

2025

un anno di news

www.freccegialle.ch



ail

Farma
cia
di
Caslano

RAIFFEISEN
Banca Raiffeisen del Malcantone

R
RIVABELLA RÉSIDENCE
SWITZERLAND

FLP FERROVIE
LUGANESI

2025 – Un anno di news

Le **news** sono gli articoli che pubblichiamo sul sito online delle *Frecce Gialle Malcantone* (www.freccegialle.ch).

L'intento basilare è la comunicazione ai soci, ai simpatizzanti e a tutti gli interessati gli eventi sportivi cui partecipano i nostri atleti con i corrispondenti risultati ottenuti. Non mancano le informazioni sull'attività della società oppure la richiesta di coinvolgere i soci su determinate tematiche o azioni.

Dai *feedback* (reazioni) ricevuti le *news* sono molto gradite e permettono di seguire primariamente l'attività svolta dalle atlete e dagli atleti.

Nel corso dell'anno 2025 abbiamo scritto e pubblicato 83 news.

Buona (ri)lettura ...



**Ai nostri sponsor
un grande ringraziamento**



RAIFFEISEN

Banca Raiffeisen del Malcantone



**Un grande grazie ai comuni che ci sostengono finanziariamente
(stagione 2024-2025)**



CASLANO (comune sede)



ARANNO



BEDIGLIORA



CADEMARIO



MAGLIAZO



MIGLIEGLIA



NOVAGGIO



PURA

Indice

data	titolo
12.01.2025	San Martino: Tiago fa sua la Coppa!
15.01.2025	Locarno: primato sociale di Maria!
19.01.2025	San Gallo: si ritorna a casa con ben 6 personal best!
26.01.2025	Macolin: Desirée ritorna alle competizioni – Alice, Cloé, Kateryna e Marco con tanto di PB!
01.02.2025	Gordola: ai CT bronzo di Manuel e limite CS di Maria!
05.02.2025	Locarno: Personal Best di Martina!
08/09.02.2025	Macolin: personali di Arianna, Cloé (con limite) e Kateryna!
15.02.2025	Gordola: esplosione di primati personali e limiti di partecipazione ai CS!
15.02.2025	Moghegno: a Tiago la Coppa Ticino Cross U14M!
22.02.2025	San Gallo: Alice 12° rango ai Campionati Svizzeri!
16.03.2025	Con la Corri sul Lungolago debuttano le Coppe ASTI 2025
01/02.03.2025	Macolin: Elia in finale e bravissime Arianna, Cloé e Kateryna!
15.03.2025	San Gallo: Alessia da medaglia al meeting giovanile!
16.03.2025	Locarno: Tiago, Nina, Davide, Ella, Samuil, Emil e Sofia sul podio!
23.03.2024	Cortenova: Samuele, Sofia e Tiago hanno rappresentato il Ticino!
05.04.2025	Primato sociale di Maria nel disco e un soddisfatto Davide ai CS della Corsa di montagna
12.04.2025	Mattia eletto nel Comitato Direttivo della FTAL
12.04.2025	San Salvatore: Samuele sulla vetta
14.04.2025	Gruppo Giovani ASTi
16.04.2025	Mille Gruyère: Tiago "vola" alla finale nazionale!
21.04.2025	Giro Media Blenio: 8 Frecce Gialle in gara
27.04.2025	Lema Trail: vittoria di Ivana!
01.05.2024	Bellinzona: 14 Frecce alla selezione UBS Kids Cup e 2 podi!
03.05.2025	Campionati svizzeri a Locarno con Davide e Toto e meeting a Willisau con Maria
04.05.2025	Stabio: brillante vittoria di Sofia Devincenti!
10.05.2025	Berna e Zugo: bene le Frecce Gialle
10.05.2025	Bellinzona: ottimo il primo meeting outdoor dei velocisti
14.05.2025	Gentilino: Treasure, Alessia e Axel qualificati per la finale cantonale!
17.05.2025	Bellinzona: Julia, Arianna, Martina e Cloé staffetta d'argento!
17.05.2025	Bellinzona: personal best di Lia e Giulia!
17-18.05.2025	A Tesserete e a Comano le Frecce Gialle sono sempre di ... corsa
21.05.2025	Bellinzona: LIA, CLOÉ, KATERYNA E DESIRÉE RAGAZZE D'ORO!!!
21.05.2025	Bedigliora: la nostra UBS Kids Cup con 19 ragazze/i e buoni risultati
24.05.2025	Biasca: PB di Axel, Giovanna, Julia e Kateryna
18 e 25.05.2025	Ella, Ina, Lou e Norah gareggiano e si divertono
25.05.2025	Bellinzona e Lodrino: con Ivana, Alessio e Samuele
25.05.2025	Bressanone: Cloé al Brixia Next Gen con tanto di tempone sui 200 metri
29.05.2025	Langenthal: Cloé, Kateryna e Lia volano

28-31.05.2025	Settimana ricca di appuntamenti
04.06.2025	Tesserete: Alessia e Martina ritornano a casa con i PB
07.06.2025	Zofingen: bene le nostre Frecce Gialle
08.06.2025	Lugano: 3 Frecce alla Finale cantonale Visana Sprint
11.06.2025	Bellinzona: Maria firma il nuovo primato societario nel lancio del disco, bene le e i velocisti!
15.06.2025	Tesserete: Cloé, Giulia, Kateryna, Lia e Martina tutte da Personal Best!
18.06.2025	Thalwil: 18 lanci e un season best per Maria
21.06.2025	CR/1: Alessia oro + argento – Cloé in finale!
22.06.2025	CR/2: Cloé 200m da medaglia di bronzo!
28.06.2025	Bellinzona: podio di Cloé al Grand Prix!
28.06.2025	Morobbia Trail: Ivana si aggiudica la vittoria di categoria
05.07.2025	Le Frecce Gialle Malcantone possono contare su 6 nuovi monitori G+S
09.07.2025	Si è corso a Biasca e a La Rochelle (F) – PB di Giulia e Kateryna
13.07.2025	Olgiate Olona: Maria segna la miglior prestazione ticinese stagionale!
13.07.2025	Podismo: Alessio e Samuele sempre presenti
19.07.2025	Cartolina da Livigno
28.07.2025	Assemblea generale ordinaria
27.07-01.08.2025	Samuele d'argento e Ivana in bronzo
01.08.2025	Stop ai tagli alle sovvenzioni di G+S: proteggiamo il futuro dei nostri giovani atleti!
06-17.08.2025	Un agosto di corse, salti e lanci!
09.08.2025	Si corre in Engadina e al San Bernardino
19.08.2025	Locarno: tante conferme e gli acuti di Alessia e Maria
23/24.08.2025	Campionati svizzeri assoluti ... un po' di storia
23/24.08.2025	CS con Cloé, Desirée e Maria
30.08.2025	Zurigo: "manita" di Alessia all'UBS Kids Cup
31.08.2025	Nottwil: oro di Elia e Marco ai CS Staffette
31.08 e 06.09.2025	I nostri podisti sulle vette
6/7.09.2025	Locarno: 1, 2 e 3 son le medaglie ai CT!
13/14.09.2025	Zofingen e Aarau: ben 8 Frecce Gialle ai Campionati svizzeri
20/21.09.2025	Mille Gruyère e Mendrisiotto Kids Triathlon
20/21.09.2025	Arge-Alp: primato ticinese di ALICE nella 4x400m!!!
21.09.2025	Settembre di corse per i podisti FGM
27.09.2025	Bellinzona: Alessia e Cloé sul podio dei CT giovanili!
27/28.09.2025	StraLugano: Tiago, Samuele e Lou sul podio
01.10.2025	A novembre inizierà la stagione dei Cross (2025/2026)
04.10.2025	Tiago, Sofia e Samuele sul podio di Giornico
07.10.2025	Siamo Fuori con le Frecce Gialle Malcantone
05.11.2025	Coppe ASTi 2025: alle FGM 2 Coppe d'oro (Ivana e Samuele) e 5 di bronzo!
16.11.2025	Cross di Dongio: Hiago sul podio!
16.11.2025	La stagione trail è terminata con il podio di Samuele
29.11.2025	Premiazioni ASTi fine stagione: 6 podi FGM!

30.11.2025 Cross di Rivera: Sofia e Hiago sul podio
01.12.2025 ilMalcantone e Rivista di Lugano
20.12.2025 Cross di Mendrisio: terzo podio consecutivo di Hiago!
24.12.2025 AUGURI DI BUONE FESTE!



12.01.2025 - San Martino: Tiago fa sua la Coppa!

Domenica, 12 gennaio si è svolto Mendrisio San Martino il primo cross del nuovo anno e quinta tappa della Coppa Ticino di Cross.

Fra gli oltre 300 partecipanti anche dieci Frecce Gialle che hanno sfidato le insidie del terreno come pure il freddo pungente.

Bella la vittoria di **Tiago Antonietti** (U14), la quarta stagionale, che gli permette già di far sua la Coppa di categoria, complimenti!

Fra le ragazze U16 **Sofia Devincenti** ha colto l'undicesimo rango seguita da **Sofia Gygax**.

Bel quarto rango di **Samuele Gygax**, ad un solo secondo dal podio U16.

Fra gli U18 **Davide Devincenti** ha fatto suo l'ottavo rango, quinto fra i concorrenti ticinesi.

Ella Müller ha concluso al 14° posto fra le ragazze U12 mentre la pimpante sorellina **Lou** ha colto il sesto rango della categoria U10. Buon debutto agonistico di **Norah Aloise** (U10) che ha terminato la sua fatica al 22° rango.

Quarto podio in cinque gare per **Samuil Atanasov** (U10) che ha colto per la terza volta in stagione il secondo rango, bravo!

Fra i master è tornato alle gare **Toto Notari** con il quinto posto fra gli uomini M40.

Gli ultimi due cross valevoli per la Coppa Ticino si svolgeranno a Vezia il 26 gennaio e a Moghegno il 15 febbraio. Quest'ultimo evento è valevole anche quale Campionato ticinese.

Fotografia: i sorridenti Samuil e Tiago



15.01.2025 – Locarno: primato sociale di Maria!

Mercoledì sera 15 gennaio Locarno ha ospitato il primo evento ticinese indoor dell'anno al rinnovato Palexpo con la partecipazione di quasi un centinaio di atleti fra cui cinque atleti delle Frecce Gialle Malcantone.

I primi a scendere in campo sono state le donne nella disciplina del getto del peso cui hanno preso parte **Maria Würz** (U23) e **Alessia Asmus** (U14). Ottimo debutto stagionale per **Maria** che già al suo primo getto ha fatto atterrare la boccia di 4 kg a 10.66 metri, nuovo primato personale e sociale indoor e che uguaglia il primato outdoor. **Alessia** ha scagliato la sua sfera di 3 kg a 8.15 metri ed in seguito ha corso i 60 metri in 9.32.

Molto bene ha fatto **Arianna Bettelini** (U18) che ha migliorato i personali sia sui 50 metri corsi in 7.16 sia sui 60 metri in 8.42.

In campo maschile hanno debuttato al "coperto" **Manuel Jermini** (U18) e **Axel Masson** (U16). **Manuel** ha corso i 50m in 7.01 malgrado una partenza "lenta" e i 60m in 8.03. **Axel**, sulle medesime distanze ha messo a referto 7.09 rispettivamente 8.25.

Fotografie: Alessia, Arianna, Maria, Axel e Manuel



19.01.2025 – San Gallo: si ritorna a casa con ben 6 personal best!

Domenica, 19 gennaio si è svolta a **San Gallo** la quinta edizione dello ***Stadtwerk-Hallenmeeting*** nella splendida infrastruttura dell'***Athletik Zentrum Halle***. Per i nostri sei atleti e i due monitori-accompagnatori la sveglia è già suonata alle sei del mattino per raggiungere in tempo utile il luogo dell'evento sportivo. Tutti i nostri atleti erano impegnati nelle discipline dello sprint (60 e 200 metri) ed hanno colto ben sei primati personali e interessanti indicazioni per il proseguo della stagione indoor.

Con grande soddisfazione **Lia Patriarca** (Attiva) ha colto il personale nei 60 metri con l'ottimo tempo di 8.10 (il precedente personale di 8.17 risaliva all'anno 2022).

Kateryna Bilopolska, che ha debuttato nella nuova categoria U20, ha colto in entrambe le discipline il primato personale: 60 metri in 8.27 (precedente 8.53) e 200 metri in 26.81 (precedente 28.92).

Anche **Marco Cabra** (anche lui neo-U20) ha fatto il bis di primati: 60 metri in 7.53 (precedente 7.61) e 200 metri in 23.86 (precedente 23.88).

Arianna Bettelini (U18), alla sua seconda gara in quattro giorni, ha colto il personale nei 200 metri correndo la distanza in 27.97 (precedente 29.02), mentre nei 60 metri ha fermato il cronometro sul tempo di 8.53 (suo secondo miglior tempo di sempre).

Cloé Borruat (U18) ha invece colto nei 60 metri il suo primo ... cartellino rosso a causa di una partenza ... anticipata. Niente di male ... può succedere ed è meglio che sia successo ad un meeting anziché ad un campionato. Cloé c'è rimasta male e sicuramente la sua corsa sui 200 metri ne ha risentito ... 27.44 il tempo a referto, ci sarà modo di rifarsi!

Presente anche **Mattia Schenk** (U23) che sulla pista sangallese ha trovato le conferme che cercava dopo gli infortuni del passato. Il tempo sui 200 metri è discreto: 23.86, ora si può far meglio.

Entrambi i nostri monitori, **Matteo** e **Susy**, che hanno accompagnato gli atleti, si sono dichiarati molto soddisfatti dei risultati ottenuti. Un grande grazie per aver dedicato la loro domenica ai nostri atleti!

Fotografia: Cloé, Arianna, Kateryna, Lia, Marco e Mattia fotografati all'interno della pregevole infrastruttura sangallese



26.01.2025 – Macolin: Desirée ritorna alle competizioni – Alice, Cloé, Kateryna e Marco con tanto di PB!

Domenica, 26 gennaio i nostri atleti hanno partecipato presso la *Salle de la Fin du Monde* di **Macolin** alla seconda giornata del **Biel/Bienne Athletics Hallenmeeting** (meeting B - WRC). Il bottino raccolto dai nostri sette atleti nel canton Berna è ottimo: quattro Personal Best, due Season Best, due partecipazioni alle finali dei 60 metri, un ritorno alle competizioni sportive e un gran pieno di fiducia!

Marco Cabra (U20) conferma il suo buono stato di forma di inizio stagione cogliendo il primato personale dei 200 metri in 23.77 (precedente 23.86 vecchio di solo sette giorni). Bene anche la sua corsa sui 60 metri portata a termine in 7.54, ad un solo centesimo dal primato personale.

Bene anche **Mattia Schenk** (U23) che sul giro di pista ha corso in 23.11, season best.

Cloé Borrut (U18), la nostra più giovane atleta presente a Macolin, ha colto il nuovo primato personale sulla distanza dei 60 metri in 8.29 (precedente 8.36), la squalifica per partenza falsa della scorsa settimana a San Gallo è ormai dimenticata. Cloé ha stabilito anche il suo secondo miglior risultato di sempre sui 200 m fermando il cronometro in 27.15 (season best e il personale è poco distante: 26.90).

Kateryna Bilopolska (U20) si è cimentata sui 60 metri corsi in 8.23, nuovo primato personale (precedente 8.27 colto a San Gallo la settimana scorsa). Per la prima volta in carriera Kateryna ha corso i 400 metri indoor (che rappresentano due giri di pista) vincendo la sua batteria in 62.05, ottimo tempo considerando che il suo miglior crono outdoor è di 62.69!

Doppio impegno agonistico per **Alice Baggi** (U23) che ha debuttato nelle competizioni della presente stagione indoor. Subito primato personale nei 60 metri con l'ottimo tempo di 8.09 (precedente 8.11) che le permette di qualificarsi per la finale pomeridiana a cui rinunciava per dedicarsi ai 200 metri. Sul giro di pista concludeva la sua fatica in 26.36 a soli 38 centesimi dal personal best.

Lia Patriarca (Attiva) ha partecipato alle eliminatorie dei 60 metri corsi in 8.16 tempo che le ha permesso di qualificarsi per la *finale C* dove si è migliorato di un centesimo (8.15).

Graditissimo ritorno alle competizioni di **Desirée Regazzoni** (U23) dopo una lunga assenza causa infortunio. Il debutto agonistico stagionale è stato positivo cogliendo subito, con il tempo di 8.07 sui 60 metri, la qualifica alla *finale C*. Il secondo rango della finalina la gratifica con il buon tempo di 7.99!

A tutti i nostri atleti i complimenti per i risultati ottenuti e per l'ottimo comportamento. A Matteo i ringraziamenti per l'accompagnamento dei nostri giovani atleti e per aver fatto, per l'ennesima volta, anche da autista.

Fotografia: in piedi Lia, Alice, Cloé e Mattia – accovacciati: Desirée, Kateryna e Marco



26.01.2025 - Vezia: Christoph, Davide e Samuil sul podio

Domenica, 26 gennaio si è svolta la sesta tappa della *Coppa Ticino di Cross* organizzata dalla Società Atletica Massagno nella pianura de *La Monda* a **Vezia**

Fra gli oltre 300 partecipanti sono ben undici le Frecce Gialle Malcantone che hanno iniziato la giornata con il maltempo, ma poi, sul finire della manifestazione sportiva, alcuni raggi di sole hanno scaldato i presenti.

Fra i più giovani, che partecipano alle gare di contorno della Coppa Ticino di Cross, era presente il nostro atleta **Samuil Atanasov** (U10) che ha colto il suo quinto podio in sei partecipazioni. La sua collezione di trofei si è arricchita con il premio del secondo rango (finora la quarta volta, oltre ad un terzo ed un quarto posto).

Il podio ha accolto anche **Davide Devincenti** (U18) che ha fatto suo, per la seconda volta in stagione, il terzo rango.

E podio anche per il nostro *master* **Christoph Schindler** che ha riassaporato la gioia di una premiazione con il terzo rango della categoria M60!

Al gradito ritorno alla competizione di un cross **John Asmus** (U18) ha colto un ottimo quarto rango. Identico risultato per il bravo **Samuele Gygax** nella categoria U16 (secondo quarto rango consecutivo). Sorprende invece il quarto rango di **Tiago Antonietti** (U14) che in precedenza ci aveva sempre abituato ad un risultato da podio.

Bravissimo anche **Axel Masson** (U16), al suo esordio ad un cross (ricordiamo che Alex è uno sprinter), che ha fatto suo il dodicesimo posto. E bene anche **Toto Notari**, il nostro secondo *master* in gara, che ha terminato nella top ten (settimo della classifica M40).

In campo femminile si sono distinte le U16 **Sofia Devincenti** (settima) e **Sofia Gygax** (ottava) che hanno ancora raccolto preziosi punti per la classifica di Coppa e mirano alla convocazione della FTAL per la partecipazione al prestigioso Cross di Cortenova (Italia). La giovanissima **Ella Müller** (U12), alla quinta partecipazione stagionale (!), ha conseguito il ventiduesimo rango.

L'edizione della **Coppa Ticino di Cross 2024/2025** è quasi al termine. L'ultima tappa, la settima, avrà luogo a Moghegno sabato 15 febbraio e sarà valida anche quale **Campionato ticinese di cross** per le categorie U16 e più grandi.

Le classifiche parziali della *Coppa Ticino di Cross* dopo sei delle sette tappe (contano i migliori cinque risultati) vedono i nostri atleti ben posizionati:

- **Ella Müller** (U12), 13° rango con 4'637 punti (5 gare)
- **Sofia Devincenti** (U16), 7° rango con 4'731 punti (6 gare)
- **Sofia Gygax** (U16), 9° rango con 4'620 punti (6 gare)
- **Tiago Antonietti** (U14), 1° rango con 4'994 punti (6 gare)
- **Samuele Gygax** (U16), 4° rango con 4'791 punti (6 gare)
- **Hiago Canepa** (U16), 21° rango con 2'598 punti (3 gare)
- **Axel Masson** (U16), 34° rango con 922 punti (1 gara)
- **Davide Devincenti** (U18), 3° rango con 4'454 punti (6 gare)
- **John Asmus** (U18), 17° rango con 889 punti (1 gara)
- **Christoph Schindler** (M60), 5° rango con 1'809 punti (3 gare)
- **Christoph Schindler** (cross corto), 19° rango con 708 punti (1 gara)
- **Toto Notari** (M40), 5° rango con 3'277 punti (4 gare)

Nella classifica dedicata alle società le **Frecce Gialle Malcantone** occupano il 9° rango con 42'891 punti (sono presi in considerazione per ogni società i punteggi dei due migliori atleti di ogni categoria e gara).

Vi aspettiamo numerosissimi all'ultimo cross stagionale (sabato, 15 febbraio a Moghegno)!

Fotografia: la premiazione della categoria U18 con un Davide soddisfatto del terzo rango



01.02.2025 – Gordola: ai CT bronzo di Manuel e limite CS di Maria!

Sabato, 1° febbraio 2025 si sono svolti i **Campionati ticinesi Giovanili U16/U18 e Assoluti (salti e lanci)** presso la Palestra Regazzi di **Gordola** ottimamente organizzati dall'**ASSPO Riva San Vitale** in collaborazione con la **Comunità Atletica Sottoceneri** (CoAS).

Tantissimi gli atleti presenti per una giornata che è stata proficua per i risultati ottenuti e piacevolissima per l'ambiente fra atleti, volontari e organizzatori.

Dieci gli atleti presenti delle Frecce Gialle Malcantone suddivisi fra le categorie U16, U18 e Attivi che hanno complessivamente colto una medaglia di bronzo, ben 13 primati personale (di cui uno uguagliato), un primato sociale e un limite per la partecipazione ai Campionati svizzeri!!!

La prima grande soddisfazione della giornata ce l'ha regalata **Maria Würz** (Attiva) che ha colto al primo lancio del getto del peso (4 kg) la brillante misura di 11.02 metri, primato personale nonché primato sociale e soprattutto ha fatto suo il limite di partecipazione ai Campionati svizzeri U23.

Nella categoria **U18** sono scesi in pista:

- **Martina Afonso Antunes**: 60 metri in 8.74 (PB) e 8.75 (finale B) e in seguito i 200 metri in 28.67 (PB). Martina ha raccolto tutte le sue energie per l'ultima gara, la finale B dei 200 metri dove ha colto il 2° rango (purtroppo si è inceppato il cronometro e non abbiamo un responso cronometrico)
- **Arianna Bettelini**: 60 metri in 8.53 e 8.65 (finale B) e 200 metri in 27.78 (PB). Anche per Arianna la lunga e faticosa giornata si è conclusa con la finale B dei 200 metri dove ha colto il 1° rango (... cronometro guasto)
- **Julia Rancan**: 60 metri in 8.85 (PB) e 8.92 (finale B) e 200 metri in 29.41 (PB) – Julia è in crescendo!
- **Giovanna Soldati**: 60 metri in 9.12 (PB) e 9.39 (finale B) e 200 metri in 30.80 (PB) – due importanti PB per Giovanna

- **Davide Devincenti** al suo debutto in una competizione indoor ha affrontato i 1000 metri corsi in 3:00.09 cogliendo il 5° rango e nel contempo il ... dispiacere di non aver concluso la gara sotto il muro dei tre minuti

Nella categoria **U16** tre i nostri atleti scesi in pedana e pista:

- doppio impegno per **Alessia Asmus**, dapprima nei 60 metri ostacoli corsi in 10.41 (nuovo PB), sesto rango malgrado la rovinosa caduta in allenamento che le ha impedito di dare il meglio nella corsa come pure nel getto del peso (3 kg) dove ha colto il quinto rango con la misura di 7.88 metri.

- **Sofia Devincenti** ha debuttato nei 1000 metri indoor corsi in 3:36.44, vicinissima al suo primato outdoor, 9° rango e tantissima nuova e preziosa esperienza

- **Axel Masson** era in competizione nei 60 metri dove ha colto nell'eliminatoria il primato personale in 8.13 e la qualifica per l'accesso alla finale. Finale che lo ha visto protagonista con ancora un primato personale (8.03) e il settimo rango conclusivo

Concludiamo il nostro resoconto con le gesta di **Manuel Jermini** (U18) che lo ha visto scendere in pista ben quattro volte. Dapprima nell'eliminatoria dei 60 metri corsi in 8.08 e in seguito il primo rango della finale B in 8.03 (uguagliato il personale). Nel pomeriggio eliminatoria dei 200 metri in 25.55 e qualifica per la finalissima dove ha lottato fino alla fine per cogliere il terzo rango e la **medaglia di bronzo** con il nuovo personal best di 25.16.

