo che anche quest'anno metterete in questo evento e progetto tutta la passione che, da sempre, vi anima. Da parte mia vi giunga forte e sincero il mio personale in bocca al lupo.

*Luca Pancalli*



**Presidente  
Comitato Italiano  
Paralimpico**



# Mazzolo Viaggi

by Patrick

[www.mazzoloviaggi.com](http://www.mazzoloviaggi.com) | Tel. +39 0434 834483

## Viaggi e Turismo





## SCUOLA DI NUOTO SCUOLA DI VITA

La nostra passione ci spinge a far scoprire il mondo acquatico a tutte le persone, condividendo le loro propensioni e capacità.

Ci piace, per ciascuno dei nostri soci, realizzare dei percorsi specifici, organizzando le frequenze ai corsi e la partecipazione alle attività, tenendo presente i loro impegni familiari,



scolastici e lavorativi.

Siamo convinti che l'esperienza sportiva sia una palestra di vita se ricca di valori e sappia offrire momenti di confronto. Con questo spirito organizziamo occasioni di incontro, attività ricreative, momenti formativi per vivere pienamente lo slogan associativo "Ori e Valori".



●● **GIOCO BIMBI** rivolto ai medi e grandi (4/6 anni) e ai piccoli accompagnati dai genitori (2/3 anni). Un'occasione per avvicinarsi all'acqua in modo divertente e giocoso.

●● **PESCIOLINI** per avvicinare i bimbi (dai 6 ai 10 anni) all'acqua in modo divertente e sperimentare i primi rudimenti del nuoto e delle pinne.

●● **NUOTO BASE** per tutte le età e per chi non ha trovato il coraggio fin d'ora a muovere i primi passi nel nuoto.

●● **NUOTO AVANZATO** per migliorare i quattro stili di nuoto fondamentali.

●● **NUOTO LIBERO** anche con le pinne, per sperimentare la propria capacità acquatica e mantenersi in allenamento.





## *Un gruppo di persone che condivide un obiettivo può raggiungere l'impossibile.*

●● **SIETE PRONTI A GIOCARE CON LE PINNE E LA MONOPINNA?** Requisito indispensabile: voglia di divertirsi, di mettersi in gioco e socializzare! Grazie all'esperienza maturata organizziamo allenamenti per ragazzi e adulti che vogliono avvicinarsi all'acqua.

Gli obiettivi che ci prefiggiamo sono il miglioramento dei quattro stili di nuotata (stile libero, dorso, rana e delfino) con eventuale utilizzo di pinne e altro materiale specifico del nuoto pinnato.

●● **NUOTO INTEGRATO - DIVERSAMENTE ABILI** il progetto "Nuoto Integrato" prevede, un percorso didattico mirato alla socializzazione e all'inclusione di atleti diversamente abili attraverso la pratica sportiva. Grazie agli allenamenti, alle gare e alle attività aggregative, si instaurano tra i partecipanti delle dinamiche di solidarietà e socialità.

●● **GINNASTICA DOLCE IN ACQUA** per scoprire l'acqua con gesti lenti, gradualmente, a basso impatto in modo da non richiedere ai muscoli e alle articolazioni eccessivi sforzi.

●● **SEZIONE AMBIENTE** può sembrare strano che un'associazione sportiva si occupi di ambiente, in realtà per noi lo sport è una crescita non solo fisica, ma anche etica, morale, soprattutto educativa quindi visto il legame con l'acqua non potevamo esimerci dall'affrontare tale tema.



●● **AVVIAMENTO AL NUOTO PINNATO** fanno parte della categoria esordienti i bambini fra gli 8 e i 12 anni di età. Il corso generalmente è bisettimanale e non sono richieste capacità specifiche. Per chi fosse interessato proponiamo anche la possibilità di partecipare ad alcune manifestazioni a livello regionale di nuoto pinnato a carattere promozionale.

●● **PRE-AGONISTI, AGONISTI** fanno parte dei pre-agonisti i ragazzi dai 13 ai 15 anni di età. Successivamente sarà l'allenatore a proporre ai ragazzi il passaggio nel gruppo degli agonisti.

Nel corso è previsto l'utilizzo di pinne e monopinna. Durante l'anno sono previste gare a livello regionale e nazionale di nuoto pinnato.

●● **ADULTI - MASTER** i corsi sono rivolti agli adulti che vogliono mantenersi in forma e sperimentare l'utilizzo delle pinne e della monopinna. Si offre la possibilità di partecipare a manifestazioni di nuoto pinnato sia in piscina che in acque libere.