Medaglia che fa felice tutte le Frecce Gialle Malcantone, complimenti Manuel!

Un grande ringraziamento ai nostri volontari **Matteo** (settore corse, premiazioni e infaticabile ... "manovale"),

Susy (capo pedana lanci), **Desirée, Elia, Kateryna, Lia, i due Marco e Mattia**.

Fotografia: in piedi Manuel, Maria, Martina, Arianna, Alessia, Sofia, Davide e Axel – accovacciate: Giovanna e Julia



05.02.2025 – Locarno: Personal Best di Martina!

Mercoledì, 5 febbraio si sono svolti al Palexpo di Locarno i **Campionati ticinesi Assoluti indoor corse 60m e 60m H + gare “open”**.

Le Frecce Gialle Malcantone erano presenti con tre atleti.

La giovane **Martina Afonso Antunes** è scesa in pista nella quarta batteria dei 60 metri ed ha colto il personal best con l'ottimo tempo di 8.66 migliorando di 8 centesimi il precedente primato colto solo quattro giorni orsono.

Martina è parzialmente soddisfatta del tempo ottenuto sulla pista locarnese perché è sicura che può ancora far meglio.

Anche **Axel Masson** ha corso i 60 metri ottenendo il buon tempo di 8.09. Per Axel è molto importante accumulare preziosa esperienza considerato che è alle sue prime gare agonistiche.

Nella pedana del getto del peso **Maria Würz** ha colto la sua terza misura indoor di sempre con 10.11 metri.

Il prossimo appuntamento con l'atletica indoor è programmato per l'imminente weekend a Macolin con ben dieci nostri atleti iscritti, in bocca al lupo!

Fotografia: Martina, Maria, Axel e la monitrice Susy



08/09.02.2025 – Macolin: personali di Arianna, Cloé (con limite) e Kateryna!

Sabato 8 e domenica 9 febbraio si sono svolti alla *Salle de la Fin du Monde* di **Macolin** la due giorni del **Nationales Hallenmeeting** (meeting B - WRC) con la presenza di nove atleti delle Frecce Gialle Malcantone.

Sabato 8 febbraio, fra i risultati personali, spiccano i primati personali colti da Arianna, Cloé e Kateryna.

Bravissima **Arianna Bettelini** (U18) che ha colto sulla pista bernese ben due primati personali. Il nuovo *personal best* sui 60 metri è ora di 8.36 (precedente 8.42), risultato che le spalanca la porta della *All Time Top 10* delle Frecce Gialle. 27.36 è il nuovo personale di Arianna sui 200 metri con un impressionante miglioramento di ben 42 centesimi (precedente: 27.78).

Ottimi risultati anche per **Cloé Borruat** (U18) che ha stabilito il nuovo personale sui 60 metri corsi in 8.21 facendo suo il limite di partecipazione dei *Campionati svizzeri giovanili indoor* (precedente PB: 8.29). Con il tempo di 26.91 sui 200 metri Cloé ha corso il giro di pista per la prima volta in stagione sotto il muro dei 27 secondi e a un solo centesimino dal personale.

Tour de force di **Kateryna Bilopolska** (U20) che è scesa in pista ben tre volte. Dapprima, nel primissimo pomeriggio, sui 60 metri corsi in 8.25 a soli due centesimi dal personale e poi sui 400 metri in 62.30 molto vicina al personal best. Ed ecco in serata l'exploit sui 200 metri portati a termine in 26.48 migliorandosi di ben 33 centesimi (precedente 26.81).

Desirée Regazzoni (U23) ha fatto segnare il miglior tempo delle nostre ragazze sui 60 metri corsi in 8.00 seguita da **Lia Patriarca** (Attiva) in 8.17 e **Caterina Wohlgemuth** (U23) in 8.46. Caterina è scesa in pista anche sui 200 metri corsi in 28.02 a soli 40 centesimi dal personale.

Per la prima volta in stagione **Alice Baggi** (U23) ha affrontato i 400 metri corsi in 59.73.

In campo maschile entrambi i nostri rappresentanti erano iscritti sui 200 metri. 23.35 il tempo di **Mattia Schenk** (U23) e 23.48 di **Elia Marcoli** (U20) a soli sei centesimi dal personale.

Domenica 9 febbraio sono scesi in pista sui 60 metri **Desirée Regazzoni** in 8.04 e **Caterina Wohlgemuth** in 8.61 e sui 200 metri **Mattia Schenk** in 23.60 e **Elia Marcoli** in 23.78.

Si ringraziano i monitori **Matteo** e **Susy** per l'accompagnamento dei nostri atleti.



15.02.2025 – Gordola: esplosione di primati personali e limiti di partecipazione ai CS!

Sabato 15 febbraio si è svolto alla palestra Regazzi di **Gordola** il ***Q-Meeting indoor*** ottimamente organizzato dagli amici della SFG di Biasca.

Numerosa la delegazione delle Frecce Gialle Malcantone presenti con ben 16 atleti/i che hanno ottenuto tantissime soddisfazioni. Il “bottino” dei buoni risultati sportivi si può riassumere così: 1 primato sociale, 10 primati personali (PB), 1 primato personale uguagliato (=PB), 3 primati stagionali (SB) e 2 nuovi limiti di partecipazione ai Campionati svizzeri! Veramente “tanta roba”!

Ed ecco di seguito i risultati di ognuno in ordine alfabetico inverso:

Maria Würz (U23) – getto del peso (4 kg) 10.54 metri (terza miglior prestazione indoor di sempre)

Caterina Wohlgemuth (U23) – 60m in 8.42 e 200m 27.96 (SB entrambi i risultati)

Giovanni Soldati (U18) - debutto sulla distanza dei 400m terminati in 68.09 - condotta di gara intelligente che le permette di vincere la batteria

Mattia Schenk (U23) – 200m in 23.25 (seconda miglior prestazione stagionale)

Julia Rancan (U18) – 60m in 8.63 e 200m in 28.94 – entrambi ottimi PB

Lia Patriarca (Attiva) – 60m in 8.13 che le permette di qualificarsi per la *Finale A* che corre in 8.27 (da notare che l'8.13 è la seconda miglior prestazione di sempre, a soli tre centesimi dal personale)

Axel Masson (U16) – 60m in 8.08 (a soli 5 centesimi dal personale) e debutto sulla distanza dei 200m in 26.05

Elia Marcoli (U20) – 400m da primato personale e sociale in 51.93 (precedente 52.50)

Manuel Jermini (U18) – buon debutto nella impegnativa distanza dei 400m corsi in 55.47

Marco Cabra (U20) – 23.93 sui 200m (a soli 16 centesimi dal personale) ottenuto dopo un'intensa e impegnativa settimana sugli sci per ottenere il certificato G+S, complimenti!

Cloé Borruat (U18) – ha uguagliato il personale sui 60m in 8.21

Kateryna Bilopolska (U20) – in eliminatoria ha corso i 60m in 8.24, tempo che le ha permesso di partecipare alla *Finale B* corsa in 8.20. Nuovo primato personale e soprattutto la gioia di staccare il biglietto di partecipazione ai *Campionati svizzeri giovanili*. PB anche sui 200m in 26.29 (precedente 26.48)

Arianna Bettelini (U18) – finalmente si è realizzato il sogno di partecipare ad un *Campionato svizzero* cogliendo il limite sui 60m con il nuovo primato personale di 8.25 in eliminatoria (*Finale B* in 8.34). Personal Best anche sui 200m in 27.20 (precedente 27.36)

Alice Baggi (U23) – primato personale stagionale sui 400m in 59.44 ad una settimana dalla partecipazione ai *Campionati svizzeri indoor assoluti*

Alessia Asmus (U14) – la nostra più giovane rappresentante presente al meeting si è cimentata nei 60m ostacoli (76.2) dove ha stabilito il nuovo personale in 10.24 (precedente 10.41) e nel getto del peso (3 kg) con il miglior lancio a 7.96 metri

Martina Afonso Antunes (U18) – 2 discipline e 2 primati personali. 60m in 8.65 (precedente 8.66) e 200m in 28.32 (precedente 28.67) che la proietta nella *All Time Top 10 delle Frecce Gialle!*

Soddisfattissimi i due monitori **Matteo** e **Susy** che hanno saputo “preparare” i rispettivi “pupilli” a questi ottimi risultati sportivi.

I prossimi impegni agonistici: **Campionati svizzeri indoor Assoluti** con **Alice** (22-23 febbraio a San Gallo) e **Campionati svizzeri indoor Giovanili** con **Arianna, Cloé, Elia, Kateryna e Marco** (1-2 marzo a Macolin).



15.02.2025 – Moghegno: a Tiago la Coppa Ticino Cross U14M!

Sabato, 15 febbraio si sono svolti a **Moghegno**, organizzati dagli amici della Virtus Locarno, i **Campionati ticinesi di cross** (CT) validi pure quale settima e ultima prova della **Coppa Ticino Cross** (CTC).

Fra i 200 partecipanti anche nove Frecce Gialle che si sono ben comportati.

Fra i più giovani **Samuil Atanasov** (U10) ha colto il quarto rango di categoria.

Tiago Antonietti (U14) ha colto la sua quinta vittoria stagionale e si è aggiudicato ufficialmente la sua seconda Coppa Ticino Cross dopo quella ottenuta nell'anno 2023 (categoria U12).

Nelle categorie U16 e superiori i risultati ottenuti contavano quale settima tappa della CTC come pure per i Campionati ticinesi.

Sofia Devincenti (U16) terminava la sua gara al quinto posto e nella classifica finale di Coppa figura al settimo rango (4'743 punti).

Sofia Gygax (U16) in gara fa suo il nono posto e il decimo della classifica di Coppa (4'632 punti).

Bene **Samuele Gygax** (U16) con il quinto posto in gara e il quarto di Coppa con 4'809 punti (a soli 63 punti dal podio).

Hiago Canepa (U16) conclude la sua fatica con il 13° posto e con 3'464 punti in sole quattro tappe occupa la 19° posizione.

Davide Devincenti (U18) conclude la sua bella stagione agonistica con un quarto rango e i 4'526 punti lo premiano con il 4° posto della classifica di Coppa.

John Asmus (U18) ha colto il quinto rango del cross di Moghegno e con solo due partecipazioni all'attivo ha "racimolato" 1'801.

La stagione martoriata di **Toto Notari** (M40) l'ha visto concludere al quinto rango finale di Coppa (4'062 punti) con il sesto tempo in gara.

Come tutti gli anni la FTAL (Federazione Ticinese Atletica Leggera) convocherà i migliori atleti delle classi d'età 2010, 2011, 2012 e 2013 per partecipare al **Meeting di Corsa Campestre per Rappresentative Provinciali** di **Cortenova** (provincia di Lecco). Le Frecce Gialle sperano nelle convocazioni di Sofia Devincenti, Sofia e Samuele Gygax e Tiago Antonietti.

Ringraziamo la monitrice Ivana per aver preparato con passione i nostri giovani crossisti e per i numerosi accompagnamenti alle gare!

Fotografia: la premiazione della decima vittoria di tappa di Tiago (la quinta questa stagione) al centro della foto



22.02.2025 – San Gallo: Alice 12° rango ai Campionati Svizzeri!

Sabato 22 febbraio si è svolta la prima delle due giornate dei **Campionati Svizzeri Assoluti Indoor** presso la bellissima infrastruttura dell'Athletik Zentrum di **San Gallo**.

Ha rappresentato le **Frecce Gialle Malcantone** **Alice Baggi** che ha colto più volte il limite di partecipazione dei 400 metri stabilito in 60 secondi precisi.

Hanno partecipato a questo livello di competizione indoor solo altri due atleti delle Frecce Gialle: Carlotta Ulmer nell'anno 2015 a San Gallo (60m in 8.08 e 28° rango) e Mattia Schenk nel 2021 a Macolin (200m in 22.66 e 6° rango).

Alice si è presentata ai blocchi di partenza della bella e veloce pista sangallese con il personale colto lo scorso anno di 58.99 (che è pure primato sociale) e il 59.44 quale miglior prestazione stagionale 2025.

Inserita nella terza batteria ha effettuato una bellissima gara ottenendo il 12° rango sulle 24 partenti e con l'ottimo tempo di 58.47 ha migliorato di ben 52 centesimi i primati sociale e personale. Complimenti Alice!

Un grande grazie al monitore-accompagnatore **Matteo**.

Il prossimo weekend si svolgeranno a Macolin i **Campionati Svizzeri Giovanini Indoor** e, sempre per i nostri colori, parteciperanno gli under 20 Kateryna Bilopolska, Marco Cabra e Elia Marcoli e le under 18 Arianna Bettelini e Cloé Borruat, in bocca al lupo!

Fotografia: Alice con il suo allenatore (e zio) Matteo



16.03.2025 – Con la Corri sul Lungolago debuttano le Coppe ASTI 2025

È imminente la nuova stagione delle cinque Coppe ASTi (*Associazione Sportiva Ticino e Moesa*) che si svolgerà come segue:

- **Coppa ASTi BancaStato giovanile** - 10 tappe - la prima il 16 marzo (*Corri sul Lungolago Giovanile*) e l'ultima il 4 ottobre con la *Corsa delle 7 Chiese Giornico giovanile*
- **Coppa ASTi BancaStato di podismo** - 15 tappe - la prima il 16 marzo (*Corri sul Lungolago*) e l'ultima il 4 ottobre con la *Corsa delle 7 Chiese Giornico*
- **Coppa ASTi BancaStato di montagna** - 10 tappe - la prima il 17 maggio con la *Tesserete-Gola di Lago* e l'ultima il 28 settembre con la *Monte Brè Run*
- **Coppa ASTi Trail** - 10 tappe - la prima il 27 aprile con il *Lema Trail* e l'ultima il 19 ottobre con il *Generoso Trail*
- **Coppa ASTi BancaStato di società**

Per la **classifica finale** di ognuna delle Coppe sono conteggiate:

- Coppa ASTi BancaStato giovanile: sommati i 7 migliori punteggi nelle 10 gare valide
- Coppa ASTi BancaStato di podismo: sommati gli 11 migliori punteggi nelle 15 gare valide
- Coppa ASTi BancaStato di montagna: sommati i 7 migliori punteggi nelle 10 gare valide
- Coppa ASTi trail: sommati i 6 migliori punteggi nelle 8 manifestazioni (gare valide)
- Coppa ASTi BancaStato di società: sono conteggiati tutti i punti ottenuti dagli atleti in tutte le gare delle Coppe Giovanile, Podismo, Montagna e Trail

Le **Frecce Gialle Malcantone** si sono sempre ben comportate nelle manifestazioni delle Coppe ASTi ottenendo in 12 anni di partecipazione (2013-2024) iusinghieri successi:

- Coppa Giovanile: 11 Coppe di cui: 2 d'oro, 2 d'argento e 7 di bronzo e 23 vittorie individuali di tappa
- Coppa Podismo: 16 Coppe di cui: 9 d'oro, 4 d'argento e 3 di bronzo e 75 vittorie individuali di tappa
- Coppa Montagna: 17 Coppe di cui: 6 d'oro, 8 d'argento e 3 di bronzo e 46 vittorie individuali di tappa
- Coppa Trail: ancora nessuna Coppa e 1 vittoria di tappa
- Coppa Società: 3 Coppe di bronzo (2017, 2018 e 2023)

L'ASTi assegna pure i titoli di **Campione e Campionessa ASTi** nel corso delle seguenti manifestazioni:

- Giovanile (categoria U16): *Corsa delle 7 Chiese Giornico giovanile*
- Podismo: *Corsa delle 7 Chiese Giornico*
- Montagna: *Cronometro del Nara*
- Trail: *San Giorgio trail*

La nostra società sportiva è contenta di offrire a tutti i suoi giovanissimi atleti (fino alla categoria U16 compresa) la quota di iscrizione ad ogni manifestazione ufficiale della *Coppa ASTi BancaStato giovanile*.

A tutte le nostre atlete e i nostri atleti gli **AUGURI** di una proficua stagione sportiva ricca di tantissime soddisfazioni!



01/02.03.2025 – Macolin: Elia in finale e bravissime Arianna, Cloé e Kateryna!

Sabato e domenica la scena svizzera dell'atletica leggera è stata all'insegna dei giovani talenti elvetici che si sono dati appuntamento ai **Campionati Svizzeri Giovanili indoor** a **Macolin** nella bellissima e funzionale *Salle de la Fin du Monde*.

Gli 816 atleti hanno partecipato al massimo evento sportivo indoor a loro dedicato alla ricerca dei record personali, piazzamenti in finale, medaglie e titoli quale riscontro alla lunga e impegnativa preparazione autunnale/invernale svolta nelle rispettive società e centri atletici con compagni e monitori.

Ben cinque atleti delle *Frecce Gialle Malcantone* hanno colto il limite di partecipazione all'importante evento sportivo di cui quattro presenti.

Nella prima giornata di gara sono scesi in pista:

Elia Marcoli (U20), alla sua terza partecipazione ai CS indoor, non si è smentito ed ha colto nei 400m il primato personale e sociale in 51.41 che gli vale il settimo rango fra tutti i partecipanti e la qualifica per la *Finale B*!

Kateryna Bilopolska (U20), al debutto in un CS indoor, ha fermato il cronometro dei 60m in 8.24, suo terzo miglior tempo di sempre.

Cloé Borruat (U18), al suo secondo CS indoor, è scesa in pista sulla corta distanza, i 60m corsi in 8.20, cogliendo il nuovo primato personale (precedente 8.21)!

Arianna Bettelini (U18), alla sua prima partecipazione ad un Campionato Svizzero, si è presentata ai blocchi di partenza fiera e ben determinata ed ha colto sui 60m il suo secondo miglior tempo di sempre in 8.29 a soli quattro centesimi dal personale!

Nella giornata di domenica la prima ad affrontare la pista di Macolin è stata **Cloé Borruat** (U18) che ha corso i 200m in 27.12, suo secondo miglior tempo stagionale e a soli 22 centesimi dal personale.

A seguire **Kateryna Bilopolska** (U20) che sulla medesima distanza ha fermato il cronometro in 26.17, nuovo primato personale migliorato di ben dodici centesimi!

Ultima Freccia Gialla ad affrontare la nuova pista di Macolin il nostro **Elia Marcoli** (U20) che nella *Finale B* dei 400m è giunto al traguardo al secondo posto in 51.25, quindi bis di primato personale e sociale e la grande soddisfazione di essere il sesto atleta svizzero di categoria sull'impegnativa distanza.

Di certo non si poteva chiedere di più ai nostri atleti che hanno accumulato, oltre alle molte soddisfazioni personali, anche tanta nuova esperienza competitiva e di vita.

Un grande grazie ai monitori-accompagnatori **Matteo** e **Susy** che si sono messi a disposizione per seguire i nostri atleti per l'intero fine settimana.

Fotografia: Cloé, Arianna, Kateryna e Elia posano sulla bella e veloce pista blu di Macolin



15.03.2025 – San Gallo: Alessia da medaglia al meeting giovanile!

Sabato 15 marzo si è svolto nel bellissimo Athletikzentrum di **San Gallo** il **41° Brühler Hallen-Nachwuchsmeeting**, manifestazione indoor che ha visto la partecipazione di 370 ragazzi U12 e U14.

A rappresentare le Frecce Gialle Malcantone c'era **Alessia Asmus** (2012), alla sua quarta (e purtroppo ultima) partecipazione a questa bella manifestazione dedicata ai giovanissimi atleti.

La prima disciplina che ha affrontato Alessia sono stati i 60m ostacoli. Malgrado un'uscita dal blocco per nulla ottimale, con il tempo di 10.63 Alessia è riuscita ad ottenere il secondo migliore tempo tra le 49 partecipanti e qualificarsi così per la prestigiosa Finale A. Poco più di 30 minuti di riposo ed Alessia è scesa nuovamente in pista per correre la finale. Con il tempo di 10.44 Alessia ha tagliato il traguardo davanti a tutte, facendo sua la finale e portandosi a casa una medaglia.

In seguito Alessia ha partecipato al concorso del salto in alto. È entrata nel vivo del concorso con l'asticella posta a 1.25 metri, che ha superato al primo tentativo. Due i tentativi per superare la misura di 1.30 m. Ottimo il primo salto a 1.35 m, che le ha permesso di superare agilmente l'asticella e stabilire così il Personal Best. Peccato per l'ottimo primo salto a 1.40m, dove Alessia ha superato l'asticella con il corpo, ma il tallone ... l'ha fatta cadere ... sarà per la prossima volta!

Ultima disciplina della giornata è stato il concorso del getto del peso 3kg. Già durante i lanci di prova Alessia si è resa conto che avvertiva dolori alla schiena in seguito ad una caduta in allenamento avvenuta lo scorso martedì. Il primo lancio l'ha quindi effettuato da ferma, scagliando la boccia a 7.40m. Il secondo tentativo ha provato a farlo completo, ma i dolori le hanno permesso di raggiungere solo la misura di 7.05m. A questo punto, per non subire ulteriori dolori, Alessia ha deciso di abbandonare il concorso.

Fotografia: la gioia di Alessia con tanto di medaglia



16.03.2025 – Locarno: Tiago, Nina, Davide, Ella, Samuil, Emil e Sofia sul podio!

Domenica, 16 settembre è iniziata in riva al Verbano la stagione delle Coppe ASTi che ha visto la partecipazione di 12 atlete/i delle Frecce Gialle Malcantone.

La 4° edizione della **Corri sul Lungolago** di Locarno ha premiato con ottimi risultati personali i nostri atleti che si sono impegnati nel corso dell'autunno e dell'inverno negli allenamenti diretti dalla nostra monitrice **Ivana**.

Nella **Coppa ASTi BancaStato di podismo** hanno affrontato i 9 km del percorso locarnese **Manuela Devincenti** (F50) che ha colto il quinto rango di categoria e **Toto Notari** (M40) che ha fatto suo il nono posto.

Davide Devincenti ha debuttato ufficialmente nella sua nuova categoria (U18+U20M) con un ottimo secondo rango.

Nella **Coppa ASTi BancaStato giovanile** vittoria di **Tiago Antonietti** fra gli U14 che sarà quest'anno un osso duro per tutti i suoi avversari. Il "bottino" di vittorie di tappa nella Coppa giovanile sale così a 11 successi (9 fra gli U12 e 2 fra gli U14).

Nina Sain Adam debutta nella sua nuova categoria U12 con la vittoria, complimenti Nina!

Sempre fra gli U12 posti d'onore sul podio per **Ella Müller** e **Samuil Atanasov**.

Terzo scalino del podio anche per **Sofia Devincenti** (U16) e **Emil Sain Adam** (U14).

Buoni risultati personali per **Samuele Gygax** (U16) quinto rango, **Sofia Gygax** (U16) quinta e **Hiago Canepa** (U16) ottavo.

Il prossimo appuntamento con la Coppa di Podismo e la Coppa Giovanile avrà luogo il 21 aprile al Giro Media Blenio.

Fotografia di gruppo a Locarno



23.03.2024 – Cortenova: Samuele, Sofia e Tiago hanno rappresentato il Ticino!

Domenica, 23 marzo si è svolto a **Cortenova** (in Valsassina - provincia di Lecco) il **Meeting di Corsa Campestre per Rappresentative Provinciali**, giunto alla XXVII edizione e che ha celebrato il nuovo record di squadre al via, ben 14 (13 formazioni provinciali più la selezione del canton Ticino).

Partecipano al meeting le categorie femminili e maschili *Ragazzi/e* (U14) e *Cadetti/e* (U16) suddivisi per anno d'età.

La Selezione Ticino U14-U16 della FTAL (Federazione Ticinese Atletica Leggera) ha partecipato con quasi una quarantina di giovani atleti fra cui tre *Frecce Gialle Malcantone*: Samuele, Sofia e Tiago. In totale erano presenti circa 600 ragazze e ragazzi pronti ai nastri di partenza per difendere i colori delle quattordici selezioni.

Fra i *Cadetti Samuele Gygax* (2010), alla sua terza selezione a Cortenova (precedenti 2022 e 2024) si è classificato al 47° rango fra i 66 partecipanti.

Tra le *Cadette Sofia Gygax* (2010), alla terza partecipazione consecutiva, ha tagliato il traguardo in 55a posizione e assegna un punto alla selezione FTAL.

E fra i *Ragazzi Tiago Antonietti* (2012), alla sua prima selezione, termina al 42° posto conquistando ben 10 punti per la classifica a squadre.

La selezione **FTAL** termina al decimo rango con 377 punti sulle 14 squadre presenti lasciandosi alle spalle la provincia di Cremona (287 punti), i padroni di casa della Valsassina (283 punti), la provincia di Pavia (220 punti) e la provincia di Savona (162). Al primo rango la fortissima rappresentativa della provincia di Milano (955 punti). Hanno completato il podio le selezioni di Bergamo (889) e di Torino (860).

Per Samuele e Sofia è stata l'ultima selezione per raggiunto limite d'età a questa importante manifestazione sportiva che vede coinvolti i migliori giovani atleti che praticano con passione l'atletica e in particolare le corse.

Un po' di storia

La prima edizione del Meeting giovanile di corsa campestre di Cortenova risale al 22 marzo 1998: in 26 edizioni (sempre nel mese di marzo con l'eccezione del 2021, quando si gareggiò in novembre: nel 2020 la competizione venne invece cancellata per la pandemia) a detenere il numero più alto di vittorie è Milano, impostasi per 13 volte (nel 2000, dal 2002 al 2005, nel 2008, dal 2017 al 2019 e dal 2021 al 2024), seguono Bergamo con sette successi (1998, 1999, 2001, 2009, 2010, 2012, 2014), Como/Lecco con cinque (2006, 2007, 2011, 2013, 2015) e Trento con uno (2016).

Nell'albo d'oro delle singole gare individuali del trofeo compaiono nomi decisamente importanti. Il campione europeo in carica dei 10.000m **Yemaneberhan Crippa** dominò per la selezione di Trento la categoria Cadetti classe 1996 al meeting del 2010, mentre la campionessa europea 2024 di 5000m, 10.000m e cross e argento olimpico dei 10.000m **Nadia Battocletti** sempre con Trento si impose tra le Ragazze nel 2012.

Fotografia: la folta delegazione del Canton Ticino (foto: FTAL Instagram)



05.04.2025 – Primato sociale di Maria nel disco e un soddisfatto Davide ai CS della Corsa di montagna

Sabato, 5 aprile si è svolto il primo meeting ticinese all’aperto dell’anno organizzato dagli amici della *SFG Atletica Biasca* presso il *Centro sportivo al Vallone* di **Biasca**. Il **Meeting B lanci** ha visto la partecipazione della nostra atleta **Maria Würz** (U23) nel lancio del disco (1 kg).

E già alla prima competizione outdoor Maria ha superato sé stessa ed ha colto al quarto lancio il primato personale con 30.23 metri (primato precedente 29.81 m). Non contenta superava al successivo tentativo ancora il “muro” dei 30 metri con la bella misura di 30.34 metri. Con Maria, quando stabilisce un nuovo primato personale, è sinonimo anche di primato sociale. Complimenti Maria!

Sempre di sabato si è svolto a **Aigle** (nel canton Vaud) la seconda edizione dei **Campionati svizzeri della Corsa di montagna U18 / U20**. Il nostro atleta **Davide Devincenti** (U18) era presente per rappresentare la nostra società sportiva. L’impegnativo tracciato, preparato dai solerti organizzatori vodesi, prevedeva per i giovani U18 un percorso di 3'100 metri con un dislivello di ben 172 metri.

Davide, al suo primo Campionato svizzero, ha colto l’occasione per misurarsi con i migliori pari categoria svizzeri, ma il pre-gara purtroppo non si è svolto nelle migliori condizioni. Infatti a causa di un incidente di circolazione stradale, sommato all’ansia di raggiungere in tempo utile il luogo della gara a Aigle e la brevissima preparazione (riscaldamento) di soli 20 minuti hanno privato Davide di un buon risultato di classifica. Malgrado tutto ciò il ventunesimo rango ha soddisfatto Davide che si dichiara felicissimo considerato anche che non era al top della forma. Bravo Davide!

Fotografia: 30.34 m, primato sociale del lancio del disco di Maria - confermato dal tabellone



12.04.2025 – Mattia eletto nel Comitato Direttivo della FTAL

Sabato, 12 aprile 2025 si è svolta a **Lugano** la **56a Assemblea Ordinaria dei delegati FTAL** presso la Sala del Consiglio Comunale.

Fra le 17 trattande dell'ordine del giorno da segnalare per le Frecce Gialle la numero 10: *nomine statutarie*.

Per la prima volta un membro delle Frecce Gialle Malcantone farà parte del *Comitato Direttivo della Federazione Ticinese Atletica Leggera (FTAL)* e sarà **Mattia Schenk** che rappresenterà le atlete e gli atleti ticinesi in questo gremio.

Mattia, anno di nascita 2003, pratica l'atletica sin dall'anno 2010 e dal 2012 è detentore della licenza di atleta di Swiss Athletics. Ha partecipato ad oltre 240 competizioni e nel suo palmarès può vantare 3 medaglie ai *Campionati svizzeri* (di cui due titoli di campione), 3 podi ai *Campionati regionali della Svizzera orientale* (di cui un titolo) e 7 medaglie ai *Campionati ticinesi* (di cui tre d'oro).

Mattia ha frequentato la *Scuola professionale per sportivi d'élite* di Tenero (2018-2021) ed ha ottenuto la *Maturità professionale* (2022). Dal 2021 è *Monitor Sport per bambini G+S*.

Mattia, essendo nell'ambiente da ben tre lustri, conosce personalmente tantissimi atleti di cui sarà ora il portavoce nel *Comitato Direttivo della FTAL*.

A Mattia i complimenti per la nomina e gli auguri di cogliere tantissime soddisfazioni nel suo nuovo e impegnativo ruolo.

Nel corso dell'Assemblea sono stati premiati gli atleti che hanno ottenuto una medaglia ai *Campionati svizzeri di staffetta* che si sono svolti a Ginevra l'8 settembre 2024. Fra questi i nostri atleti **Alice Baggi** e **Elia Marcoli** che con Lea Cocconi (USC) e Noah Crescini (ASM) hanno vinto la medaglia di bronzo nella **4x400m U20 Mista** con i colori della *Comunità Atletica Sottoceneri (CoAS)*. Complimenti!

Nella fotografia il CD FTAL: Emma Lucchina (uscente), Mattia, Francesco Quattrini (presidente), Sara Crescini, Luca Romerio, Bruno Guidotti e Michela Cariboni



12.04.2025 – San Salvatore: Samuele sulla vetta

Sabato, 12 aprile si è svolta la prima tappa della *Ticino Mountain Running Cup 2025* con la disputa della 5a edizione del ***San Salvatore Vertical***. Evento sportivo che ha visto la partecipazione del nostro giovane atleta **Samuele Gygax** (2010) di Caslano.

Samuele ha affrontato il panoramico percorso di 3.3 chilometri, con un dislivello positivo di 608 metri, che da Paradiso conduce alla vetta dell'iconica montagna luganese.

In soli 32'59" Samuele è giunto al traguardo ed ha colto l'ottimo 13° rango fra i 70 partecipanti categoria uomini.

A Samuele i complimenti per l'impegno profuso.

Fotografia: ultimi sforzi di Samuele, il traguardo non è lontano



Gruppo Giovani ASTi

Sono iniziati a fine febbraio gli incontri del **Gruppo Giovani ASTi**, un progetto avviato nel 2023 su iniziativa della commissione tecnica di podismo e staffette. L'attività prosegue con rinnovata energia e si presenta per il suo terzo anno sempre sostenuto da *la Mobiliare*. Dopo il primo allenamento in Capriasca, ci saranno altri quattro incontri prima dell'estate, seguiti dalle ultime uscite autunnali.

Quest'anno sono per ora venti i giovani dai 14 ai 20 anni che hanno aderito all'iniziativa, provenienti da sette diverse società ASTi. Ad attenderli i responsabili e gli allenatori che con le loro competenze contribuiscono a creare un bell'ambiente nel gruppo. L'intento di quest'iniziativa è proprio quello di unire i giovani per alcuni momenti in comune, con lo scopo di informare, motivare e preparare i ragazzi nella pratica di queste discipline: podismo, montagna e trail. In aggiunta agli allenamenti tra pianura e montagna svolti in diversi luoghi del Ticino e Moesano, verrà quest'anno proposta anche la partecipazione a una gara di Coppa ASTi di podismo e giovanile, il 4 maggio a Stabio.

Accanto ai confermati monitori Marco Delorenzi e Paola Stampanoni, c'è ora anche Rocco Ferretti, pure lui valido podista e con una formazione nel settore, che ha subito dimostrato le sue capacità e una grande entusiasmo in occasione dell'incontro a Tesserete.

Testo e fotografia: ASTi (<https://www.asti-ticino.ch/asti-new/podismo/notizie>)

Ben cinque Frecce Gialle hanno aderito al progetto ASTi e sono: **Tiago Antonietti** (U14), **Sofia Devincenti** (U16), **Sofia Gygax** (U16), **Davide Devincenti** (U18) e **Samuele Gygax** (U16).



16.04.2025 – Mille Gruyère: Tiago "vola" alla finale nazionale!

In una fredda e piovosa serata si è svolta, allo Stadio Comunale di **Bellinzona**, la **Finale regionale** dell'evento sportivo **Mille Gruyère**, il progetto di Swiss Athletics che punta a promuovere la disciplina del mezzofondo fra i giovani (fino ai 15 anni).

Quest'anno erano presenti 11 Frecce Gialle a calcare la pista della Turrita, due in più dello scorso anno.

Tiago Antonietti (M13) non si è lasciato sfuggire la qualifica alla prestigiosa finale nazionale a cui accedono i primi due di ogni età fra i 10 e i 15 anni (ha colto sulla pista bellinzonese il secondo rango). E per Tiago sarà la terza partecipazione alla finale nazionale, dopo quelle degli anni 2022 e 2023, che si svolgerà a Losanna il 20 settembre 2025. Prima di lui solo **Elia Marcoli** era riuscito nell'impresa di qualificarsi per tre edizioni (2017, 2020 e 2022), ma Tiago ha ancora due anni di tempo per far meglio. Tiago ha corso la classica distanza dei 1000m in 3:22.21, nuovo primato personale.

Fra i più giovani anche **Samuil Atanasov** (M09) ha avuto la grande gioia di salire sul podio. Il nostro promettente atleta ha corso per la prima volta i 600 metri tagliando il traguardo in 2:04.06.

E sempre sui 600 metri è scesa in pista anche **Lou Müller** (W07), sempre sorridente e motivatissima. Peccato che per Lou non è stato rilevato il tempo della sua prestazione.

Sono tornati a casa con il diploma della manifestazione **Samuele Gygax** (M15) giunto quinto al traguardo e con la soddisfazione del nuovo primato personale in 3:07.80 (precedente 3:15.74 colto a Tesserete lo scorso anno) e **Sofia Devincenti** (W15) quinta in 3:36.85.

Si è ben distinto anche **Axel Masson** (M15), debuttante sulla distanza dei 1000 metri, che ha corso in 3:17.86, decimo rango.

Primato personale sulla distanza per **Alessia Asmus** (W13) in 3:52.42 (precedente 4:12.38) e **Ella Müller** (W11) in 4:22.81 (precedente: 5:10.78).

Buona prova per **Annalisa Spörri** (W15) in 4:11.67, **Nina Ivanovic** (W15) debuttante in 4:33.06, e **Sophie Malosti** (W14) debuttante in 4:13.05.

Un complimento a tutte le nostre Frecce che dopo la giornata scolastica hanno intrapreso la trasferta a Bellinzona e concluso la giornata a tarda sera.

Un grande **GRAZIE** alla monitrice **Ivana** che ha accompagnato e seguito durante tutto l'evento sportivo i nostri giovani atleti!



21.04.2025 – Giro Media Blenio: 8 Frecce Gialle in gara

Lunedì di Pasqua 21 aprile si è svolta a Dongio la 41a edizione del **Giro Media Blenio** con la partecipazione di otto Frecce Gialle. L'evento sportivo che ha avuto luogo nella Valle del Sole era valevole anche per la *Coppa ASTi BancaStato di podismo* e la *Coppa ASTi BancaStato giovanile*.

Tiago Antonietti (U14) ha colto la sua seconda vittoria stagionale fra i ragazzi U14 che partecipano alla Coppa ASTi giovanile. **Sofia Devincenti** ha collezionato il terzo rango fra le ragazze ASTi U16 mentre **Hiago Canepa** ha colto un bel quarto rango fra i maschietti U16. **Martina Gervasoni** è stata la nostra più giovane partecipante ed ha colto il 13° rango fra le U12 per la Coppa ASTi giovanile.

Fra i "grandi", che hanno percorso l'impegnativo tracciato di 10 km, **Manuela Devincenti** ha terminato la gara in 47'57", ottimo 24° rango assoluto, sesta della categoria W50 e nuovo primato sociale di categoria.

Davide Devincenti (categoria U18+U20M) terminato la sua fatica in 41'32", 46° rango assoluto fra gli uomini e il quarto di categoria ASTi.

Toto Notari in 41'42" ha fatto suo il 51° rango della generale e il 4° posto fra gli M40 categoria ASTi.

Alessio Benincà ha portato a termine la sua gara nel tempo di 42'09", 56° posto della generale e settimo fra gli M50 ASTi.

Un grande complimento a tutti per la partecipazione e il lodevole impegno!



27.04.2025 – Lema Trail: vittoria di Ivana!

Domenica 27 aprile oltre 120 atlete e atleti hanno partecipato alla **6a edizione del Lema trail** su un tracciato di 8.7 km con un dislivello di 950 metri. L'evento sportivo era valido quale prima tappa della Coppa ASTi Trail 2025.

La pioggia ed il freddo non hanno di certo frenato l'entusiasmo delle quattro Frecce Gialle presenti che avevano tutta la voglia di far bene.

Ivana Hoesli-Bonetti, nostra bravissima monitrice e profonda conoscitrice del “suo” Lema, ha colto una bellissima vittoria nella categoria F50+ con il tempo di 1h09'53” che equivale ai primati personale e sociale.

Manuela Devincenti è giunta al traguardo in 1h22'15” facendo suo il quinto rango fra le F50+ della Coppa ASTi.

Bravissimo il giovane **Samuele Gygax** (2010) che è giunto al traguardo in 56'49”, 12° rango assoluto fra gli uomini e 5° posto di categoria ASTi (<50M).

Davide Devincenti ha affrontato il percorso quale utile allenamento ed ha terminato il percorso in 1h09'09” (27° rango assoluto e 13° di Coppa ASTi).

Complimenti a tutte e tutti per l'impegno profuso.

Comunicato ASTi

La gara Tamaro trail, inizialmente prevista il 15 giugno ha dovuto essere spostata a novembre a causa dei lavori all'impianto di risalita del Monte Tamaro. L'evento verrà riproposto il 16 novembre, ma non sarà valido per la Coppa ASTi trail 2025. Per la Coppa ASTi trail 2025 valgono quindi i 5 migliori risultati sulle 7 gare. La seconda prova della Coppa ASTi trail 2025 sarà quindi a fine giugno in Valle Morobbia (K14 e K33).

Fotografia: il team Frecce Gialle al completo con Samuele, Ivana, Manuela e Davide



01.05.2025 – Bellinzona: 14 Frecce alla selezione UBS Kids Cup e 2 podi!

Giovedì, 1° maggio si è svolta a Bellinzona la selezione locale dell'**UBS Kids Cup** ottimamente organizzata dagli amici della Società Atletica Bellinzona. Il sole e il caldo hanno regnato tutta la giornata sullo Stadio Comunale e le nostre 14 Frecce Gialle (12 W e 2 M) ne hanno tratto beneficio.

Fra i maschi erano presenti **Axel Masson** (M15) che ha fatto suoi 1'584 punti (10° rango) e **Samuil Atanasov** (M09) 655 punti e 6° rango.

Fra le ragazze in risalto la giovanissima **Lou Müller** (W07) che è salita sullo scalino più alto del podio con 496 punti e **Alessia Asmus** (W13) 1'664 punti che ha colto il terzo rango di categoria.

Bene anche le altre nostre ragazze: **Annalisa Spörri** (W15) con 1'450 punti, **Nina Ivanovic** (W15) 1'412 punti, **Sofia Devincenti** (W15) 1'349 punti, **Nicole Severini** (W14) 1'269 punti, **Treasure Ehiamentalor** (W12) 1'119 punti, **Sophie Malosti** (W14) 1'014 punti, **Ella Müller** (W11) 902 punti e **Ina Müller** (W10) 659 punti.

Le Frecce Gialle Malcantone organizzano una selezione interna dell'UBS Kids Cup per mercoledì 21 maggio a Bedigliora. Ci aspettiamo che tutti i nostri giovani atleti saranno presenti!



03.05.2025 – Campionati svizzeri a Locarno con Davide e Toto e meeting a Willisau con Maria

Campionati Svizzeri Lunghe distanze

Sabato 3 maggio si è svolta a **Locarno**, allo stadio del Lido, la terza edizione dei **Campionati svizzeri Lunghe distanze**, organizzati dalla Virtus Locarno, che ha visto la partecipazione di oltre 80 atleti provenienti da tutta la Svizzera. Le precedenti due edizioni si sono svolte a Losanna (2023) e Interlaken (2024) e la prossima si svolgerà a Uster (2026).

Per le Frecce Gialle hanno partecipato Davide e Toto.

Davide Devincenti (U18) era impegnato sulla distanza dei 3000 metri che ha corso per la prima volta ed ha tagliato il traguardo in 11:16.14 che gli è valso il 15° rango. Davide è stato contento dell'esperienza e ha già dato appuntamento ai CS di Lunghe distanze dell'anno prossimo!

Toto Notari (Attivi) era invece impegnato sulla distanza dei 10'000 metri che purtroppo, a causa di problemi fisici, non ha potuto portare a termine.

Meeting di Willisau

Sabato, 3 maggio si è svolta la 52a edizione del **Leichtathletikmeeting Willisau** (WRC) a cui era presente la nostra lanciatrice Maria.

Era dallo scorso 14 settembre 2024 che **Maria Würz** (U23), in competizione, non si cimentava più nel lancio del giavellotto (600 g) e finalmente c'è stato il debutto stagionale. Nei sei lanci a disposizione Maria è stata molto regolare e la migliore misura ha raggiunto i 37.30 metri.

Fotografia: Davide in piena azione



04.05.2025 – Stabio: brillante vittoria di Sofia Devincenti!

Domenica, 4 maggio si è svolta la 39a edizione della **Corsa Podistica di Stabio** valida quale terza delle quindici tappe della *Coppa ASTi BancaStato di podismo* e terza delle dieci tappe della *Coppa ASTi BancaStato giovanile*.

Undici le Frecce Gialle che hanno partecipato alla tradizionale corsa della bella località mendrisiense con la conquista di una vittoria e altri quattro podi.

Nella categoria U16 femminile le atlete e gli atleti erano impegnati su un percorso di 3 km e **Sofia Devincenti** ha colto una brillante vittoria, **Sofia Gygax** è salita sul terzo gradino del podio e **Sophie Malosti** ha terminato al sesto posto. Fra i maschi due podi con **Samuele Gygax** al secondo posto e **Hiago Canepa** ad occupare il terzo gradino del podio.

Categoria U12F **Nina Sain Adam** e **Ella Müller**, impegnate su un circuito di 2 km, hanno colto rispettivamente il quarto e il quinto rango.

300 metri da correre a tutta velocità per **Samuil Atanasov** e **Lou Müller** nella categoria U10.

Fra i “grandi” **Davide Devincenti** (U18+U20M) ha corso i 7 km in 27'03” e ha fatto suo il terzo rango (ricordiamo che Davide, il giorno precedente aveva partecipato ai Campionati svizzeri Lunghe distanze, quindi un weekend molto ... impegnativo).

Alessio Benincà si è invece “sciropdato” ben 10,5 km che ha portato a termine in 44'14”, 26° della classifica generale e 5° rango nella categoria M50 ASTi.

Complimenti a tutte le Frecce Gialle presenti a Stabio!



10.05.2025 – Berna e Zug: bene le Frecce Gialle

Grand Prix von Bern

Sabato, 10 maggio si è svolta la **43ma edizione del Grand Prix von Bern** con la presenza di ben tre Frecce Gialle che erano impegnate nel circuito *Altstadt* di 4.7 chilometri.

Davide Devincenti ha concluso la gara nel tempo di 18'02" che gli vale il 14° rango nella categoria U18M su 339 classificati e il 69° posto nella classifica overall su un totale di 3'826 partecipanti.

La sorella **Sofia Devincenti** ha impiegato 20'29" per portare a termine il percorso che le permette di far suo il 20° posto fra le U16W e il 63° rango fra le 4'256 partecipanti.

La mamma di Davide e Sofia, **Manuela Devincenti** ha corso la gara in 23'23" che equivale il 13° rango della categoria W50 e il 255° della classifica overall.

Un grande complimento alla famiglia Devincenti che ha ottenuto a Berna un prestigioso risultato d'insieme.

UBS Kids Cup

Le tre sorelline Müller di Sessa hanno partecipato ad una selezione dell'**UBS Kids Cup** a **Zugo** raccogliendo buoni risultati personali.

Lou Müller (W7) ha colto il terzo rango con 450 punti (60m 11.65; lungo zona 2.55 metri; pallina 200 grammi 10.30 metri).

Ina Müller (W10) nelle tre discipline ha totalizzato 779 punti (60m 12.09; lungo zona 3.42 metri; pallina 200 grammi 21.20 metri).

Ella Müller (W11) ha fatto suoi 886 punti (60m 10.19; lungo zona 3.13 metri; pallina 200 grammi 17.42 metri).

Complimenti alle tre sorelle per i risultati colti ... oltre Gottardo.



10.05.2025 – Bellinzona: ottimo il primo meeting outdoor dei velocisti

Sabato, 10 maggio si è svolto allo Stadio Comunale di **Bellinzona** il **Meeting di apertura** (WRC) organizzato dal Gruppo Atletico Bellinzona.

Le Frecce Gialle erano presenti con ben 15 atlete/i (11W e 4M) e, per il nostro gruppo Competizione-Sprint, è stato il battesimo outdoor dell'anno.

Le buone prestazioni dei nostri atleti non sono mancate e possiamo vantare un risultato d'insieme molto promettente: tre migliori prestazioni sociali, nove primati personali, un limite di partecipazione ai Campionati svizzeri U23 e tre nuove “entrate” nella *All Time Top 10* delle FGM.

Migliore prestazione sociale di **Alice Baggi** (U23) nei 300 metri corsi in 40.40 (precedente: 40.94 dello scorso anno), di **Mattia Schenk** (U23) nei 150 metri con il tempo di 17.22 (0.4) (precedente: 17.35 di due anni orsono) migliorato dopo pochi minuti da **Marco Cabra** (U20) con 17.20 (0.3). Marco ha corso anche un ottimo 100m in 11.47 (1.5), nuovo Personal Best (precedente: 11.59). Mattia è sceso in pista anche nei 300m, 37.46 il tempo registrato.

Desirée Regazzoni (U23) ha fatto il suo ritorno alle competizioni correndo i 100m in 12.51 (0.3) ciò che le vale la partecipazione ai Campionati svizzeri U23.

Lia Patriarca (attiva) ha uguagliato il suo terzo miglior crono di sempre nei 100m e con una bella falcata ha superato la linea del traguardo in 12.94 (0.3)

Sempre nella disciplina dei 100m da sottolineare le prestazioni di **Arianna Bettelini** (U18) con il nuovo personale di 13.21 (0.5) (precedente 13.38) e di **Cloé Borruat** (U18) in 12.64 (0.3) che si è migliorata di 31 centesimi. Cloé ha corso anche i 150m in 18.93 (0.2) nuova miglior prestazione sociale U18!

Altre tre atlete hanno corso i 150m: per la prima volta **Kateryna Bilopolska** (U20) in 19.61 (-0.1) (*All Time Top 10 FGM*), **Martina Afonso Antunes** (U18) in 20.19 (1.8) con primato personale e *All Time Top 10 FGM* e **Julia Rancan** (U18) in 20.72 (1.8) migliorando il primato personale di 39 centesimi (precedente 21.11).