●● **L'HOCKEY SUBACQUEO** è uno sport di squadra che permette di divertirsi in compagnia facendo attività fisica!

●● **CORSI PER ISTRUTTORI DI ATTIVITÀ NATATORIE.** Il corso abilita all'insegnamento di base delle attività acquatiche e del nuoto pinnato. Il brevetto è valido anche all'estero e permette di svolgere quest'arte nelle piscine di tutta Europa.

●● **TERZO TEMPO.** Ciò che ci distingue è l'attenzione per il gruppo e le famiglie. A fine di ogni appuntamento creiamo occasioni d'incontro.

●● **CORSI DI MINI SUB** in collaborazione con il Centro Pordenonese Sommozzatori.



# LORIS PANTAROTTO

## Bontà Friulana

**panificio BELLOTTO**

*Sede e Rivendita:*  
Via Monte 6 Busi  
Ligugnano di San Vito

*Rivendita:*  
Via Bellunello  
San Vito al Tagliamento

sanitaria ortopedia fisioterapia

LA GRIMANA SANITARIA  
FISIOTERAPIA ORTOPEZIA

[www.lagrimana.it](http://www.lagrimana.it)

Enrico: 347.4431095 - Tel. e Fax 0434.80272 - mail: [enricobellootto@libero.it](mailto:enricobellootto@libero.it)  
c.f. BLL NRC 65C26 H823L

Via Savorgnano 7/1 - 33078 San Vito al T. (PN)



[www.onoranzemedea.it](http://www.onoranzemedea.it)

**AUTOSCUOLE LEARDUZZI**

AGENZIA PRATICHE AUTO

**LUNA**

10 anni insieme per costruire il tuo futuro

Un'autoscuola che premia lo sport



**Trofeo "Ori e Valori"**  
Valido come prova del  
Campionato Regionale F.V.G. Finp e FisDir

**DOMENICA 20 Novembre 2022**  
Piscina Olimpica - Lignano Sabbiadoro (UD)

Ore 8.30 apertura impianto  
Ore 9.00 riscaldamento  
Ore 10.00 inizio gare





Az. Agricola  
**ROMANO**

Via S. Vito, 36 - 33072 Casarsa della Delizia PN  
Tel. 335 541 2861 - 328.4112230  
giorgio.romano7@tin.it



**Fioreria Martin Marco**

piante - fiori - sementi - concimi  
piante per orto e giardino di  
produzione propria

S. Giovanni di Casarsa (Pn)  
Viale Rimembranza, 18 - Tel 0434.868636



## “Ori e Valori 2022”

Gara Open di Nuoto Pinnato Velocità

20 novembre 2022

Lignano Sabbiadoro (UD)

XVI TROFEO  
PINNA SUB SAN VITO  
NP VELOCITÀ

**Programma**

Ore 14.00 Accesso all'impianto natatorio  
Ore 14.30 Riscaldamento circa 30 minuti  
Ore 15.00 Inizio gare  
Ore 17.00 Termine previsto delle gare



valevole come prima prova del campionato  
Regionale Friuli Venezia Giulia e Provinciale (PN)



UN RINGRAZIAMENTO PARTICOLARE A

Il tuo vino.  
La nostra passione.

B

bagnarol

Viale San Giovanni 88/3  
San Vito al Tagliamento

+39 0434 833751  
www.bagnarol.it

lunedì—sabato  
09:00—12:30 15:00—19:00

AZIENDA AGRICOLA  
DE MUNARI  
MELE DAL 1975

MELE SFUSE / SUCCO, SIDRO E ACETO DI MELE  
MELE DISIDRATATE / CONFETTURE  
ORTAGGI DI STAGIONE / ARACHIDI



LA BOTTEGA

via Pissarelle, 10 - SAN VITO AL TAGLIAMENTO - T. 338 5068996

FACEBOOK: AZIENDA AGRICOLA DE MUNARI

[WWW.DEMUNARIMELE.IT](http://WWW.DEMUNARIMELE.IT)

COMPILA CON  
I TUOI GENITORI.



POI FAI UNA FOTO E MANDALA A [pinnasub@libero.it](mailto:pinnasub@libero.it) oppure  
via WhatsApp al +39.377.6995087 e sarai ricontattato per  
**LA TUA LEZIONE GRATIS DI PROVA.**

CHIEDO UNA LEZIONE DI PROVA A GENNAIO 2023

PER \_\_\_\_\_ DI ANNI \_\_\_\_\_  
(nome)

ATTENZIONE la Pinna Sub San Vito non gestisce direttamente le piscine pertanto il personale degli impianti non potrà dare informazioni sulle nostre attività.