Giovanna Soldati (U18), che privilegia le distanze più lunghe, ha corso per la prima volta i 300m in 49.53, buon tempo in prospettiva dei 400m.

Nei concorsi sono scese in pedana **Maria Würz** (U23) nel lancio del disco (1 kg) con la miglior misura di 28.14 metri e **Giulia Severini** (U18) nel salto in lungo con 4.35 metri (0.9).

Nello sprint maschile **Manuel Jermini** (U18) ha colto nei 100m il tempo di 12.56 con una sbavatura di vento contrario (-0.1) e **Axel Masson** (U16) non si è lasciato sfuggire il personale sugli 80m in 10.12 (0.0) (precedente 10.74) a soli 22 centesimi dal limite di partecipazione ai Campionati svizzeri.



14.05.2025 – Gentilino: Treasure, Alessia e Axel qualificati per la finale cantonale!

Mercoledì sera 14 maggio si è svolta a **Gentilino**, presso il *Centro Sportivo Collina d’Oro*, l’eliminatoria luganese del progetto giovanile Swiss Athletics **Visana Sprint**.

Come si svolge Visana Sprint? Innanzitutto ci sono le eliminatorie regionali (Bellinzonese, Locarnese, Luganese, Mendrisiotto e Tre Valli) e i cinque migliori classificati per categoria (2010-11-12-13-14-15) sono qualificati per la finale cantonale che avrà luogo sabato 7 giugno 2025 allo stadio Cornaredo di Lugano. I vincitori delle Finali cantonali nelle categorie 2010-2015 parteciperanno alla Finale svizzera che si svolgerà domenica 6 settembre 2025 a Lucerna.

L’eliminatoria luganese ha visto la partecipazione di oltre 200 atlete e atleti di cui SOLO 11 delle Frecce Gialle Malcantone, una delusione!

Dei nostri undici atleti in gara ben tre hanno avuto la soddisfazione di qualificarsi per la Finale cantonale e sono **Treasure Ehiamentalor**, categoria W12, che ha corso i 60 metri in 9.34 cogliendo il terzo rango. **Alessia Asmus** (W13) ha fatto suo il quarto rango correndo la medesima distanza in 9.19, mentre **Axel Masson** (W14) era impegnato sugli 80 metri dove si è classificato quarto in 10.08 (personal best).

Nella categoria W15 erano presenti ben tre nostre ragazze tutte impegnate negli 80 metri: **Sofia Devincenti** 11° rango in 11.72, **Annalisa Spörri** 12° posto in 12.11 e **Nina Ivanovic** 14ma in 12.33. Stessa distanza per **Sophie Malosti** (W14) in 12.73 (12° rango).

Sulla distanza dei 60 metri bravissime le più giovani **Diletta Maria Febrero** (W12) in 10.85, **Ella Müller** (W11) per la prima volta sotto il “muro” dei dieci secondi in 9.89, la sorella **Ina Müller** (W10) in 11.71 e la sorellina **Lou Müller** (W07) in 11.85.

Un grande complimento a tutti i nostri partecipanti e un gran peccato per gli assenti.

Ricordiamo che mercoledì 21 maggio si svolgerà a Bedigliora la nostra selezione interna dell’UBS Kids Cup (nel corso dell’abituale allenamento del mercoledì - circa dalle 13h45 alle 15h15).

Considerato l’oneroso impegno per organizzare l’evento ci aspettiamo una numerosa partecipazione, non mancate!!!

Fotografia: si gareggia e ci si diverte!



17.05.2025 – Bellinzona: Julia, Arianna, Martina e Cloé staffetta d'argento!

Sabato, 17 maggio si sono svolti allo stadio Comunale di Bellinzona i **Campionati ticinesi giovanili di staffette** organizzati dalla Società Atletica Bellinzona.

Le **Frecce Gialle Malcantone** erano presenti con una propria squadra nella 4x100m U18W mentre altri cinque nostri atleti/e hanno partecipato con i colori della **Comunità Atletica Sottoceneri** (CoAS).

Il nostro dream team, composto da **Julia Rancan, Arianna Bettelini, Martina Afonso Antunes e Cloé Borruat**, è sceso in pista motivatissimo e con l'ambizione di cogliere un buon risultato nella staffetta 4x100 U18W. E il sogno di una medaglia si è realizzato con il secondo rango alle spalle della Società Atletica Massagno (SAM) e davanti alla CoAS 1 (terzo rango). Questa è la seconda medaglia d'argento delle Frecce Gialle nella staffetta 4x100m U18W, la precedente risale al ... 4 maggio 2019 allo stadio del Lido di Locarno e in squadra c'erano Lia Patriarca, Gaia Lorenzetti, Sveva Poggi e Desirée Regazzoni che avevano portato il testimone al traguardo in 51.64. Il tempo fatto segnare a Bellinzona, 51.28, è quindi il nuovo primato sociale di categoria.

Giovanna Soldati ha vissuto un intenso pomeriggio facendo parte di due staffette della CoAS: la 4x100 U18W che si è classificata al sesto rango e quale prima frazionista (800 metri) dell'Olimpionica U18W (nono posto).

Doppio impegno anche per **Manuel Jermini** che si è portato a casa ben due medaglie con le squadre CoAS. Medaglia di bronzo nella 4x100m U18M e medaglia d'argento nell'Olimpionica U18M (tratta 200 metri) dove ha ricevuto il testimone dall'altra Freccia Gialla **Davide Devincenti** (tratta 400 metri).

La nostra **Sofia Devincenti** era impegnata nella 3x1000m U16W (ultima tratta) che con le sue compagne di gara della CoAS ha colto il quarto posto.

Axel Masson era invece nella seconda tratta della 3X1000m U16M che è salita sul secondo gradino del podio.

A tutte le nostre atlete e i nostri atleti i complimenti da tutte le Frecce Gialle!

Fotografia: il quartetto d'argento con Cloé, Arianna, Martina e Julia



17.05.2025 – Bellinzona: personal best di Lia e Giulia!

Sabato, 17 maggio si è svolto allo Stadio Comunale di **Bellinzona**, in concomitanza con i *Campionati ticinesi giovanili di staffette*, il **Meeting** di atletica leggera WRC (*World Ranking Competitions*) in una giornata caratterizzata dal vento e con una temperatura gradevole.

Nei concorsi si sono presentate sulle rispettive pedane **Maria Würz** (U23) nel lancio del disco (1 kg) il cui migliore tentativo ha raggiunto i 29.26 metri (sua terza miglior misura di sempre) mentre **Giulia Severini** (U18) si è dedicata al salto in lungo con la migliore misura di 4.31 metri (-0.2). Giulia ha corso precedentemente anche i 100 metri in 13.70 (1.7) dove ha colto il personal best (precedente 13.80).

Tutti gli altri atleti si sono cimentati nei 100 metri piani. **Lia Patriarca** (attiva) si è tolta una grande soddisfazione cogliendo sulla pista bellinzonese il nuovo primato personale con l'ottimo tempo di 12.74 e addirittura con vento contrario (-0.6). Il precedente primato di Lia di 12.79 risaliva al 17 settembre 2022 sulla pista di Locarno.

Season best per **Desirée Regazzoni** (U23) nei 100m in 12.45 (0.6) e debutto stagionale sulla medesima distanza di **Kateryna Bilopolska** (U20) in 13.05 (U20), suo terzo miglior tempo di sempre. **Alice Baggi** (U23) ha invece interrotto la corsa per un dolore, auguri Alice!

Marco Cabra (U18) ha affrontato anche il vento contrario (-0.7) ed ha terminato i 100 metri in 11.71 e anche per lui la soddisfazione del terzo miglior crono in carriera!

Foto: insolita fotografia dello stadio Comunale di Bellinzona



17-18.05.2025 – A Tesserete e a Comano le Frecce Gialle sono sempre di ... corsa

Tesserete - Gola di Lago

Sabato 17 maggio si è svolta la **43a edizione della Tesserete – Gola di Lago** prima delle nove tappe della *Coppa ASTi BancaStato di montagna* con la partecipazione di ben 111 podisti.

Bene hanno fatto le due Frecce Gialle presenti alla tradizionale corsa capriaschese lunga 7 km e con un dislivello di 494 metri su un percorso tutto asfaltato.

Samuele Gygax, categoria U18+U20M, è giunto al traguardo in 37'29", 18° rango assoluto (su 76 partecipanti), quinto di categoria e terzo fra i giovani podisti ASTi.

Ivana Hoesli-Bonetti, che non predilige affatto le corse su asfalto, si è detta molto soddisfatta del risultato ottenuto. Con il tempo di 45'26" è giunta al traguardo al 14° rango assoluto (su 35 partecipanti), sesto posto di categoria (woman 50) e quinta podista ASTi.

BancaStato ComanoRun

Domenica 18 maggio si è svolta la **5a edizione della BancaStato ComanoRun** quarta delle 15 tappe della *Coppa ASTi BancaStato di podismo* che ha visto alla partenza delle diverse categorie 500 atlete e atleti.

Fra gli adulti il solo **Toto Notari** ha partecipato fra gli adulti che ha percorso i 7 km in 32'31, 29° rango nella classifica overall, 6° posto fra gli M40 (5° rango ASTi).

Fra i più giovani erano presenti cinque atleti con la maglietta Frecce Gialle nella versione *BancaStato ComanoRun giovanile*, quarta delle 10 tappe della *Coppa ASTi BancaStato giovanile*.

Tiago Antonietti si è imposto fra gli U14 e con i 30 punti del vincitore si riporta in testa alla classifica della *Coppa giovanile* di categoria (e ora è importante partecipare a tutte le restanti gare per assicurarsi la vittoria finale!).

Brave, come sempre, le due Sofia nella categoria U16. **Sofia Devincenti** è giunta al traguardo in quarta posizione e **Sofia Gygax** in sesta.

Settimo rango per **Hiago Canepa** nella categoria maschile U16 e fra i più piccoli **Samuil Atanasov** ha colto un significativo 9° rango su ben 68 concorrenti.

Fotografia: Tiago felice per la vittoria e la sua nuova coppa



21.05.2025 – Bellinzona: LIA, CLOÉ, KATERYNA E DESIRÉE RAGAZZE D'ORO!!!

CHE SERATA MEMORABILE!!!

Mercoledì, 21 maggio si sono svolti allo stadio Comunale di **Bellinzona** i **Campionati ticinesi di staffette** ottimamente organizzati dalla Società Atletica Bellinzona.

Le **Frecce Gialle Malcantone** erano presenti con una squadra più altri atleti/e selezionati dalla CoAS (Comunità Atletica Sottoceneri).

L'aperitivo della serata è stata l'eliminatoria della 4x100 metri femminile dov'erano iscritte otto squadre e solo sei si qualificavano per la finale. Nella prima batteria la squadra CoAS 2, con la nostra **Martina Afonso Antunes** quale prima frazionista, si qualificava per la finale con il tempo di 52.31. Nella seconda batteria la nostra squadra **Frecce Gialle Malcantone** composta da **Lia Patriarca, Cloé Borruat, Kateryna Bilopolska e Desirée Regazzoni** vinceva "facile" malgrado il secondo cambio non ottimale nel tempo di 48.59, nuovo primato sociale (precedente: 49.21 del 26 aprile 2023 sempre sulla pista bellinzonese con Lia Patriarca, Alice Baggi, Caterina Wohlgemuth e Desirée Regazzoni). Nella stessa batteria era presente anche il team CoAS 1 con la nostra **Arianna Bettelini** quale prima frazionista, purtroppo un pasticciaccio al secondo cambio del testimone e la relativa squalifica ha compresso la qualificazione alla finale. Comprensibile la grande delusione di Arianna.

Alle 20h40 andava in scena la finale maschile 4x100m con tre squadre ai blocchi di partenza (CoAS 1, SA Bellinzona e CoAS 2). Vinceva abbastanza facilmente la CoAS 1, medaglia d'argento per la CoAS 2 con il nostro **Mattia Schenk** in terza frazione e bronzo per la squadra di casa SA Bellinzona. I tempi non sono al momento ancora noti.

Alle 20h50 sono scese in pista le sei squadre partecipanti alla finale femminile e i fans delle FGM erano giustamente in trepida attesa ...

Dallo sparo che dava inizio alla gara già si poteva immaginare che le Frecce Gialle erano il team da “battere”. L’impressionante partenza di Lia, l’ottimo cambio di testimone con Cloé la quale lo consegnava a Kateryna che poi (sempre Cloé) cadeva rovinosamente a terra procurandosi una “bella” botta e escoriazioni in diverse parti del corpo ... e intanto Kateryna, in testa alla corsa, affidava il testimone a Desirée che volava solitaria al traguardo nettamente davanti a tutte.

E poi tutti gli occhi erano fissi sul tabellone elettronico che finalmente proclamava (vien da dire *urbi et orbi*) l’incredibile strepitoso tempo di 48.00, non solo nuovo primato sociale, ma sicuramente uno dei migliori tempi in assoluto fatto segnare negli ultimi anni dalle società ticinesi. La classifica finale ha visto le FGM davanti a SAM (49.56), GAB (49.82), ASSPO (50.03), AM (50.88) e CoAS 2 (52.43).

E ... ciliegina sulla torta ... il 48.00 ottenuto dalle atlete FG Malcantone è attualmente il terzo miglior tempo svizzero annuale dopo lo squadrone nazionale di *Swiss Athletics* che ha corso in 43.35 a Guangzhou (Cina) e del team giurassiano della *FSG Alle* (47.59). Certamente nel corso dell’anno il nostro crono sarà superato da altre società, ma al momento godiamoci anche questo merito.

Ma in gara c’era anche la giovanissima squadra *CoAS 2*, con Martina, che terminava al sesto rango in 52.43! Martina si è detta molto felice di questa splendida serata ed ha avuto un particolare piacere a scendere in pista ben due volte.

L’avvincente e memorabile serata terminava con la cerimonia di premiazione e il rito delle innumerevoli fotografie di tutti i partecipanti!

Un po’ di storia ...

È la terza volta che le Frecce Gialle conquistano il titolo di campionesse della 4x100m (attive).

La prima è stata una indimenticata finale che si è svolta allo stadio Cornaredo di Lugano il 30 maggio 2013 e la nostra squadra era composta allora da Martina Stoppa, Gaja Sangalli, Lisa Balmelli e Carlotta Ulmer che hanno concluso la gara in 50.17.

Otto anni più tardi, ed eravamo il 21 agosto 2021 sempre a Lugano, il quartetto composto da Lia Patriarca, Gaia Lorenzetti, Caterina Wohlgemuth e Desirée Regazzoni saliva sullo scalino più alto del podio con il tempo di 50.23.

E poi c’è stata anche la medaglia d’argento conquistata il 26 aprile 2023 a Bellinzona con Lia Patriarca, Alice Baggi, Caterina Wohlgemuth e Desirée Regazzoni (in 49.21 e per la prima volta sotto il “muro” dei 50 secondi).

E non vogliamo certamente dimenticare le due medaglie d’argento vinte dalle nostre squadre U18. Era l’anno 2019 quando Lia Patriarca, Gaia Lorenzetti, Sveva Poggi e Desirée Regazzoni sono salite sul secondo gradino del podio ed è storia di sola settimana scorsa che Julia Rancan, Arianna Bettelini, Martina Afonso Antunes e Cloé Borruat hanno portato a casa un prezioso argento.

E la storia non finisce certamente qui ... promesso!

Fotografia: Kateryna, Cloé, Desirée e Lia con medaglia, scudetto e testimone



21.05.2025 – Bedigliora: la nostra UBS Kids Cup con 19 ragazze/i e buoni risultati

Mercoledì, 21 maggio 2025 si è svolta la selezione interna FGM dell'**UBS Kids Cup** che ha avuto luogo sul campo della scuola media di **Bedigliora**.

Un grande **GRAZIE** ad **Elena** per tutto il tempo che ha messo gentilmente a disposizione per organizzare la selezione (non dimentichiamolo che ci sono i tempi del prima, del durante e del dopo evento), la monitrice **Ivana** che l'ha sostenuta e i genitori che hanno collaborato al successo della manifestazione.

E anche il meteo ha dato una mano risparmiando la pioggia durante la manifestazione (le preghiere sono state ascoltate, grazie!).

19 nostri giovani atleti, dai 7 fino ai 15 anni, ripartiti fra 16 ragazze e 3 ragazzi, hanno risposta presente all'invito di partecipazione da parte dei monitori come pure della società.

Ognuno ha dato il meglio di sé ed i buoni risultati sono lì a dimostrarlo!

Hanno partecipato: **Axel Masson** (M15), **Sofia Devincenti** (W15), **Nina Ivanovic** (W15), **Annalisa Spörri** (W15), **Sophie Malosti** (W14), **Nicole Severini** (W14), **Alessia Asmus** (W13), **Sabrina Merelli** (W13), **Diletta Maria Febraro** (W12), **Treasure Ehiamentalor** (W12), **Martina Gervasoni** (W11), **Ella Müller** (W11), **Pascale Hächler** (W10), **Ina Müller** (W10), **Samuil Atanasov** (M09), **Norah Aloise** (W08), **Chiara Parini** (W08), **Dean Rossatti** (M08) e la più giovane fra tutti **Lou Müller** (W07).

I risultati di ognuno sono reperibili [**QUI**](#).

Fotografia: tutti in posa alla fine della manifestazione



24.05.2025 – Biasca: PB di Axel, Giovanna, Julia e Kateryna

Sabato, 24 maggio si è svolto a al *Centro Sportivo al Vallone* di **Biasca** il **BancaStato Grand Prix Ticino** e i nostri atleti hanno colto ben quattro primati personali e due season best.

Nei 200 metri **Kateryna Bilopolska** (U20) ha migliorato di sette centesimi il primato personale che ora è di 26.49 (0.3).

Giovanna Soldati (U20) ha strabiliato sugli 800 metri corsi in 2:43.01 migliorandosi di oltre quindici secondi. Ci saranno da “limare” ancora due secondi per cogliere il limite di partecipazione ai Campionati ticinesi junior (2:41.00). Forza Giovanna!

Julia Rancan (U18) ha corso i 200 metri in 28.58 (0.2) nuovo primato personale (abbattuto il precedente di ben 86 centesimi) e fatto suo il limite di partecipazione ai Campionati ticinesi assoluti.

Axel Masson (U16), il nostro più giovane concorrente, ha migliorato di 20 centesimi il personal best sugli 80 metri corsi in 9.92 (1.1). Ora, Axel, deve ancora ottimizzare la partenza dai blocchi per guadagnare quei due centesimi che gli mancano per poter partecipare ai Campionati svizzeri di categoria. Forza Axel!

Giulia Severini (U18) ha finalmente fatto la pace con il travetto del salto in lungo cogliendo tre buoni salti sulla pedana biaschese. La serie, sempre con vento costantemente contrario, è interessante: 4.48 (-1.1), 4.53 (-1.6) e 4.54 addirittura con -2.8. Quest’ultimo salto è il secondo migliore di sempre di Giulia come pure *season best*.

Doppio impegno agonistico per **Maria Würz** (U23), dapprima nel lancio del giavellotto (600 grammi) con 38.25 metri già al primo dei sei tentativi a disposizione, season best e quarto miglior risultato di sempre. Poco dopo l’attendeva la pedana del getto del peso (4 kg) con la migliore misura misurata a 9.79 metri.

Debutto stagionale sui 200 metri di **Manuel Jermini** (U18) che terminava la gara in 24.98 (0.1) a soli due decimi dal personale.

Medesima distanza per **Mattia Schenk** (U23) che fermava il cronometro in 24.24 (-0.2).

Fotografia: Kateryna prontissima allo scatto



18 e 25.05.2025 - Ella, Ina, Lou e Norah gareggiano e si divertono

Olimpiadi Rivenesi

Domenica, 18 maggio si sono svolte al Centro Sportivo di **Riva San Vitale** le tradizionali **Olimpiadi Rivenesi**, meeting riservato agli scolari (U14 e più giovani).

Fra i presenti anche quattro giovani Frecce Gialle che si sono impegnate a gareggiare, ma anche divertite.

Lou Müller (W07) si è distinta fra le ragazze nate nell'anno 2018 cogliendo il secondo posto fra tutte le partecipanti.

Hanno inoltre partecipato **Norah Aloise** (W08), **Ina Müller** (W10) e **Ella Müller** (W11).

Meeting Scolari GAD

Domenica, 25 maggio si è svolto al Campo Sportivo di **Dongio** il classico **Meeting Scolari GAD** dedicato agli atleti giovanissimi (U14 e più giovani).

Le Frecce Gialle Malcantone hanno marcato presenza con le tre sorelle Müller di Sessa che hanno gareggiato con passione, ma anche divertite durante la pausa pranzo sulle sponde del fiume Brenno.

Lou Müller (U10) si è dedicata alle discipline del salto in lungo, il lancio della pallina e la corsa sulla distanza dei 50 metri.

Ella (U12) e **Ina Müller** (U12) si sono impegnate nelle discipline del salto in lungo, il lancio del giavellotto (400 grammi), il getto del peso (2.5 kg) e la corsa sulla distanza dei 60 metri.

Il prossimo appuntamento per i più giovani (fino U14) è fissato per il 21 settembre 2025 a Mendrisio con la terza edizione del *Mendrisiotto Kids Triathlon*.

Fotografia: Ina, Norah, Lou e, alle loro spalle, Emma



25.05.2025 – Bellinzona e Lodrino: con Ivana, Alessio e Samuele

Bellinzona Castles & Go

Domenica, 25 maggio si è svolta la quarta edizione della **Bellinzona Castles & Go** (la Corsa più Medievale della Terra!) quinta delle 15 tappe della *Coppa ASTi BancaStato di podismo*. Il percorso di 11 km con un dislivello di 216 metri ha visto la partecipazione di due Frecce Gialle.

Ivana Hoesli-Bonetti (F50) ho portato a termine il percorso in 59'33" cogliendo il 25° rango della classifica generale, l'8° di categoria e il quinto posto fra le concorrenti ASTi.

Alessio Benincà (M50) ha raggiunto il traguardo in 49'37" che gli vale il 22° posto della generale maschile, il settimo rango di categoria e il quinto posto fra gli atleti ASTi.

Vertical Lodrino – Alpe Alva

Domenica, 25 maggio si è svolto il Vertical **Lodrino - Alpe Alva**, un percorso di 5.7 km e un dislivello impressionante di 1'300 metri. Fra i presenti la giovane Freccia Gialla **Samuele Gygax** (U16) che ha terminato la sua fatica in 1h10'58" cogliendo l'ottavo rango fra i 27 finisher e il primo fra i tre pari categoria U16. A fine gara Samuele ha dichiarato di essere molto contento della sua prestazione sportiva.

Fotografia: Samuele si gode il dopo gara



25.05.2025 – Bressanone: Cloé al Brixia Next Gen con tanto di tempone sui 200 metri

Domenica, 25 maggio la città di **Bressanone** (provincia autonoma di Bolzano) ha ospitato la prima edizione del **Brixia Next Gen**, prestigioso meeting di atletica leggera riservato alle rappresentative U18, con la partecipazione dei migliori giovani talenti italiani e di selezioni internazionali.

Erano presenti le selezioni dei Land germanici Baviera e Baden Würtemberg, la nazionale della Slovenia, il Canton Ticino per la Svizzera e 12 regioni italiane: Emilia Romagna, Friuli Venezia Giulia, Lazio, Liguria, Lombardia, Marche, Piemonte, Puglia, Südtirol-Alto Adige, Toscana, Trentino e Veneto. Presente, ma fuori concorso la selezione Team Italia.

Brixia Next Gen è nato sulle ceneri del *Brixia Meeting* che si è svolto per ben 40 anni cui hanno partecipato tantissime atlete e atleti che in seguito hanno rappresentato le proprie nazionali a numerosi eventi europei, mondiali e olimpionici.

La *Federazione Ticinese Atletica Leggera* (FTAL) ha selezionato per la trasferta a Bressanone 21 atleti (11 W e 10 M) fra cui la nostra **Cloé Borruat** alla sua prima selezione in rossoblù. La velocista malcantonese ha difeso i colori ticinesi nei 100 e 200 metri.

Già alle 10h35 Cloé è scesa in pista per correre i suoi primi 100 metri all'estero ed ha concluso in 12.87 con vento contrario di -0.8, suo secondo miglior tempo di sempre e per la terza volta sotto il muro dei tredici secondi. Circa quattro ore più tardi ha affrontato la seconda fatica del giorno, il mezzo giro pista. Partita fortissima, nella non ideale prima corsia, Cloé ha corso una splendida curva e ha tenuto la velocità fino al traguardo. Ottimo il responso cronometrico che le attribuiva il favoloso tempo di 25.98 (0.1), per la prima volta in carriera ha abbattuto il muro dei 26 secondi, migliorandosi di ben 62 centesimi. Nelle classifiche *All Time* delle Frecce Gialle Cloé è ora al quarto posto alle spalle di Desirée Regazzoni (24.52), Carlotta Ulmer (25.55) e Alice Baggi (25.66) mentre nella graduatoria svizzera U18 del corrente anno detiene il sesto miglior tempo.

A Cloé i complimenti da tutte le Frecce Gialle.

La ridotta delegazione ticinese si è classificata al quindicesimo posto nel ranking team con 144 punti (di cui 9 colti da Cloé) con 22 punteggi validi. La regione Veneta si è aggiudicata la vittoria in questa prima edizione del **Brixia Next Gen** davanti alle rappresentative della Lombardia e del Baden Würtemberg.



29.05.2025 – Langenthal: Cloé, Kateryna e Lia volano

Giovedì, 29 maggio si è svolta a **Langenthal** la 40ma edizione del **Nationales Auffahrts-Meeting** (WRC) con quasi 800 atleti iscritti.

Le nostre cinque atlete presenti al meeting dell'Ascensione hanno colto tre primati personali e due primati stagionali, confermando così l'ottimo inizio della stagione outdoor.

Cloé Borrut (U18), reduce dal recente debutto in una competizione internazionale, ha confermato il già buon stato di forma cogliendo sulla pista bernese il nuovo primato personale sui 200 metri in 25.89 (0.0) (il precedente primato ha resistito solo 4 giorni ed è stato migliorato di nove centesimi). Poco prima Cloé aveva corso i 100 metri in 12.73, sua seconda miglior prestazione di sempre, e ha dovuto anche battagliare contro un forte vento contrario di -2.0.

Lia Patriarca (U23) ha corso i suoi 100 metri in 12.69, nuovo personal best malgrado un vento contrario di -1.3. Anche in questo caso il precedente primato personale è durato poco poiché risaliva solo allo scorso 17 maggio (12.74 a Bellinzona).

Doppio impegno agonistico per **Kateryna Bilopolska** (U20) che ha corso i 100 metri in 12.96 (0.2), season best. Kateryna ha sfiorato di soli 3 centesimi il personale e per la seconda volta in carriera è scesa sotto il muro dei 13 secondi. Dopodiché Kateryna non correva, ma volava sui 400 metri in 60.28 migliorandosi di ben 2 secondi e 41 centesimi. Ormai manca poco per abbattere il muro del minuto. Forza Kateryna!

In trasferta anche **Desirée Regazzoni** (U23) che ha corso i 100 metri in 12.66 (-0.2).

Season best di **Maria Würz** (U23) nel lancio del giavellotto (600 g). Il migliore tentativo è stato il secondo dei sei lanci a disposizione con 39.06 metri.

Fotografia: la rincorsa di Maria nel lancio del giavellotto

Le **Frecce Gialle Malcantone** sono su Instagram: [@freccegialle](#)



28-31.05.2025 – Settimana ricca di appuntamenti

Corrida Bellinzonese

Mercoledì, 28 maggio 2025 si è disputata a **Giubiasco** la 7a edizione della **Corrida Bellinzonese**, sesta delle 15 tappe della *Coppa ASTi BancaStato di podismo*.

Sulla distanza di 5.81 km hanno gareggiato due Frecce Gialle.

La giovane **Sofia Devincenti** (U18F+U20F) ha percorso la distanza in 25'51", nono tempo della classifica generale femminile (25 finisher) e seconda di categoria, che le permette di far suoi 25 punti per la classifica di Coppa.

Presente anche **Toto Notari** (M40) che ha concluso la sua fatica in 24'35", 25° rango della classifica generale uomini, sesto di categoria e quarto fra i corridori ASTi (bottino di 18 punti).

Corrida Bellinzonese bambini

Giovedì, 29 maggio 2025 si è svolta in Piazza Grande a **Giubiasco** la **Corrida bambini** cui ha preso parte la nostra Freccia Gialla **Hiago Canepa** (2011).

Hiago ha colto il secondo rango della categoria maschile *Lupo* su un circuito di 1.5 km che ha portato a termine in 5'05".

Giubiasco Carena Run

Sabato, 31 maggio 2025 si è svolta la 5a edizione della **Giubiasco-Carena Run**, impegnativa gara di 10.7 km con un dislivello di 720 metri, valevole quale seconda delle nove tappe della *Coppa ASTi BancaStato di montagna* che ha visto la partecipazione di due Frecce Gialle.

Nella categoria U18M+U20M era presente il giovanissimo **Samuele Gygax** che è giunto al traguardo in 1h01'14", 25° rango della classifica generale uomini e terzo posto di categoria. Samuele fa suoi altri 21 punti per la classifica di Coppa.

Ivana Hoesli-Bonetti (F50) è giunta al traguardo in 1h10'30", 10° rango della classifica generale femminile, quarta di categoria e terza fra le concorrenti ASTi.

Meeting national de javelot

Sabato, 31 maggio 2025 allo stadio dell'Octodure di **Martigny** si è disputato il **1° Meeting national de javelot** (WRC).

La Freccia Gialla **Alessia Asmus** (U14) era presente sia con il suo giavellotto di 400 grammi sia con il desiderio di svolgere una "bella gara".

La serie dei sei lanci a disposizione è stata la seguente: 21.29 metri, 19.98, 24.78, 21.33, 24.17, 23.35. Un bel risultato d'insieme malgrado un vento irregolare che ha influito sulla regolarità dei lanci.

Il secondo lancio di 24.78 metri ha permesso ad Alessia di migliorare il personale di 46 centimetri (precedente: 24.32 metri colto allo stadio del Lido di Locarno il 24 agosto 2024).

Gioia per il primato personale e, nel contempo, la delusione di non aver raggiunto per soli 22 centimetri il limite di partecipazione ai *Campionati Regionali della Svizzera orientale*.

Fotografia: Hiago sorridente e soddisfatto sul podio della Corrida Bellinzonese



04.06.2025 – Tesserete: Alessia e Martina ritornano a casa con i PB

Mercoledì, 4 giugno all'Arena Sportiva Capriasca e Valcolla di **Tesserete** si è svolto il **18° Meeting Capriascese** (WRC) con la partecipazione di circa 160 atlete/i.

La serata fredda, umida e a tratti piovosa ha quindi compromesso risultati eclatanti da parte di tutti i presenti come pure degli 8 atleti delle Frecce Gialle Malcantone.

Da sottolineare il primato personale di **Martina Afonso Antunes** (U18) nei 100 metri corsi in 13.68 (-0.4) migliorandosi di cinque centesimi.

Doppio impegno agonistico per **Alessia Asmus** (U14) che ha colto due primati personali. Nei 60 metri ha tagliato il traguardo in 9.11 (precedente: 9.18) e nel salto in alto, con 1.35 metri, ha migliorato l'outdoor (precedente 1.30 m) e uguagliato il primato indoor.

Manuel Jermini (U18) ha fatto segnare il season best nei 100 metri in 12.49 (0.0) e **Axel Masson** (U16) ha superato il traguardo degli 80 metri in 10.11 (-0.3).

Nei 100 metri sono scese in pista anche **Julia Rancan** (U18) che ha corso in 14.01 (-0.4), **Giulia Severini** (U18) in 13.98 (-0.1) e **Giovanna Soldati** (U18) in 14.70 con un ventaccio contrario di -0.8.

Sulla pedana del getto del peso **Maria Würz** (U23) ha colto al terzo tentativo la migliore misura con 9.34 metri.

Le **Frecce Gialle Malcantone** sono su Instagram: [@freccegialle](#)



07.06.2025 – Zofingen: bene le nostre Frecce Gialle

Sabato, 7 giugno 2025 si è svolto a **Zofingen** il **49° Pfingsmeeting** (WRC), meeting di categoria A facente parte del *WA Continental Tour - Challenger*.

Fra i presenti anche cinque Frecce Gialle che, oltre al viaggio, hanno sfidato il meteo che non ha fatto mancare vento e pioggia. Il responso del cronometro è stato comunque lusinghiero per i nostri atleti.

Lia Patriarca (attiva) conferma uno stato di forma invidiabile e sui 100 metri realizza il suo secondo miglior tempo di sempre in 12.71 (0.2), a soli due centesimi dal personale.

Desirée Regazzoni (U23) realizza il secondo miglior tempo stagionale in 12.47 (0.1) e avvalora il suo secondo posto fra le atlete più veloci del Ticino.

Cloé Borruat (U18) fa un'ottima corsa e termina i 100 metri in 12.70 (0.2), suo secondo miglior crono in carriera. Nel tardo pomeriggio Cloé è scesa in pista anche nei 200 metri che ha chiuso in 26.11 (0.2) a soli 22 centesimi dal personale.

Nel ranking delle migliori ticinesi dei 100 metri le nostre atlete detengono il 2° posto con Desirée (12.45), il quarto con Cloé (12.64) e il settimo con Lia (12.69). A seguire nella Top 20 Kateryna Bilopolska 14° rango (12.96) e il 18° con Arianna Bettelini (13.21).

Nel ranking delle migliori ticinesi sui 200 metri vantiamo Cloé al terzo posto (25.89), il quarto di Kateryna (26.49) e il ventesimo con Julia Rancan (28.58).

Nei concorsi **Maria Würz** (U23) ha lanciato il suo giavellotto a 36.39 metri, in una giornata non ideale per i lanci. **Mattia Schenk** (U23) ha migliorato il suo stagionale sui 200 metri in 23.57 (-0.4).



08.06.2025 – Lugano: 3 Frecce alla Finale cantonale Visana Sprint

Axel, Alessia e Treasure hanno partecipato domenica 8 giugno allo stadio Cornaredo di **Lugano** alla **Finale cantonale Visana Sprint**, uno dei tre progetti giovanili (fino ai 15 anni) di Swiss Athletics (gli altri due sono *UBS Kids Cup* e *MilleGruyère*)

Axel Masson (M15) ha corso gli 80 metri in 10.10 (-0.3), sesto tempo di categoria.

Alessia Asmus (W13) era impegnata nella classica distanza dei 60 metri corsi in 9.09, 11° rango, nuovo personale ma purtroppo non ufficiale a causa dell'infrastruttura che non è omologata.

In pista anche la giovanissima **Treasure Ehiamentalor** (W12) che ha terminato i 60 metri in 9.42 che le vale il quindicesimo rango. Per Treasure è stato importante anche conoscere le dinamiche di una competizione numerosa e far sue nuove preziose esperienze agonistiche.

Fotografia: Alessia e Axel



11.06.2025 – Bellinzona: Maria firma il nuovo primato societario nel lancio del disco, bene le e i velocisti!

Allo stadio Comunale di **Bellinzona** si è svolto mercoledì 11 giugno 2025 il **Meeting serale** (WRC) ben organizzato dalla società di casa *Gruppo Atletico Bellinzona*.

Ben nove Frecce Gialle erano presenti alle competizioni di velocità (100 e 200 metri) e del lancio del disco.

Debutto della giovane atleta **Alessia Asmus** (U14) nel concorso del disco con l'attrezzo di 750 grammi. Il migliore lancio di Alessia è stato il terzo dei sei a disposizione che è stato misurato a 28.91 metri, migliore prestazione ticinese dell'anno categoria U16. La misura ottenuta da Alessia è anche la quarta dell'anno a livello svizzero! Stessa pedana e stesso attrezzo, ma del peso 1 kg, per **Maria Würz** (U23) che ha scagliato il disco a 30.36 metri, nuovo primato sia personale che societario con un incremento di due centimetri. Un grande complimento ad entrambe le nostre discobole!

Nelle discipline dello sprint le nostre velociste hanno conseguito buonissime prestazioni cronometriche.

Desirée Regazzoni (U23) ha colto, con l'ottimo tempo di 12.24 sui 100 metri, il season best e nel contempo il limite di partecipazione ai *Campionati svizzeri assoluti*. Desirée detiene inoltre, con Petra Crescini dell'ASM, il miglior tempo ticinese dell'anno sulla distanza.

Due primati personali per **Cloé Borruat** (U18) che si è migliorata di 9 centesimi sui 100 metri (ora 12.55 con vento 0.4) e di ben 2 decimi sulla doppia distanza (25.69 con vento 0.0).

Lia Patriarca (attiva) ha corso ancora una volta su ottimi livelli. I suoi 100 metri li ha “divorati” in 12.75 (0.4).

Kateryna Bilopolska (U18) sta affilando le armi per disputare una bella stagione agonistica e il doppio impegno è stato positivo. 100 metri in 13.27 (1.7) e 200 metri in 26.66 (0.6), terzo miglior tempo di sempre.

In campo maschile da sottolineare il primato personale di **Marco Cabra** (U20) sui 200 metri corsi in 23.44 (0.0), ora secondo nella Top 10 delle FGM. Nei 100 ha superato la linea del traguardo in 11.66 (0.2), suo terzo miglior tempo in carriera.

Sul mezzo giro di pista **Mattia Schenk** (U23) ha uguagliato il season best in 23.57 (0.2), mentre **Manuel Jermini** (U18) ha colto il miglior tempo stagionale sul rettilineo bellinzonese in 12.38 (0.1).

Fotografia: le discobole Alessia e Maria con i ... “ferri del mestiere”



14.06.2025 – Bellinzona: Alessia e Lou sul podio dell’UBS Kids Cup

Sabato, 14 giugno 2025 si è svolta allo stadio Comunale di **Bellinzona** la *Finale cantonale* dell’**UBS Kids Cup**.

Le Frecce Gialle Malcantone erano rappresentate da 11 atlete/i che si sono qualificate/i tramite le selezioni locali o interna alla nostra società (vedi l’evento di Bedigliora del 21 maggio scorso).

Ben due nostre atlete sono salite sul podio della competizione che fa parte dei progetti giovanili di Swiss Athletics.

Alessia Asmus ha colto il secondo rango della categoria **W13** con i nuovi primati personali dei 60 metri, del lancio della pallina di 200 grammi e del totale dei punti (1'862). Con 48.02 metri nel lancio della pallina Alessia ha fatto suo anche il primato sociale di questa impegnativa disciplina.

Lou Müller, sempre brillante e motivatissima, è salita sul terzo scalino del podio W07 con un totale di 519 punti.

Nelle classifiche di categoria rileviamo che altre due frecce Gialle sono incluse nella Top 10: **Samuil Atanasov** (M09) sesto con 841 punti e **Axel Masson** (M15) decimo con 1'730 punti.

A seguire tutte le nostre atlete. Hanno partecipato: **Annalisa Spörrí** (W15), **Nina Ivanovic** (W15), **Sofia Devincenti** (W15), **Nicole Severini** (W14), **Treasure Ehiamentalor** (W12), **Ella Müller** (W11) e **Anaïs Jappé** (W07).

Per **Axel**, **Annalisa**, **Nina** e **Sofia** è stata l’ultima partecipazione ad un evento di Swiss Athletics dedicato ai giovani (*UBS Kids Cup*, *Visana Sprint* e *MilleGruyère*) per raggiunto limite d’età (15 anni). Dall’anno prossimo, a condizione di allenarsi con regolarità, impegno e motivazione, la partecipazione ai meeting sarà un’occasione per mettersi alla prova.

Un grande **GRAZIE** agli accompagnatori **Susy, Elena e Mattia**.

Fotografia: alcune nostre partecipanti – Treasure, Nicole, Alessia, Annalisa, Nina e Sofia



15.06.2025 – Tesserete: Cloé, Giulia, Kateryna, Lia e Martina tutte da Personal Best!

Domenica, 15 giugno 2025 si è svolta all'Arena Sportiva Capriasca e Valcolla di **Tesserete** la 3a edizione del **Meeting Luganese** (WRC) organizzata dalla locale società US Capriascese sostenuta da SAM e SAL.

La partecipazione delle Frecce Gialle è stata numerosa, 10 fra atlete e atleti, e molto proficua dal lato dei risultati ottenuti con ben cinque primati personali e un primato stagionale.

Da **Giulia Severini** (U18) è giunto il primo primato di giornata colto nella disciplina del salto in lungo. Con il secondo tentativo a disposizione Giulia migliorava il suo precedente primato di ben 12 centimetri per atterrare a 4.70 metri (1.6). Con questa misura balza al secondo posto della Top 10 delle FGM ed il primato sociale è lì, a soli 8 centimetri.

Kateryna Bilopolska (U20) ha migliorato di ben 25 centesimi il suo recente primato sul giro di pista. I 400 metri sono stati corsi in 60.03 e ora il “muro da abbattere” di superare il traguardo sotto il minuto sarà il prossimo obiettivo.

Dalla gara della velocità pura dell'atletica leggera, i 100 metri, provengono i restanti tre primati personali di giornata.

Cloé Borrut (U18) ha limato di tre centesimi la sua miglior prestazione e ora può vantare un tempo di 12.52 (0.0).

Strepitosa **Lia Patriarca** (attiva) che addirittura migliora di un decimo il suo primato sulla distanza fissandolo (per ora) a 12.59 (0.0). Da notare che è la dodicesima volta che Lia corre i 100 metri sotto i 13 secondi!

Martina Afonso Antunes (U18) ha ritoccato il personal best di due centesimi. Sulla pista capriascese è giunta sulla linea del traguardo in 13.66 (0.4).

Brava anche **Julia Rancan** (U18) che ha colto il season best in 13.77 (0.8) a soli sette centesimi dal personale.

Giovanna Soldati (U18) era impegnata sulla distanza dei 400 metri, purtroppo il dolore a un ginocchio le ha consigliato di interrompere la gara dopo circa 300 metri, saggia decisione.

In campo maschile la sfortuna ha colto **Marco Cabra** (U20) che sui 100 metri ha dovuto dapprima subire una falsa partenza (provocata da un altro atleta) e, al secondo via, gli atleti erano fortemente disturbati da rumori provenienti dall'altoparlante.

Manuel Jermini (U18) ha corso i 400 metri anche se non era al 100% e quindi il tempo fatto registrare non era dei migliori (61.04).

Axel Masson (U16), reduce dal triathlon della vigilia (UBS Kids Cup), ha corso gli 80 metri in 9.99 (0.0), suo secondo miglior tempo di sempre.

Fotografia: il nostro team femminile con Giulia, Martina, Cloé, Giovanna, Lia, Julia e Kateryna



18.06.2025 – Thalwil: 18 lanci e un season best per Maria

Mercoledì, 18 giugno 2025 si è svolto allo *Sportanlage Brand* di **Thalwil** il meeting per lanciatori **Thalwiler Wurfabend** al quale ha partecipato la nostra **Maria Würz** (U23).

Maria ha svolto tutte e tre le discipline proposte dagli organizzatori: il lancio del disco, il lancio del giavellotto e infine il getto del peso e per ognuna di esse erano a disposizione 6 tentativi per un totale di ben 18 lanci (e nella conta bisogna ancora aggiungere i lanci di riscaldamento e di prova).

Nel lancio del disco (1 kg) la migliore misura è stata misurata a 29.12 metri a poco meno di un metro dal recentissimo personale.

Nel giavellotto (600 grammi) i metri erano 38.93, a soli 13 centimetri dal primato stagionale (e qui apriamo una controversia: al sottoscritto e a Maria sembrava il lancio più lungo e, secondo noi, le addette non hanno fatto molta attenzione al paletto del precedente lancio e qui chiudiamo la controversia).

Infine, dopo già tre ore di gara, Maria si è trasferita alla pedana del getto del peso (4 kg) dove ha colto la soddisfazione della serata con il miglior risultato stagionale misurato a 10.37 metri (a soli 29 centimetri dal personale outdoor).

A notte fonda il rientro a domicilio di Maria, Susy (monitrice) e del sottoscritto scriba (Marco).



21.06.2025 – CR/1: Alessia oro + argento – Cloé in finale!

Sabato 21 e domenica 22 giugno 2025, il Ticino ospita una delle manifestazioni giovanili più importanti del panorama atletico nazionale: i **Campionati Regionali di atletica leggera della Svizzera orientale**.

Oltre 500 giovani provenienti dai cantoni Appenzello Interno, Appenzello Esterno, Glarona, Grigioni, San Gallo, Sciaffusa, Ticino, Turgovia, Zurigo e dal Principato del Liechtenstein rivaleggiano a Bellinzona e a Biasca per confrontarsi in due intense giornate di gare e contendersi i titoli regionali nelle categorie U14, U16 e U18.

Le Frecce Gialle supportano l'organizzazione in primis con Matteo Patriarca che è membro del Comitato organizzativo e poi con ben 16 volontari (Caterina W., Chiara L., Cinzia C., Diego D., Elena G., Elia M., Gaia L., Laura B., Lia P., Manuel A., Marco C., Maria W., Mattia S., Michela B., Nicolas B. e Tamara B.) a cui si aggiungono i monitori Enea e Susy. A tutti quanti i ringraziamenti per essersi messi a gentile disposizione!!!

La cronaca sportiva vede quale indiscussa protagonista della prima giornata di competizioni la nostra più giovane atleta in gara. **Alessia Asmus** (U14), che ha iniziato la giornata sulla pedana del getto del peso (3 kg), si è aggiudicata la vittoria con il quinto lancio misurato a 8.81 metri, titolo di campionessa, medaglia d'oro e nel contempo primato personale nonché primato sociale delle categorie U14 e U16. Nel primo pomeriggio Alessia si spostava alla pedana del salto in alto dove coglieva due primati personali in rapida successione: 1.38 e 1,41 metri entrambi al secondo tentativo mentre i tre tentativi a 1.44 m non hanno avuto successo. Alessia si è aggiudicata il secondo rango che le ha permesso di salire sul podio per ricevere la meritata medaglia d'argento. Alessia è la prima atleta delle Frecce Gialle della categoria U14 ad aggiudicarsi una medaglia ai *Campionati Regionali*!

Gli 80 metri maschili ha visto la partecipazione di **Axel Masson** (U16) che ha superato le eliminatorie con il tempo di 10.11 (-1.0). In semifinale ha fatto ancora meglio in 9.98 malgrado un vento decisamente contrario (-2.5), onorevole 11° rango finale.

Nei 600 metri è scesa in pista **Sofia Devincenti** (U16) che ha colto il 19° rango con il tempo di 1:58.22 (suo secondo miglior tempo di sempre).

Nella pedana del salto in lungo **Giulia Severini** (U18) ha messo a referto 4.57 metri, sua terza misura in carriera e anche per lei il 19° rango finale.

I 100 metri hanno visto ai blocchi di partenza tre nostre velociste: **Martina Afonso Antunes** (U18) corsi in 13.72 (1.5) a soli sei centesimi dal personale, **Arianna Bettelini** (U18) in 13.84 (-0.4) che è ritornata alle competizioni dopo un'interruzione di alcune settimane e **Cloé Borruat** (U18) in 12.65 (1.2) che si è qualificata, con la grande Q, per le semifinali. Anche nelle semifinali Cloé è stata protagonista con l'ottimo tempo di 12.55 (-0.5), a soli tre centesimi dal personale e con la qualifica diretta alla finalissima. Finale che ha visto Cloé terminare al quarto posto che potrebbe essere sinonimo di delusione per la mancata conquista di una medaglia. Ma il bicchiere, per come la vediamo noi, è decisamente pieno. Innanzitutto per il tempo ottenuto: un significato 12.37 (1.4) che migliora il precedente personal best di ben 15 centesimi, la tenuta di ben tre turni di corsa ai massimi livelli e, in particolare, l'aver fatto suo il limite di partecipazione ai Campionati svizzeri assoluti! "Tanta roba", vero?

Domani (domenica) si svolgerà la seconda giornata dei *Campionati Regionali della Svizzera orientale* e le Frecce Gialle saranno presenti con Arianna, Cloé e Martina sui 200 metri e Alessia nei 60mH e forse nel lancio del disco.

In bocca al lupo!

Fotografia: Alessia con al collo due pesanti medaglie!



22.06.2025 – CR/2: Cloé 200m da medaglia di bronzo!

Domenica, 22 giugno 2025 si è svolta a Bellinzona la seconda giornata dei **Campionati Regionali di atletica leggera della Svizzera orientale** baciata dal sole e dal caldo!

Quattro le nostre atlete presenti sulla famosa e veloce pista della capitale ticinese e tutte impegnate nelle corse.

Ai blocchi di partenza dei 200 metri si sono presentate tre atlete: Arianna, Cloé e Martina.

Martina Afonso Antunes (U18) ha superato il traguardo in 27.97 (0.1), nuovo primato personale e per la prima volta sub 28".

Arianna Bettelini (U18) ha concluso il mezzo giro di pista in 28.21 (1.1), buon tempo dopo un'assenza dagli allenamenti di alcune settimane.

Cloé Borrut (U18), tra le favorite per accedere all'atto conclusivo e forse anche ... a "qualcosina" di più, si è aggiudicata l'accesso alla finale vincendo la propria batteria con il nuovo personale di 25.41 (0.3), precedente 25.69. Due ore più tardi, in quinta corsia, Cloé non ha fatto sconti a nessuno ed ha concluso al terzo posto con un nuovo incredibile tempo: 25.16 (2.0). La medaglia di bronzo è sì la pietanza principale, ma anche il contorno è ricco di soddisfazioni: conferma Cloé quale seconda velocista di sempre delle Frecce Gialle, fa suo il limite di partecipazione ai Campionati svizzeri Assoluti, che bissa i 100 della vigilia. E poi, *dulcis in fundo*, il tempo ottenuto da Cloé è la minima degli EYOF (*European Youth Olympic Festival*) che certamente è un'ulteriore soddisfazione personale (anche se non ci sarà una convocazione considerata la forte concorrenza in questa disciplina).

Alessia Asmus (U14), dopo le soddisfazioni e le medaglie della vigilia, si presentava alla partenza dei 60 metri ostacoli (762 mm) con la grande voglia di far bene in una delle sue discipline preferite. Seconda di batteria Alessia accedeva direttamente all'atto finale con il nuovo personale outdoor di 10.37. Nella finale disputata due ore più tardi ha visto Alessia concludere l'impegnativa disciplina in 10.40 che le è valso il quinto rango finale.

Le Frecce Gialle si complimentano con tutti i nostri atleti per la partecipazione e per i risultati ottenuti che sono di sicuro stimolo per tutti gli atleti, i monitori, i dirigenti e i nostri numerosi simpatizzanti e tifosi.

Come dimostrato ancora una volta il tosto lavoro svolto nel corso degli allenamenti è pagante!

Un grande **GRAZIE** a tutti i nostri volontari che hanno permesso, con la loro presenza, il regolare svolgimento di questa importante manifestazione sportiva giovanile, ai monitori e a Matteo che tanto ha fatto e lavorato nel Comitato organizzatore!

La fotografia non poteva che ritrarre le nostre due vincitrici di medaglie: Alessia e Cloé



28.06.2025 – Bellinzona: podio di Cloé al Grand Prix!

Sabato, 28 giugno si è disputato allo stadio Comunale di **Bellinzona** la seconda tappa del **BancaStato Grand Prix Ticino (WRC)** ottimamente organizzato dalla locale società GA Bellinzona.

La meteo, grande afa e temperature altissime, è stata inclemente con gli atleti, monitori, accompagnatori, volontari e spettatori. Le Frecce Gialle Malcantone erano presenti con ben dieci atleti che hanno confermato i già buoni risultati personali. La lunga giornata è comunque iniziata a metà mattinata a Locarno dove si sono svolte le discipline dei lanci del martello e del disco.

La nostra lanciatrice **Maria Würz** (U23) si è cimentata per la prima volta nel lancio del martello (4 kg) e, malgrado i pochissimi allenamenti con l'attrezzo, si è ben destreggiata e il migliore tentativo è stato misurato a 19.58 metri.

Da notare che due tentativi nulli hanno superato di poco i 20 metri ... Nel lancio del disco (1 kg) il migliore lancio è stato il secondo con la misura di 29.54 metri, quarto migliore di sempre e a soli 82 centimetri dal primato personale.

Nel tardo pomeriggio sono iniziate le discipline su pista e pedane dello stadio Comunale di Bellinzona sotto un sole impietoso che non ha dato tregua a tutti i presenti. Tutti i nostri atleti erano impegnati nello sprint veloce, i 100 metri.

Nelle eliminatorie la più veloce delle nostre atlete è stata **Cloé Borruat** (U18) che nella prima batteria ha colto il settimo rango e la qualifica per la finale con il tempo di 12.61 (0.0). L'avvincente finale ha visto la nostra velocista portare a termine la sua fatica in 12.57 (0.0) e il gratificante sesto rango.

Lia Patriarca (attiva) ha colto il suo quinto miglior tempo di sempre e il 12.75 (0.0) è a soli 16 centesimi dal personale.

Martina Afonso Antunes (U18) "stacca" il suo terzo primato personale stagionale sui 100 metri correndo in 13.51 (-0.2), migliorandosi di ben 15 centesimi.

Arianna Bettelini (U18), in ripresa dopo l'assenza dalle competizioni, corre in 13.65 (0.2) seguita da **Giulia Severini** (U18) in 13.77 (a soli sette centesimi dal personal best) e **Julia Rancan** in 13.85 (-0.2), secondo tempo stagionale.

In campo maschile **Marco Cabra** (U20) corre il rettilineo di Bellinzona in 11.69 (-0.8) e supera i compagni di società **Mattia Schenk** (U23) in 11.95 (-0.8) e il debuttante sulla distanza **Axel Masson** (U16) in un buon 12.29 (-0.1).

Fotografia: tanto giallo al Comunale di Bellinzona



28.06.2025 – Morobbia Trail: Ivana si aggiudica la vittoria di categoria

Sabato, 28 giugno si è svolta la 5a edizione del **Morobbia Trail** suddiviso nelle due categorie **K33-Trail del Lupo** e **K14-Trail della Croce**, competizioni valevoli per l'attribuzione dei punti della **Coppa Asti trail**.

Le nostre due Frecce Gialle presenti all'evento sportivo hanno optato per il **Trail della Croce**, un percorso di 14 km con un dislivello positivo di 1'300 metri.

Ivana Hoesli-Bonetti ha portato a termine l'impegnativo percorso in 2h42'28" ciò che le ha permesso di aggiudicarsi la vittoria nella categoria F50+ e l'ottavo rango della classifica femminile generale. Dopo il successo al *Lema Trail* per Ivana è la seconda vittoria consecutiva stagionale, complimenti!

Samuele Gygax ha terminato la sua fatica abbattendo il "muro" delle due ore registrando il buon tempo di 1h56'45", sesto rango della classifica generale come pure della categoria <50M.

A Ivana e Samuele le lodi da tutte le Frecce Gialle per gli ottimi risultati individuali.

Fotografia: Ivana e Samuele sorridenti e con i rispettivi premi



Le Frecce Gialle Malcantone possono contare su 6 nuovi monitori G+S

Il Centro Sportivo Gioventù e Sport (G+S) di Bellinzona ha accolto il ***Corso di formazione base Monitori G+S Atletica leggera*** con la partecipazione di ben 29 aspiranti monitori.

Per divenire *Monitoro G+S*, è necessario seguire il corso di formazione base e possedere esperienza nella disciplina, oltre ad essere raccomandati dal coach della società sportiva di appartenenza.

Il corso si è svolto sull'arco di sei giorni da lunedì 30 giugno a sabato 5 luglio, sia in aula sia sulla pista di atletica dello stadio Comunale di Bellinzona, dove i partecipanti hanno ricevuto istruzioni teoriche, tecniche e di metodologia. Il tutto si è concluso con una prova pratica (preparazione e svolgimento di un allenamento) seguito da un test scritto.

Nello svolgimento delle attività esterne il bel tempo ha fatto da cornice alla buona riuscita del corso malgrado le elevate temperature che hanno messo a dura prova sia i corsisti sia gli istruttori.

Per le Frecce Gialle Malcantone erano presenti sei corsisti, fra cui cinque atleti attivi e un “aiuto monitore”, che hanno partecipato con motivazione e passione e che hanno (tutti) superato con successo il test e ottenuto l’ambito “brevetto” di *Monitore Sport per giovani G+S Atletica leggera*.

I sei nuovi monitori sono: **Marco Cabra** (2007) di Monteggio, **Enea Cavion** (2005) di Ponte Tresa, **Lia Patriarca** (2002) di Pura, **Desirée Regazzoni** (2004) di Mezzovico, **Mattia Schenk** (2003) e **Maria Würz** (2003) entrambi di Caslano.

Tutta la nostra società sportiva esprime ai neomonitori i complimenti per la conclusione positiva del corso e per l'impegno profuso!

Fotografia: i neomonitori Enea, Desirée, Marco, Lia, Maria e Mattia



Si è corso a Biasca e a La Rochelle (F) – PB di Giulia e Kateryna

A Biasca primati personali di Kateryna e Giulia

Sabato, 5 luglio si è svolto al Centro Sportivo al Vallone di **Biasca** il **5° Magnus Jump Meeting & Swiss Jump Tour (WRC)** con la presenza di quattro Frecce Gialle che si sono dedicate allo sprint e al concorso del salto in lungo cogliendo ben due primati personali.

Giulia Severini (U18) ha corso i 100 metri in 13.55 (1.6), suo miglior tempo di sempre, migliorandosi di ben 15 centesimi. Giulia si è anche dedicata alla sua disciplina preferita, il salto in lungo, dove ha sfiorato il primato personale (4.70 metri) per un solo centimetro. Il secondo tentativo è stato misurato a 4.69 metri (1.2), gli altri due salti purtroppo sono stati dichiarati nulli.

Julia Rancan (U18) è scesa in pista due volte. Nei 100 metri ha fermato il cronometro in 13.91 (1.6) a soli 21 centesimi dal personale mentre sulla doppia distanza il tempo realizzato, 28.93 (0.2), è il suo secondo migliore di sempre.

Primato personale di **Kateryna Bilopolska** (U20) sui 200 metri corsi in 26.31 (0.3) erodendo così di altri 18 centesimi il precedente personal best.

Anche **Martina Afonso Antunes** (U18) era presente a Biasca, ma un “fastidio” alla gamba le ha consigliato di rinunciare a correre sia i 100 che i 200 metri (meglio prevenire ... che guarire!).

Axel è sceso in pista a La Rochelle (Francia)

Il nostro atleta **Axel** è in vacanza in Francia, nei dintorni di Bordeaux, ma certamente non si dimentica di allenarsi e mantenere la forma sotto la guida, ovviamente a distanza, della sua monitrice Susy.

E se ci fosse un meeting nelle vicinanze perché non partecipare e accumulare nuove esperienze? Detto fatto il meeting è stato scovato, non proprio a due passi, ma a ben 180 km di distanza, a **La Rochelle**, località situata sull’oceano Atlantico che conta oltre 77 mila abitanti e che è sede di un importante porto.

Al meeting sono annunciati anche interessanti giovani atleti di livello nazionale francese e Axel ha potuto iscriversi sulla distanza dei ... 120 metri (a quanto pare i 100 metri sono esclusi alla sua categoria d’età).

E ora passiamo alla cronaca. Mercoledì, 9 luglio si è svolto in notturna, allo stadio Armand Bouffénie di **La Rochelle**, il **Meeting Jacques Lefèvre** alla presenza del nostro atleta delle Frecce Gialle **Axel Masson** (U16) che è sceso in pista sull’inedita distanza dei 120 metri. Axel ha superato il traguardo in 14.73 (0.9) ciò che gli ha permesso di aggiudicarsi la batteria. Nel post-gara Axel si è dichiarato soddisfatto dell’esperienza anche se ha sentito la fatica negli ultimi 20-30 metri.

Fotografia: Axel nel pre-gara allo stadio di atletica de La Rochelle (F)



13.07.2025 – Olgiate Olona: Maria segna la miglior prestazione ticinese stagionale!

Domenica, 13 luglio si è svolto a **Olgiate Olona** (provincia di Varese) il **Meeting Bronze del Circuito Regionale Lombardo** (valevole anche quali *Campionati provinciali Assoluti Varese e Como/Lecco*).

La nostra atleta **Maria Würz** (U23) ha partecipato all'evento sportivo con alcuni atleti del Gruppo Atletico Bellinzona (GAB) che ringraziamo per il sostegno organizzativo e la trasferta (un ringraziamento particolare ad Alex Brechbühl).

Maria si è dedicata al lancio del giavellotto (600 grammi) e ha colto un'ottima serie nei sei lanci a disposizione di cui il quinto ha superato i il “muro” dei 40 metri e più precisamente è stato misurato a 40.45 metri. Per Maria questo lancio rappresenta il season best, il suo secondo migliore di sempre nonché la migliore prestazione ticinese dell'anno!

Per la cronaca la serie di lanci è stata la seguente: 37.51, 36.84, 39.54, 37.25, **40.45** e 39.55 metri.

Da tutte le Frecce Gialle Malcantone un grande complimento a Maria!

Fotografia: una veduta del Centro Sportivo “Villa Gonzaga” di Olgiate Olona



Podismo: Alessio e Samuele sempre presenti

Gran Premio Rossa

Domenica, 6 luglio si è svolta l'ottava edizione del **Gran Premio Rossa**, spettacolare gara podistica **da Selma a Rossa**, su fondo misto (sterrato, asfalto, sentiero) che si snoda su un percorso affascinante di 10 km e 271 metri di dislivello attraverso il Parco Regionale Calanca. La gara era valevole quale settima delle 15 tappe che compongono la *Coppa ASTi BancaStato podismo* (valgono i migliori 11 punteggi ottenuti).

Per le Frecce Gialle Malcantone era presente solo il nostro **Alessio Benincà** che ha terminato il percorso in 48'48" al 18° posto della classifica generale e al terzo della classifica della categoria M50 (e primo rango fra gli atleti che hanno conseguito i punti della classifica di Coppa).

In Töira

Sabato, 12 luglio si è disputata a **Campo Blenio** la terza delle nove tappe della *Coppa ASTi BancaStato di montagna*. Il vertical **In Töira** è così descritto dagli organizzatori: "con **4,5 km** di percorso e un dislivello positivo di **900** metri il nostro vertical vi porterà da **Campo Blenio** alla cima della **Töira**. Una scalata emozionante, da togliere il fiato, per fatica e bellezza. Un panorama indescribibile. Magico."

Samuele Gygax era l'unica Freccia Gialla presente all'evento e ha concluso la sua fatica in 48'17" che equivale all'11° rango della classifica generale e il secondo della categoria U18M+U20M. Nella classifica di Coppa Samuele occupa saldamente il terzo rango.

SanBeRun

Domenica, 13 luglio si è svolta la nona edizione della **SanBeRun** valevole quale ottava delle 15 tappe della *Coppa ASTi BancaStato podismo* e quale quinta delle 10 tappe della *Coppa ASTi BancaStato giovanile* (valgono i 7 migliori punteggi).

Cominciano con il dire che alla gara giovanile non è stato presente nessun nostro atleta. Un vero peccato perché era un'ottima occasione per cogliere preziosi punti per la classifica di Coppa.

Fra gli adulti erano presenti **Alessio Benincà** nella funzione di podista e Toto Notari nella mansione di spettatore (causa problemi fisici).

Il percorso dei “grandi” si è snodato lungo un tracciato che ha percorso la suggestiva strada sterrata del lago d’Isola, per una lunghezza totale di 10 km ed un dislivello di +/- 180 metri. Alessio è giunto al traguardo in 45'47" facendo suo il 29° rango della classifica generale (81 i finisher) e sesto della categoria M50 (4° posto fra gli atleti ASTi che hanno conseguito i punti della classifica di Coppa).

Fotografia: Alessio supera il traguardo della SanBeRun



Cartolina da Livigno

Da domenica 13 a sabato 19 luglio 2025 si è svolto a **Livigno**, nell'alta Valtellina, il **Campo di allenamento** organizzato dall'**Associazione Sportiva Monteceneri** (nelle persone di **Patrick e Sara Crescini** che volentieri ringraziamo!) e aperto alle società sportive facenti parte della **Comunità Atletica Sottoceneri** (CoAS).

Fra i partecipanti anche 10 atlete e atleti delle Frecce Gialle Malcantone accompagnate dalla monitrice **Susy**.

I nostri giovani atleti hanno avuto un comportamento esemplare (di cui siamo fieri!) e hanno svolto con grande motivazione e il massimo impegno il programma preparato in anticipo.

I nostri dieci atleti **Arianna, Cloé, Giovanna, Julia, Kateryna, Martina, Diego, Elia, Marco e Mattia** a fine Campo ci hanno trasmesso e dedicato il seguente bel messaggio:

Il campo di allenamento di Livigno è stato come sempre una splendida esperienza!

Ci ha permesso di legare maggiormente tra di noi e tra le altre società, creando così una splendida famiglia.

Durante gli allenamenti abbiamo avuto la possibilità di metterci alla prova con nuovi esercizi, fare nuove esperienze e migliorare le nostre abilità. Non sono mancati però i momenti di rilassarci passati nella SPA dell'hotel, a fare shopping per la città o a giocare tutti insieme. L'hotel è stato molto ospitale e l'ottimo cibo non è mai mancato.

Un ringraziamento speciale per questa bellissima settimana va a tutti gli allenatori che hanno permesso tutto questo.

Non vediamo l'ora di tornarci.

Ragazze e ragazzi FGM ❤️

La nostra società sportiva desidera esprimere i ringraziamenti alle monitrici e ai monitori: **Elisa, Loris, Marco, Patrick, Sara e Susy** per aver messo a disposizione delle atlete e degli atleti una loro settimana di vacanza e dedicato tutte le attenzioni possibili per l'ottima riuscita del Campo di allenamento!!!

Nella fotografia gli atleti FGM: Marco (sotto l'insegna di Livigno) e in piedi Mattia, Diego, Julia, Elia, Arianna, Cloé, Giovanna, Martina e Kateryna



Assemblea generale ordinaria

Il Comitato direttivo convoca l'**Assemblea generale ordinaria 2025** delle Frecce Gialle Malcantone come segue

- **mercoledì, 13 agosto 2025 - alle 19:00**

a **CASLANO**, presso la Casa Mangili in via Chiesa 5.

Vedi la **Convocazione/Ordine del giorno** nel file sottostante.

In allegato anche la proposta del nuovo *Regolamento quota sociale*.

Con i migliori saluti sportivi

Comitato direttivo Frecce Gialle Malcantone



Stop ai tagli alle sovvenzioni di G+S: proteggiamo il futuro dei nostri giovani atleti!

Gioventù+Sport (G+S) è il più grande programma di promozione dello sport della Confederazione ed è una storia di successo: mai così tanti bambini e giovani hanno partecipato alle attività G+S come nel 2024. Le cifre record e le previsioni future comportano tuttavia che, se il credito rimarrà invariato, a partire dal 2026 occorrerà ridurre i contributi del 20 per cento.

Questi risparmi di bilancio colpiranno direttamente la base dello sport e penalizzeranno migliaia di bambini e giovani.

Il successo di G+S, riconosciuto da decenni, non deve diventare il suo tallone d'Achille.

Molte attività sportive per bambini e giovani dipendono dai finanziamenti di G+S:

- ✓ I nuovi sport non potranno più essere inclusi nel programma
- ✓ I club dovranno affrontare una maggiore pressione finanziaria
- ✓ I bambini perderanno preziose opportunità di movimento e sviluppo in un'età cruciale

Questo programma è una potente leva per:

- ✓ promuovere la salute fisica e mentale dei giovani
- ✓ trasmettere i valori del rispetto, dell'aiuto reciproco e della perseveranza
- ✓ preservare la coesione sociale offrendo a tutti le stesse opportunità
- ✓ prevenire i comportamenti a rischio, fornendo un ambiente sano e strutturato

Tagliare questi sussidi oggi significa sacrificare parte del nostro futuro collettivo. Abbiamo bisogno di più sostegno, non di meno.

La **Frecce Gialle Malcantone** invitano allenatori, atleti e genitori a firmare in massa questa petizione. La vostra firma è un gesto concreto per dire NO ai tagli di bilancio e SÌ a giovani attivi, realizzati e ben seguiti.

Cosa dovete fare?

- Firmate subito la petizione
- Condividetela con altri, familiari, parenti, amici, compagni di scuola o di lavoro, ...
- Fate sentire la vostra voce ai responsabili delle decisioni per mantenere e aumentare le risorse destinate allo sport giovanile.

Non lasciate che la redditività a breve termine comprometta la forza del nostro tessuto sportivo.



27.07.2025 – Samuele d'argento e Ivana in bronzo

Cronometro del Nara

Domenica, 27 luglio si è svolta la 28° edizione della **Cronometro del Nara** organizzata dal *SC Negrentino Prugiasco* che ha visto la partecipazione di 82 concorrenti.

La competizione era valida quale quarta delle nove tappe della *Coppa ASTi BancaStato di montagna* assegnava pure i titoli di Campione e Campionessa ASTi di montagna.

Le due Frecce Gialle presenti alla gara hanno affrontato il percorso di 5.75 km che da Prugiasco sale ad Addì con un dislivello positivo di 985 metri.

Samuele Gygax (U18+U20) è giunto al traguardo posto a 1'568 mslm in 52'05" cogliendo il terzo rango di categoria, ma il secondo fra gli atleti ASTi facendo sua una meritatissima medaglia d'argento.

L'inossidabile **Ivana Hoesli-Bonetti** (F50) ha fermato il cronometro in 1h04'17" che le vale il quarto rango fra le pari categoria e il terzo posto fra le atlete ASTi. Ad Ivana veniva assegnata la meritata medaglia di bronzo.

Il bel tempo soleggiato con una piacevole temperatura di 20 gradi ha fatto da perfetta cornice ad una bellissima giornata sportiva.

Coppa Froda

Il 1° agosto si è svolta, come da tradizione, la **Coppa Froda** giunta alla 15ma edizione. La *Coppa Froda* è una gara podistica valida quale sesta delle 10 tappe della *Coppa ASTi BancaStato giovanile*. Nell'alta Vallemaggia erano presenti un centinaio di podisti fra cui la Freccia Gialla **Sofia Devincenti**.

Sofia si è ben distinta sull'impegnativo percorso di 3 km che da Fontana giunge ai piedi della Froda, la cascata di Foroglio e che ha concluso in 11'21", terzo rango della sua categoria U16.

Fotografia: Samuele e Ivana alla *Cronometro del Nara*



01.08.2025 - Caslano: quanto giallo alla Festa nazionale!

Tantissime Frecce Gialle alla **Commemorazione della Festa nazionale** organizzata dal Municipio di **Caslano** (quasi 40 partecipanti, malgrado il periodo delle vacanze e del ponte estivo).

Le Frecce Gialle hanno sfilato al *Corteo ufficiale* che ha percorso le viuzze del nucleo storico del nostro pittoresco villaggio lacuale e si sono fatte rilevare sia per la folta presenza sia per i nostri colori sociali.

Come tradizione la società ha offerto a tutte le Frecce Gialle presenti un gelato della rinomata gelateria *Le delizie di Titi*.

La società desidera ringraziare di tutto cuore i partecipanti!

La fotografia ritrae solo una parte dei partecipanti delle Frecce Gialle Malcantone presenti alla Festa nazionale.



06-17.08.2025 – Un agosto di corse, salti e lanci!

Dal 6 al 17 agosto si sono svolti ben 5 meeting di atletica leggera cui hanno partecipato le Frecce Gialle Malcantone. Di seguito un brevissimo sunto in merito ai risultati ottenuti dai nostri atleti.

IBL-Sommer-Abend-Meeting (WRC)

Mercoledì, 6 agosto si è svolto a **Langenthal** il **IBL-Sommer-Abend-Meeting (WRC)** che ha visto la partecipazione di sei atleti FGM accompagnate dal monitore **Matteo**.

Lia Patriarca (W): 100m in 12.69 (0.7), uguagliato il suo terzo miglior tempo di sempre

Desirée Regazzoni (U23): 100m in 12.19 (1.4), miglior tempo stagionale

Kateryna Bilopolska (U20): 400m in 61.55 - suo terzo miglior tempo di sempre

Mattia Schenk (U23): 100m in 11.63 (1.7), suo miglior tempo stagionale

Marco Cabra (U20): 100m in 11.62 (1.1), suo terzo miglior tempo di sempre - 200m in 23.27 (0.2), Personal Best e limite di partecipazione ai Campionati svizzeri U20

Elia Marcoli (U20): 100m in 11.48 (1.1), suo terzo miglior tempo di sempre – 200m in 23.54 (0.2), suo secondo miglior tempo di sempre.

43° Nachwuchsmeeting

Sabato, 9 agosto si è svolta a **Zofingen** la 43ma edizione del **Nachwuchsmeeting** (WRC) con la presenza di quattro nostre atlete accompagnate dalla monitrice **Maria**.

Cloé Borruat (U18): 100m in 12.52 (-0.3), uguagliato il suo secondo miglior tempo di sempre – 200m in 26.05 (1.4)

Arianna Bettelini (U18) 100m in 13.43 (-0.1), suo terzo miglior tempo di sempre

Giovanna Soldati (U18): 400m in 71.85

Alessia Asmus (U14): lungo zona 4.78 metri, primato personale e quarta migliore atleta di sempre delle Frecce Gialle – disco (750 grammi) a 24.32 metri

Abendmeeting Regensdorf (WRC)

Sabato, 9 agosto si è svolto l'**Abendmeeting Regensdorf** (WRC) due atlete delle Frecce Gialle si sono cimentate in due serie dei 100 metri piani ed erano seguite dal monitore **Matteo**.

Lia Patriarca (W): 100m in 128.85 (0.0) e in 12.79 (-0.7)

Desirée Regazzoni (U23): 100m in 12.58 (-2.1) e in 12.37 (-0.2), suo terzo miglior tempo stagionale

Abendmeeting

Martedì, 12 agosto allo stadio Kleinholz di **Olten** si è svolto l'**Abendmeeting** con quattro atlete e due atleti delle Frecce Gialle accompagnate dal monitore **Matteo**.

Lia Patriarca (W): 100m in 12.72 (-0.8), suo quarto miglior tempo di carriera

Desirée Regazzoni (U23): 100m in 12.45 (-0.8) e debutto stagionale sui 200m in 25.33 (-0.5)

Kateryna Bilopolska (U20): 100m in 13.31 (-0.4) e 200min 26.82 (-0.3)

Arianna Bettelini (U18): in 13.56 (-0.6)

Mattia Schenk (U23): 100m in 12.14 (-0.9) e 200m in 23.20

Elia Marcoli (U20): 100m in 11.78 (-0.5) e 200m in 23.55 (-0.4)

Nationales OKB-Werfenmeeting (WRC)

Nella bella località di **Sarnen** si è svolto domenica 17 agosto il **Nationales OKB-Werfenmeeting** dedicato ai soli lanciatori (giavellotto, disco e getto del peso) con la presenza di Maria accompagnata dalla sua monitrice **Susy**.

Maria Würz: giavellotto (600 g) 40.38 metri, terza volta in carriera a superare i 40 metri! e getto del peso (4 kg) a 10.38 metri, primato stagionale

Fotografia: Foto di gruppo a Zofingen – Alessia, Arianna, Giovanna e Cloé



09.08.2025 - Si corre in Engadina e al San Bernardino

Engadiner Sommerlauf

Domenica, 9 agosto si è svolta l'**Engadiner Sommerlauf** che è una splendida manifestazione podistica che si svolge nello scenario scenografico dell'Engadina. Attrae i partecipanti grazie al perfetto connubio tra sfida atletica e bellezza naturale della regione. Partendo da Sils, il percorso di 22,9 km (+283 m/-318 m) si snoda attraverso paesaggi mozzafiato, conducendo i corridori al traguardo del St. Moritz Running Festival a St. Moritz Bad. Lungo il percorso, il percorso costeggia le rive dei laghi più grandi dell'Alta Engadina, costeggia il fiume Inn e si snoda attraverso maestosi boschi di larici.

All' l'*Engadiner Sommerlauf* era presente il nostro atleta **Alessio Benincà** che si è messo in gioco su questo impegnativo percorso ed è giunto al traguardo in 1h47'41" ciò che gli vale gli ottimi piazzamenti nella classica generale 68° rango su 355 finisher e il 12° su 89 nella categoria *Herren 4*. Un grande complimento ad Alessio da tutte le Frecce Gialle!

SanBe Trail & Vertical Contest

Domenica, 9 agosto si è svolta la 7ma edizione del **SanBe Trail & Vertical Contest** che ha visto la partecipazione di due Frecce Gialle impegnate nel K6 Vertical Sanbe con un dislivello positivo di 1100 m e 6 km di percorrenza, con partenza dal villaggio di San Bernardino, a quota 1605 metri, per giungere fino al Pizzo Uccello, a 2707 metri. La competizione era valida quale quinta delle nove tappe della *Coppa ASTi BancaStato di montagna*.

Samuele Gygax ha colto una bella vittoria di categoria (U18M+U20M) come pure il settimo rango della generale su 53 classificati con il tempo di 1h02'15". Per Samuele è la seconda vittoria di tappa nella *Coppa di montagna* dopo la Selma-Landarenca dello scorso anno.

Presente anche **Ivana Hoesli-Bonetti** che sul medesimo percorso è giunta al traguardo in 1h21'25" che le è valso il secondo rango della categoria F50 e il settimo fra le 18 concorrenti della classifica generale.
A Samuele e Ivana i meritati complimenti da tutte le Frecce Gialle!

Fotografia: Samuele e Ivana all'arrivo del *SanBE K6*



19.08.2025 – Locarno: tante conferme e gli acuti di Alessia e Maria

Martedì, 19 agosto 2025 ben 17 atlete e atleti delle Frecce Gialle erano presenti allo stadio del Lido di Locarno al **Meeting del Verbano** (WRC), ben organizzato dalla locale società Virtus. Temperatura gradevole, soleggiato e con il temporale che per fortuna non si è scatenato sopra lo stadio. In sintesi ecco i risultati personali delle Frecce Gialle.

Nei concorsi **Maria Würz** (U23) ha lanciato il **martello** (4 kg) a 19.98 metri, malgrado una pedana scivolosa che ha messo in difficoltà diversi atleti. Maria ha migliorato il personale di 40 centimetri. Il migliore tentativo nel lancio del **disco** (1 kg) è stato misurato a 30.35 metri, a un solo centimetro dal personale (e primato sociale). È la terza volta che Maria supera i 30 metri con il disco!

Alessia Asmus (U14) ha dapprima lanciato il **disco** di 750 grammi a 28.32 metri, a soli 59 cm dal personale. Primato personale invece nel lancio del **giavellotto** (400 g) che con 27.43 metri ha polverizzato il precedente limite di ben 2.65 metri (prima 24.78 m).

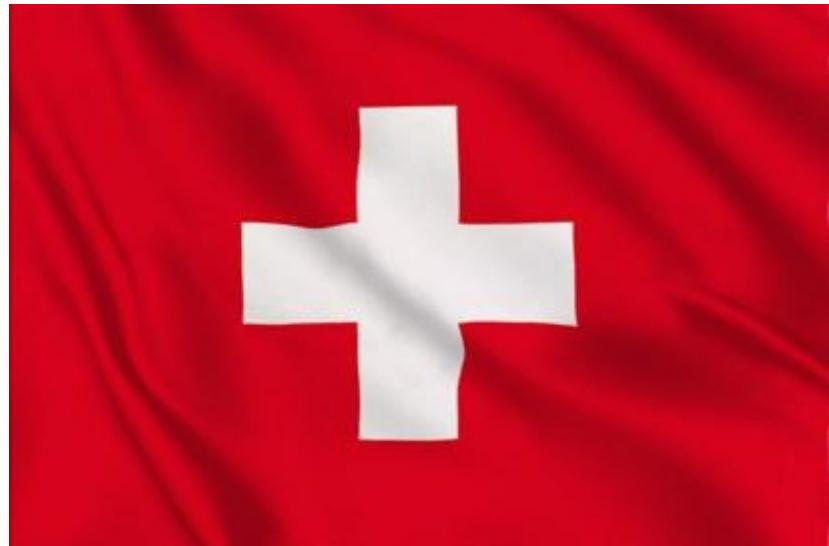
Le altre Frecce Gialle si sono invece dedicate allo sprint.

Nei **100 metri** erano in lizza: **Desirée Regazzoni** (U23) in 12.25 (-0.4), **Lia Patriarca** (W) per la terza volta quest'anno in 12.69 (-0.4), **Cloé Borruat** (U18) in 12.78 (-0.4), **Arianna Bettelini** (U18) in 13.51 (-0.6), **Caterina Wohlgemuth** (U23) in 13.56 (-0.6) al debutto stagionale in una gara outdoor; **Julia Rancan** (U18) in 13.89 (-0.6), **Giulia Severini** (U18) in 14.13 (-0.6); **Mattia Schenk** (U23) in 11.51 (-0.4) season best, **Marco Cabra** (U20) in 11.60 (-0.9) e **Diego Dinler** (U20) al suo debutto in una competizione di atletica leggera in 12.10 (-0.8).

Nel giro di pista, i **400 metri**, il ritorno alla competizione, dopo l'assenza causa infortunio, di **Alice Baggi** (U23) che ha ripreso confidenza con la pista e l'impegnativa disciplina corsa in 59.57, **Kateryna Bilopolska** (U20) in 61.16 e **Sofia Devincenti** (U16) per la prima volta sulla distanza in 68.89. Fra i maschi **Elia Marcoli** (U20) in 53.73 e **Davide Devincenti** (U18), alla sua prima nei 400m in 58.90.

A tutte e tutti le felicitazioni per i risultati ottenuti sulle pedane e pista locarnese.

Fotografia: Lia al traguardo dei 100 metri



Campionati svizzeri assoluti ... un po' di storia

I **Campionati svizzeri assoluti** sono la massima espressione dell’atletica leggera svizzera e raggiungere il limite di partecipazione è l’ambizione di ogni atleta (come pure degli allenatori e delle società di appartenenza).

Le Frecce Gialle Malcantone hanno partecipato finora a quattro edizioni outdoor con i seguenti atleti:

- **Carlotta Ulmer** (1996) nell’anno 2013 (Lucerna) con doppia presenza: 100m (22° rango) e 200m (22° rango) e nell’edizione 2015 di Zugo nei 100m (36°rango)
- **Lukas Oehen** (1986) nell’anno 2015 (Zugo) dove ha colto il 13° rango nei 5’000m
- **Desirée Regazzoni** (2004) ha partecipato finora a due *Campionati svizzeri assoluti*. Nell’edizione 2021 che si è svolta a Langenthal ha partecipato nelle discipline 100m (20° rango) e 200m (13° rango). L’anno seguente, e siamo nel 2022 a Zurigo, ancora un doppio impegno: 100m (36° rango) e 200m (16° rango).

L’edizione di quest’anno si svolgerà a Frauenfeld e le Frecce Gialle vantano per la prima volta una partecipazione di ben tre atlete.

Cloé Borrut (2008), al suo debutto agli assoluti, con il doppio impegno nello sprint: 100 e 200m.

Desirée Regazzoni (2004), alla sua terza partecipazione, nei 100m.

Maria Würz (2003), al suo primo CS assoluto, nel lancio del giavellotto.

Un grande in bocca al lupo alle nostre rappresentanti.



23/24.08.2025 – CS con Cloé, Desirée e Maria

Sabato e domenica, 23/24 agosto si sono svolti allo stadio Kleine Allmend di **Frauenfeld** i **Campionati svizzeri assoluti** con la partecipazione dei migliori atleti svizzeri che si sono contesi i 16 titoli femminili e i 16 titoli maschili. Fra i presenti una trentina di atleti ticinesi tra cui tre Frecce Gialle.

Sabato sono scesi in pista nella disciplina dei 100 metri **Desirée Regazzoni** (2004) che ha superato il traguardo in 12.49 (0.3) e **Cloé Borruat** (2008) in 12.74(0.3). Entrambe purtroppo non si sono qualificate per la semifinale.

Nei concorsi **Maria Würz** (2003) era attesa alla pedana del lancio del giavellotto dove non ha certamente deluso le aspettative con una bella serie di lanci, in particolare il terzo che è stato misurato a 41.30 metri. La bella misura, che rappresenta il *season best* ed è il secondo lancio più lungo in carriera, le attribuisce l'undicesimo rango in classifica. Undicesimo rango che rappresenta anche il miglior risultato di sempre di un atleta FGM ai **Campionati svizzeri assoluti**.

Domenica mattina, nella terza batteria dei 200 metri, è nuovamente scesa in pista **Cloé** che ha concluso la sua fatica in 26.43 con vento contrario (-0.9).

Alle nostre tre atlete i complimenti per la partecipazione alla massima competizione svizzera!

Fotografia: Maria sulla pedana del lancio del giavellotto



30.08.2025 – Zurigo: “manita” di Alessia all’UBS Kids Cup

Manita di Alessia Asmus (W13) che può virtualmente alzare il braccio e mostrare fieramente la mano aperta che significa ben cinque partecipazioni alla finale nazionale dell’UBS Kids Cup, un risultato che ben pochi possono vantare di aver raggiunto!

Dopo le finali del 2019, 2021, 2022 e 2023 ecco Alessia a calcare di nuovo la prestigiosa pista dello stadio del Letzigründ di **Zurigo** per la finale nazionale dell’**UBS Kids Cup**.

Alessia ha corso i 60 metri in 9.14, a soli 3 centesimi dal primato personale, che le ha reso 521 punti. Altri 626 punti sono stati colti nel salto in lungo con la misura di 4.49 metri (suo secondo balzo di sempre). La pallina di 200 grammi è stata fatta volare da Alessia fino a 44.78 metri che secondo le precise tabelle valgono 678 punti.

La somma conseguita nei punteggi nelle tre discipline ammonta a 1'825 punti (a soli 37 punti dal personale di 1'862 punti) che le vale il 24° rango di categoria. Complimenti Alessia per la tua *manita*.

Fotografia: Alessia allo stadio zurighese del Letzigründ



31.08.2025 – Nottwil: oro di Elia e Marco ai CS Staffette

I **Campionati svizzeri di staffette** si sono svolti domenica, 31 agosto allo *Schweizer Paraplegiker Zentrum* di **Nottwil** nel Canton Lucerna su una bella pista che conta ben 8 corsie. La meteo soleggiata con temperatura gradevole ha favorito il successo dell'evento sportivo.

La **Comunità Atletica Sottoceneri** (CoAS) era presente con numerose squadre fra cui sei atlete e atleti delle **Frecce Gialle Malcantone** che hanno indossato la divisa granata della CoAS.

Diciamo subito che la squadra composta da Nicola Fattorini (ASM), Noah Crescini (ASM), **Marco Cabra** (FGM) e **Elia Marcoli** (FGM) si è aggiudicata il titolo di campione svizzero nell'**Olimpionica U20** con l'ottimo tempo di 3:19.17 (a soli 15 centesimi dal primato ticinese di categoria!).

Si è ben distinto anche il team della **4x100m U18 femminile** composto da Melissa Brenna (USC), **Cloé Borruat** (FGM) Elena Margnetti (AM) e Alice Petralli (USC) che ha superato agevolmente le eliminatorie in 49.35 e le semifinali in 49.48. In finale la CoAS ha colto il miglior tempo in 49.08 che le ha valso il quarto rango nazionale! L'instancabile **Cloé**, dopo ben tre turni della 4x100m, ha corso anche i 200m della terza tratta dell'**Olimpionica U18W**. Il quartetto composto da Amélie Andreoli (USC), Lara Sanvito (AM), **Cloé Borruat** (FGM) e Alice Petralli (USC) ha consegnato il testimone dopo 4:33.72 di un'entusiasmante gara.

Nella **4x400 metri** il quartetto femminile era composto dalle Frecce Gialle **Kateryna Bilopolska** e **Alice Baggi** nelle prime due tratte seguite da Alessia Pincioli (SFG Chiasso) e Petra Crescini (ASM). Le quattro ragazze hanno dominato la propria serie in 3:57.54 firmando così il quinto tempo ticinese di sempre.

Mattia Schenk (FGM), Joao Sepulveda Moreira (ASSPO), Benjamin Rajendram (AM) e Gioele Bähler (AM) hanno composto il team della **4x100 metri** che ha superato l'eliminatoria in 43.06. La finale ha visto la sostituzione di Joao (causa un fastidio muscolare) con Charles Roux (SAL) e il nuovo quartetto è giunto al traguardo al settimo posto in 43.78.

I nostri atleti erano accompagnati dal monitor **Matteo**, che ha svolto anche la funzione di autista, e da **Lia** nostra brava e preziosa fotografa. Un grande grazie ad entrambi!

Fotografia: il quartetto campione svizzero Nicola, Noah, Marco e Elia



31.08 e 06.09.2025 – I nostri podisti sulle vette

Landarenca Trail

Domenica, 31 agosto si è svolto il **Landarenca Trail** così definito dagli organizzatori: *Il Trail Corto": un inedito percorso di 8.1 Km con 925 metri di dislivello positivo e 561 di dislivello negativo. Insomma, un percorso per chi va di fretta ed uno per chi vuol faticare un filino in più.*

Samuele Gygax ha accettato la sfida ed ha terminato l'impegnativo percorso in 1h06'40", sesto rango della classifica generale Uomini U50 e acquisito 14 preziosi punti per la classifica della Coppa ASTi Trail.

Selma - Landarenca

In concomitanza con il *Landarenca Trail* si è pure svolta la sesta tappa della *Coppa ASTi BancaStato di montagna la Selma – Landarenca*. Gli organizzatori stuzzicano i concorrenti con la seguente descrizione del percorso: *Gara che si svolge sulla mulattiera risalente ai primi del Novecento, che con una pendenza regolare di poco inferiore al 18% collega i paesi di Selma e Landarenca. La salita si snoda su 27 tornanti che permettono di percorrere i 2.2 chilometri ed i 372 metri di dislivello positivo del percorso.*

Presente all'evento sportivo la nostra **Ivana Hoesli-Bonetti** (F50) che ha concluso la sua fatica in 23'19", secondo rango e ben 25 punti per la classifica di Coppa.

CronoVerticalCDO

Il 6 settembre 2025 si è svolta la **CronoVerticalCDO**, settima delle nove tappe della *Coppa ASTi BancaStato di montagna* su un percorso di 4 km con un dislivello solo positivo di 1050m. Il vertical ha la particolarità della partenza a cronometro, ovvero gli atleti prendono il via a distanza di 15 secondi.

Ivana Hoesli-Bonetti (F50) ha colto il quinto rango di categoria in 1h10'10" ed ha consolidato il suo primo posto provvisorio nella *Coppa di montagna* a due gare dalla conclusione della stagione 2025.

Samuele Gygax (U18) ha superato il traguardo in 51'36" cogliendo così la sua seconda vittoria stagionale di categoria. Nella classifica della Coppa di Montagna Samuele è in lotta per far suo il secondo posto finale (e, perché no, fors'anche il primo gradino del podio!).

Fotografia: Ivana e Samuele con alle spalle la splendida vista sul Piano di Magadino, i monti del Gambarogno, il delta della Maggia e il lago Maggiore



6/09.2025 – Locarno: 1, 2 e 3 son le medaglie ai CT!

Lo stadio del Lido di **Locarno** ha ospitato il primo fine-settimana di settembre i **Campionati ticinesi assoluti** alla presenza di circa 170 atleti. Numerosa la presenza delle atlete e degli atleti delle Frecce Gialle Malcantone che hanno ottenuto il limite di partecipazione.

Ricco il bottino di medaglie colte dalle Frecce Gialle con 1 medaglia d'oro, 2 d'argento e 3 di bronzo per un totale di ben 6 medaglie. In passato mai si erano viste tante medaglie al collo delle atlete e degli atleti delle Frecce Gialle!

Maria Würz ha regalato alle Frecce Gialle la prima medaglia dei campionati facendo sua l'oro nel lancio del giavellotto (600 grammi) con ben quattro dei sei tentativi superiori ai 40 metri, di cui il quinto a 42.78 metri (season best e a soli 23 centimetri dal personale). Poco dopo Maria si è trasferita alla pedana del lancio del disco (1 kg) dove l'acuto è stato realizzato al secondo tentativo con 30.95 metri che le vale la medaglia di bronzo e i primati personale e di società (precedente: 30.36 metri).

Sette le nostre atlete presenti nelle batterie eliminate dei 100 metri con **Desirée Regazzoni** (12.55, -1.0), **Cloé Borruat** (12.78, -0.5), **Lia Patriarca** (12.89, -1.0) e **Caterina Wohlgemuth** (13.67, -1.0) che si sono qualificate per le semifinali. Hanno fatto bene anche **Giulia Severini** (13.90, -0.5), **Julia Rancan** (13.96, -0.5) e **Martina Afonso Atunes** (14.11, -1.1) che si sono avvicinate ai loro rispettivi limiti personali.

In semifinale il miglior tempo delle nostre atlete l'ha colto **Desirée** con il season best di 12.18 (-0.3) che le permette di accedere alla finale dei campionati. A seguire l'ottavo rango di **Cloé** con 12.70 (-0.3), il nono di **Lia** (12.81 (-1.5) e il quindicesimo di **Caterina** con il season best di 13.50 (-0.2).

L'attesissima finale dei 100 metri ha visto primeggiare la favorita Ajla del Ponte (USA) che volerà nei prossimi giorni a Tokyo per partecipare ai Campionati del mondo di atletica leggera con il tempo di 11.47 (-0.2). Secondo rango di Petra Crescini (ASM) in 12.08 (personal best) e medaglia di bronzo di **Desirée** con l'ennesimo 12.18 in carriera (è il quarto ...).

Avvincente la gara dei 400 metri dove le migliori si sono sfidate nella terza batteria. Per prima ha superato il traguardo Aurora De Marco (GAB) in 57.49 e seconde a parimerito, nonché medaglie d'argento, **Alice Baggi** (SB) e

Tiziana Rosamilia (USA) in 57.72. Ai piedi del podio **Kateryna Bilopolska** in 60.37 che lotta strenuamente per finalmente abbattere il muro dei 60 secondi che ancora purtroppo le resiste.

La prima giornata dei Campionati ticinesi vede in pista anche due nostri atleti maschi. **Marco Cabra** nei 100 metri corsi in 11.68 (-0.7), a soli 21 centesimi dal personale, nono tempo fra i ticinesi che non gli permette l'accesso alla finale. **Elia Marcoli** è sceso in pista nei 400 metri dove ha dato a fondo a tutte le sue energie per terminare in 51.18 (season best e ad un secondo esatto dal personale) che gli vale il sesto rango fra i ticinesi.

Anche domenica, seconda e ultima giornata dei Campionati ticinesi assoluti, ha regalato alle Frecce Gialle Malcantone tantissime soddisfazioni!

Nei 200 metri femminili si sono presentate ai blocchi di partenza **Desirée Regazzoni** che ha fatto segnare il primato stagionale personale in 25.14 (0.4) e **Cloé Borruat** in 26.18 (-1.2), entrambe qualificate per la finale.

Kateryna Bilopolska ha superato il traguardo con il buon tempo di 26.61 (-1.2) risultando l'ottavo tempo fra tutte le partecipanti e quindi l'appuntamento con la finale è rinviato all'anno prossimo.

La finale era molto attesa dal numeroso pubblico ed ha visto la meritata vittoria di Petra Crescini (ASM) con il personal best in 24.42 (-0.2) seguita dalla nostra **Desirée** in 24.75 (di nuovo season best e con il suo quarto miglior tempo di sempre!) e **Cloé** terminare in 26.37, sesto tempo.

Fra gli uomini, nella medesima disciplina, si sono qualificati per la finale **Mattia Schenk** che ha corso il mezzo giro di pista in 22.80 (0.1) e **Marco Cabra** in 23.18 (0.1) che migliora il personale di nove centesimi. **Elia Marcoli**, pur uguagliando il primato personale, in 23.50 (-0.8) non ha potuto accedere al turno successivo.

Bellissima anche la finale maschile dei 200 metri che ha visto salire sul terzo scalino del podio un determinatissimo **Mattia** che ha colto il suo secondo miglior tempo di sempre in 22.43 (1.9) preceduto solo da Noah Crescini (ASM) in 21.37 (PB) e da Mattia Tajana (GAB) in 21.93. **Marco** ha colto il sesto rango finale con il nuovo primato personale di 23.10.

Nei concorsi **Maria Würz** si è presentata sulla pedana del getto del peso dove ha colto il secondo rango con la misura di 9.75 metri. Non essendo presenti alla competizione almeno tre atleti come da regolamento non è stata assegnata alcuna medaglia.

Nel salto in lungo **Giulia Severini** con 4.46 metri si è classificata al 17° rango.

Riassunto: un titolo di campionessa ticinese, 2 medaglie d'argento, tre bronzi e un quarto rango. Inoltre un primato sociale, tre primati personali, un primato personale uguagliato, 9 season best, 5 atlete/i qualificate alle finali sprint (100 e 200m). Un ottimo bottino che conferma l'ottimo lavoro svolto dagli atleti guidati dai monitori **Matteo** e **Susy** che ringraziamo di tutto cuore.

Fotografia: Desirée e Mattia con al centro il monitore Matteo



13/14.09.2025 – Zofingen e Aarau: ben 8 Frecce Gialle ai Campionati svizzeri

Il fine settimana del 13 e 14 settembre 2025 si sono svolti i **Campionati svizzeri giovanili** di atletica leggera. I più giovani, categorie U16 e U18, hanno corso, lanciato e saltato allo stadio Trinermatten di **Zofingen** mentre lo stadio Schachen di **Aarau** ha ospitato i giovani U20 e U23.

Ben dieci nostri atleti hanno colto i severi limiti di qualifica ai Campionati svizzeri giovanili, ma erano presenti “solo” in otto perché Arianna Bettelini (U18) e Desirée Regazzoni (U23) hanno dovuto desistere per infortunio o malattia.

Cloé Borrut, ai suoi ultimi campionati di categoria U18, è scesa in pista il sabato per partecipare all’eliminatoria dei 100m che ha superato agevolmente vincendo la sua batteria in 12.79 (-0.3). Nelle semifinali Cloé ha migliorato il crono in 12.73 (-0.8) che però non le bastava per qualificarsi per la finale svizzera. I 200m si sono svolti alla domenica e Cloé ha corso il mezzo giro di pista in 26.32 (1.6) regalandosi il 16° rango svizzero.

La categoria U20 ha visto la partecipazione di tre nostri atleti. **Elia Marcoli** è sceso in pista il sabato nella sua disciplina preferita, i 400 metri, che ha concluso al 17° rango con il tempo di 53.07. Domenica **Marco Cabra** nei 200 metri ha corso il mezzo giro di pista in 23.18 (1.1) a solo otto centesimi dal suo recentissimo personale.

Doppio impegno per **Kateryna Bilopolska** che il sabato ha corso il giro di pista in 61.69 facendo suo il 12° rango. La domenica ha affrontato i 200 metri con l’ottimo tempo di 26.36 (1.0) nell’eliminatoria. Nel pomeriggio è di nuovo scesa in pista per correre la finale B dei campionati svizzeri in 26.52 (-0.4). Suo l’undicesimo posto dei campionati.

Quattro le Frecce Gialle che hanno ottenuto il limite di partecipazione nella categoria U23. **Maria Würz**, ai suoi ultimi campionati di categoria, ha ottenuto un brillante quinto rango nel lancio del giavellotto (600 grammi), con il terzo lancio misurato a ben 41,85 metri, sua seconda misura dell’anno! La domenica, nella bagnata pedana del getto del peso (4 kg), ha colto il sesto rango con la misura di 9.70 metri. I 100 metri di **Caterina Wohlgemuth**, con vento nullo, sono stati cronometrati in 13.52, suo secondo tempo dell’anno. **Alice Baggi** ha corso un buon 400

metri in 58.54 che, con il settimo tempo fra tutte le partecipanti, non le è bastato per qualificarsi per la finale. Per **Mattia Schenk** sono stati i primi e nel contempo gli ultimi campionati svizzeri U23. Mattia è sceso in pista nella sua disciplina preferita, i 200 metri, che ha concluso in 22.78 (0.4), suo secondo crono dell'anno, e undicesimo rango della manifestazione.

Un grazie ai monitori-accompagnatori Lia, Matteo e Susy che hanno sostenuto e consigliato i nostri atleti.

Fotografia: Kateryna e Alice in attesa di scendere in pista



Settembre di corse per i podisti FGM

07.09.2025 - StraMassagno

Domenica, 7 settembre 2025 si è svolta la decima edizione della **StraMassagno** che ha come punto di partenza e di arrivo, come di consueto, il Parco Ippocastano in Via Madonna della Salute.

L'undicesima tappa della *Coppa ASTi BancaStato podismo* ha visto la partecipazione di **Alessio Benincà** che ha terminato la sua corsa al 17° rango della classifica generale ed il quinto della categoria M50.

A **Davide Devincenti** (U18M+U20M) la soddisfazione di salire sul terzo gradino del podio di categoria.

La Coppa ASTI Giovanili ha visto la partecipazione di **Sofia Devincenti** (U16) che ha colto il 3° rango e Hiago Canepa (U16) ai piedi del podio.

Nelle gare di contorno dedicate ai giovanissimi **Lou Müller** non si è fatta scappare la vittoria fra le bambine mentre **Samuil Atanasov** nella categoria U10 ha, ancora una volta, assaporato la gioia del podio.

13.09.2025 - Penz...iamo a Chiasso

Sabato, 13 settembre 2025 si è svolta la 14ma edizione della Corsa di podismo **Penz...iamo a Chiasso** che ha visto la partecipazione di due Frecce Gialle. L'evento sportivo era valido quale tredicesima delle 15 tappe della *Coppa ASTi BancaStato podismo*.

Davide Devincenti (U18M+U20M) è salito sul secondo gradino del podio grazie ad una bella e attenta gara.

Manuela Devincenti (F50) è ritornata alle competizioni con un lusinghiero sesto rango.

14.09.2025 - Basodino

Domenica, 14 settembre 2025 si è svolta la 12ma edizione della **Basodino Corsa in Montagna** valevole quale ottava delle nove tappe della *Coppa ASTi BancaStato di montagna*. L'evento sportivo si è svolto su un percorso di

6.130 km e con un dislivello positivo di 1'025 metri e negativo di 109 metri e con partenze individuali ogni 15 secondi.

A San Carlo in Val Bavona erano presenti tre Frecce Gialle che hanno portato a termine l'impegnativa corsa con buoni risultati personali.

Samuele Gygax (U18M+U20M) si è aggiudicato la vittoria con l'ottimo tempo di 53'23''. Vittoria, la terza quest'anno, che gli permette di aggiudicarsi matematicamente, e per la prima volta, la Coppa di Montagna (di categoria). Complimenti Samuele!

Ivana Hoesli-Bonetti (F50), alla sua settima tappa, ha colto il quinto rango di gara che gli permette di acquisire i punti decisivi per aggiudicarsi la sua terza Coppa di Montagna (precedenti: 2022 cat. F40 e 2024 cat. F50). Complimenti Ivana!

Sofia Gygax, la più giovane fra tutte le concorrenti, terminava la sua fatica fra le migliori F20 (in campo femminile non è contemplata la cat. U18F+U20F valevole per la Coppa di Montagna). Nondimeno gli organizzatori hanno desiderato premiare Sofia per la categoria giovanile. Complimenti Sofia!

21.09.2025 - San Giorgio Trail

La quinta edizione del **San Giorgio Trail** si è disputata domenica, 21 settembre 2025. L'intero tracciato di 11.15 km comprende un dislivello positivo di ben 934 metri e negativo di 831 metri.

Presente per i nostri colori **Samuele Gygax**, al suo quinto trail annuale, che è giunto al traguardo al quinto posto fra gli Uomini U50 con il buon tempo di 1h17'20''.

Foto: bellissima fotografia di Ivana, Samuele e Sofia al Basodino



20/21.09.2025 – Mille Gruyère e Mendrisiotto Kids Triathlon

Finale nazionale Mille Gruyère

Sabato, 20 settembre 2025 si è svolta a Losanna la **finale nazionale** del progetto giovanile di Swiss Athletics **Mille Gruyère**. Tiago Antonietti era presente per la terza volta a questo importante evento sportivo grazie alla qualifica ottenuta lo scorso 16 aprile nel corso della finale regionale che si è svolta a Bellinzona.

Allo stadio Olimpico della Pontaise di Losanna Tiago ha migliorato il primato personale dei 1000 metri di oltre due secondi: 3:19.95 il suo nuovo limite (precedente: 3:22.21). Un complimento a Tiago per la sua bella prestazione sportiva.

Mendrisiotto Kids Triathlon

Domenica, 21 settembre si è svolta a Mendrisio la terza edizione del **Mendrisiotto Kids Triathlon** alla presenza, per la prima volta, di tre Frecce Gialle.

Buone le prestazioni sportive personali delle nostre Frecce Gialle con **Ella Müller** (W12) cogliere anche la migliore prestazione sociale nel lancio del Vortex con 23.90 metri. Ella ha completato il triathlon con i 60m corsi in 10.08 e i 600m in 2'21 totalizzando 828 punti.

La sorellina **Lou Müller** (W10) ha corso i 60m in 11.02 (primato personale) e i 400m in 1'37 e concluso con il lancio della pallina di 200 grammi a 11.93 metri per un totale di 341 punti.

Presente anche **Samuil Atanasov** (U10) che ha accumulato nelle tre discipline 585 punti: 60m in 10.62, 400m in 1'24" e lancio della pallina di 200 grammi a 26.84 metri, nuovo primato personale.

Tantissimi complimenti a Ella, Lou e Samuil per l'impegno e la passione che dedicano all'atletica leggera.

Fotografia: Samuil, Ella e Lou a Mendrisio



20/21.09.2025 – Arge-Alp: primato ticinese di ALICE nella 4x400m!!!

Il **Meeting internazionale Arge-Alp** per le selezioni delle regioni alpine di Austria, Germania, Italia, Slovenia e Svizzera si è svolto quest'anno a San Gallo che oltre ad ospitare la propria selezione ha accolto le rappresentative della Baviera, Grigioni, Salisburgo, Südtirol, Ticino, Tirol, Trentino e Voralberg.

La Federazione Ticinese Atletica Leggera (FTAL) ha selezionato cinque Frecce Gialle, ma solo quattro hanno risposto positivamente (Desirée ha desistito in quanto convalescente).

Il risultato più entusiasmante è stato colto dalla staffetta 4x400 metri femminili che dopo ben 29 anni ha finalmente migliorato il primato ticinese, colto il primo rango e attribuito alla selezione rossoblù ben 9 punti per la classifica generale. Il dream team era composto da Tosca Del Siro (SFG Biasca), Tiziana Rosamilia (USA), la nostra **Alice Baggi (FGM)** e Petra Crescini (ASM) che ha fermato il cronometro nell'ottimo tempo di 3:46.16 (precedente primato: 3:48.20 colto a Rivera il 21 settembre 1996). La vigilia **Alice** aveva già corso i 400 metri in 58.44, suo secondo crono dell'anno.

Anche **Elia Marcoli** ha corso due volte i 400 metri, individualmente il sabato con il bel tempo di 51.20 e la domenica con la staffetta che ha sfiorato il podio (4° rango e 6 punti) con il cronometro di 3:20.08 e con il team composto da Benjamin Rajendram (AM), Cedric Tognetti (VIGOR), **Elia Marcoli (FGM)** e Noah Crescini (ASM).

Due giorni di gare anche per **Maria Würz** (non in forma causa un leggero raffreddore) dapprima con il giavellotto (600 grammi) che le ha permesso di cogliere il quarto rango (e 6 punti) con la migliore misura di 40.47 metri. Domenica con il getto del peso (4 kg) **Maria** ha scagliato la boccia a 9.40 metri.

Mattia Schenk è sceso in pista solo la domenica, prima nei 200 metri corsi in 22.62 (0.0) e successivamente con la staffetta 4x100 metri che ha superato il traguardo in 52.94, 8° rango e 2 punti, e composta da: **Mattia Schenk (FGM)**, Joao Sepulveda Moreira (ASSPO), Carlo Vismara (AM) e Gioele Bähler (AM).

Nella classifica finale la **selezioni Ticino** ha colto il quinto rango con 149 punti all'attivo.

Fotografia - le quattro fiere Frecce Gialle con la maglia della selezione Ticino ed il vessillo cantonale: Elia, Alice, Maria e Mattia



27.09.2025 – Bellinzona: Alessia e Cloé sul podio dei CT giovanili!

Sabato, 27 settembre 2025 si sono svolti allo stadio Comunale di Bellinzona i **Campionati ticinesi giovanili** di atletica leggera molto ben organizzati dal Gruppo Atletico Bellinzona. Un'impietosa meteo ha costretto gli organizzatori a rinviare tutto il programma di due ore, ma fino alle due circa del pomeriggio non ne hanno beneficiato chi ha dovuto affrontare pista e pedane. Da una simile giornata, con abbondante pioggia, basse temperature (circa 11 gradi) e vento non ci si poteva certamente aspettare degli exploit cronometrici oppure eccellenti misure nei concorsi. Malgrado ciò diamo atto che tutti i giovani atleti hanno dato il meglio di sé senza lamentarsi, complimenti. E un grande complimento anche a tutti i volontari che hanno assicurato l'ottimo svolgimento dell'evento sportivo.

Le Frecce Gialle Malcantone erano presenti con nove atlete e due atleti che hanno così messo il sigillo finale alla lunga stagione outdoor su pista e pedane.

La prima a mettersi alla prova è stata la nostra più giovane atleta in gara, **Alessia Asmus** che si è presentata alla pedana del lancio del disco (750 grammi) della categoria U16. L'intensa pioggia ha messo a dura prova le discobole che dovevano innanzitutto preservare la propria salute ed evitare infortuni. Ecco allora improvvisare lanci da ferme anziché con la rotazione compromettendo quindi l'ottenimento di buone misure. Malgrado ciò la nostra Alessia ha saputo ben destreggiarsi e già dal secondo lancio prendeva la testa del concorso e al quinto tentativo coglieva la migliore misura della giornata con ben 26.06 metri e vincendo il suo primo titolo di campionessa ticinese di atletica leggera. Anche il concorso del getto del peso si è svolto sotto la pioggia e Alessia ha scagliato la boccia di 3 kg a 8.25 metri che le vale il quarto rango.

Sempre fra le ragazze U16 **Sofia Devincenti** ha corso i 600 metri intelligentemente ed ha piazzato un bellissimo sprint finale per cogliere il secondo rango della sua batteria (e l'undicesimo fra tutte le concorrenti) in 1:56.87, suo season best.

Nel concorso del salto in lungo femminile U18 una finalmente determinata **Giulia Severini** coglieva nel penultimo salto a disposizione la sua migliore misura di sempre: 4.74 metri (1.4), quinto rango dei campionati e a soli 4 centimetri dal primato sociale.

In campo maschile **Davide Devincenti** (U18) si presentava per la prima volta alla partenza di un 800 metri che è effettivamente difficile da domare. Il suo primo crono della disciplina si fermava a 2:20.38 che gli vale il quinto rango. Nei 100 e 200 metri **Manuel Jermini** (U18) faceva suoi i season best in 12.22 (0.6) rispettivamente in 24.93 (-0.9).

Nello sprint femminile categoria U18 le nostre concorrenti con **Martina Afonso Antunes** nei 100 m in 13.82 (0.2) e i 200m in 29.16 (0.4). Sulle medesime distanze **Arianna Bettelini** in 13.87 (1.4) e 28.72 (0.4), **Julia Rancan** in 14.07 (1.4) e 29.55 (0.1), **Giovanna Soldati** 14.79 (1.4) e 31.23 (0.1) a soli 6 centesimi dal personale e **Giulia Severini** in 13.81 (1.5) nei 100m.

Cloé Borrut, dopo la recente partecipazione ai Campionati svizzeri giovanili di Zofingen, tornava in gara sulla veloce pista bellinzonese con l'ambizione di far bene. E bene ha fatto qualificandosi agevolmente per la finale dei 100 metri in 12.76 (0.2) e, dopo la lunga attesa (ben 2h20'), presentarsi ai blocchi di partenza della finale e dare a fondo a tutte le sue energie per cogliere un fantastico secondo rango e la sua prima medaglia (individuale) ai campionati ticinesi in 12.54 (0.5), suo terzo miglior tempo di sempre!

Ma Cloé aveva ancora ... fame e, solo un'ora più tardi, affrontava i 200 metri con motivazione e concentrazione al massimo. Al via Cloé affrontava una splendida curva e si presentava sul rettilineo in ottima posizione per cogliere la sua seconda medaglia d'argento di giornata in 25.94 (-0.1).

E con questo entusiasmante finale di stagione tutti i nostri atleti "staccano" per un meritato periodo di riposo e con la ripromessa di ritrovarsi fra due settimane per iniziare la preparazione della stagione indoor 2026.

Un grande grazie ai monitori-accompagnatori **Matteo, Maria e Susy** sempre i primi ad arrivare sui campi di gara e sempre gli ultimi a rientrare a casa!

Fotografie

sopra: **Alessia** la centro del podio, premiazione lancio del disco U16

sotto: **Cloé** sul secondo gradino del podio, premiazione dei 200m U18





27/28.09.2025 – StraLugano: Tiago, Samuele e Lou sul podio

L'ultimo weekend di settembre si è svolta la *XIX edizione della StraLugano* che ha visto la partecipazione di tantissimi podisti provenienti da tutta la Svizzera e da numerosi paesi esteri. L'evento, che si conferma la corsa con il maggior numero di partecipanti in Ticino, ha fatto segnare la partecipazione record di ben 7'678 iscritti! Fra gli iscritti erano presenti anche le Frecce Gialle nella variegata offerta di gare che contraddistingue la *StraLugano*.

Nelle corse dedicate ai *Kids* hanno partecipato:

- . nella categoria U8 **Lou Müller** si è messa in evidenza sulla distanza di 700 metri corsi in 2'36", cogliendo il terzo rango della sua categoria.
- . fra i più grandicelli, categoria U10, medesima distanza, con **Carolina Balmelli** in 2'56" e con **Dean Rossati** in 2'55".
- . **Ella Müller**, categoria U12, ha corso i 1'400 metri in 7'46".
- . bellissima e prestigiosa vittoria di **Tiago Antonietti** fra gli U14 che, sulla distanza di 2'100 metri, ha portato a termine la sua fatica in 7'58".
- . nella top ten della classifica U16 **Hiago Canepa** che ha corso i 2'100 metri in 7'43", nono rango e preziosi punti per la classifica della Coppa ASTi giovanili.

Hiago Canepa ha anche partecipato alla *5 km FunRun*, categoria U20, cogliendo un buon settimo rango in 19'38".

Alla *Monte Brè Run* **Samuele Gygax** ha colto l'ottimo 5° rango della classifica generale e la vittoria nella categoria U18M+U20M!

Nella *10 km CityRun* tre Frecce, fra i 1'436 uomini e le 803 donne, si sono presentate al nastro di partenza:
Davide Devincenti, 144° rango della classica Overall con il tempo di 39'43" e 6° posto della categoria MU20
Alessio Benincà, 189° rango della classica Overall con il tempo di 41'05" e 15° posto della categoria M50
Manuela Devincenti, 120° rango della classica Overall con il tempo di 48'45" e 18° posto fra le W50

Le Frecce Gialle Malcantone si complimentano con tutte/i partecipanti per i brillanti risultati ottenuti.

Fotografia: un fiero Samuele, e ne ha ragione, sul Monte Brè



A novembre inizierà la stagione dei Cross (2025/2026)

La **Federazione Ticinese Atletica Leggera** (FTAL) ha diramato il calendario dei cross valevoli per la **Coppa Ticino Cross 2025/2026**.

Il calendario prevede 6 prove e, per l'assegnazione delle Coppe individuali, sono considerati i 4 migliori risultati. Per la **Coppa Ticino Cross di Società** sono validi tutti i 6 cross in agenda.

Calendario Coppa Ticino Cross

- do, 16.11.2025 a Dongio (organizzatore GAD)
- do, 30.11.2025 a Monteceneri (organizzatore ASM), formula **Sprint**
- sa, 20.12.2025 a Mendrisio (organizzatore AM), formula **Sprint**
- do, 11.01.2026 a Mendrisio (organizzatore Vigor Ligornetto)
- do, 25.01.2026 a Vezia (organizzatore SAM) - valevole anche quale **Campionato ticinese**
- do, 08.02.2026 a Tesserete (organizzatore USC)

La **Coppa Ticino Cross** prevede le seguenti **categorie**:

- Mista: Cross corto
- Femminile: U12W, U14W, U16W, U18W, U20W, W, W40 e W50
- Maschile: U12M, U14M, U16M, U18M, U20M, M, M40, M50, M60
- Piccoli: per i più giovani sono organizzate delle gare di contorno

Le premiazioni delle **Coppe Ticino Cross individuale** verranno effettuate l'8 febbraio 2026 a Tesserete al termine della sesta e ultima tappa.

La nostra monitrice Ivana informerà a tempo debito in merito ai **termini di iscrizione** per ognuna delle sei tappe della **Coppa Ticino Cross**.

Campionati svizzeri di cross

Swiss Athletics comunica che i **Campionati svizzeri di cross** si svolgeranno **domenica, 8 marzo 2026** a Langenthal.

Meeting di Corsa Campestre a Cortenova (provincia di Lecco)

La FTAL seleziona i migliori atleti/e che hanno partecipato alla *Coppa Ticino di Cross*. Parteciperanno al meeting le categorie femminili e maschili dei *Ragazzi/e* (U14) e dei *Cadetti/e* (U16) suddivisi per anno d'età. La data dell'evento sportivo non è ancora nota (probabilmente, come da tradizione, nel corso della seconda quindicina del mese di marzo 2026).

Fotografia di repertorio: Cross di Mendrisio del 20 novembre 2022



04.10.2025 – Tiago, Sofia e Samuele sul podio di Giornico

Sabato, 4 agosto 2025 si è disputata la nona edizione della **Corsa delle 7 Chiese** a **Giornico** che era valevole quale ultima tappa della *Coppa ASTi BancaStato podismo* e della *Coppa ASTi BancaStato giovanile*.

Nella Coppa dei “grandi” erano presenti **Manuela Devincenti** che ha colto il quinto rango della categoria F50 nonché il 18° della classifica overall. Il figlio **Davide Devincenti** ha fatto suo il 14° della classifica generale ed il secondo della categoria U18M+U20M alle spalle del nazionale Jonas Oliva reduce dai recenti *Campionati mondiali Off Road* di Canfranc (Spagna).

Nella *Coppa giovanile* non poteva mancare l’ennesima vittoria di **Tiago Antonietti** (U14M), la quinta di questa stagione e la 15ma in carriera.

Sul podio leventinese anche **Sofia Devincenti** (U16F) e **Samuele Gygax** (U16M) entrambi terzi delle rispettive categorie. Ha sfiorato il podio, l’ingrato quarto rango, **Hiago Canepa** (U16M) che però ha ottenuto importantissimi punti per la classifica finale di *Coppa*.

Debutto alle competizioni sportive della neo freccia gialla **Melody Canepa** (sorellina di Hiago) che ha colto il nono rango fra le ragazze U10F.

Un grande complimento a tutte le nostre atlete e atleti che hanno "dato" sempre il meglio di sé anche nelle competizioni più esigenti.

Una volta stilate le classifiche ufficiali delle *Coppe ASTi* di podismo giovanili, di podismo, di montagna e di trail (in quest’ultima *Coppa* deve ancora disputarsi l’ultima tappa che si svolgerà al Monte Generoso) pubblicheremo una news che celebrerà le numerose coppe e i podi conquistati dalle nostre atlete e atleti.

Fotografia:una bella fotografia di Sofia, Davide, Tiago, Hiago e Samuele felici dei risultati ottenuti nel bellissimo villaggio leventinese



07.10.2025 – Siamo Fuori con le Frecce Gialle Malcantone

Martedì, 7 ottobre 2025 è andata in onda da Caslano l'amato programma itinerante del pomeriggio della RSI **Siamo Fuori**.

L'invitata in studio, con la conduttrice Carlotta "Charlie" Gallino, la caslanese d'adozione Emanuela Gaggini mentre da Caslano, con i conduttori Davide Riva e Christian Frapolli, erano invitati due società sportive. Gli amici della **Scuola Canottaggio Caslano e Malcantone** (SCCM) con il presidente Carlo De Vittori e noi, le **Frecce Gialle Malcantone**.

Il nostro vicepresidente **Matteo Patriarca**, accompagnato da alcuni giovanissimi atleti, ha presentato brillantemente le Frecce Gialle Malcantone nel pur breve tempo a disposizione, mentre scorrevano alcune nostre bellissime immagini passate e recenti.



Coppe ASTi 2025: alle FGM 2 Coppe d'oro (Ivana e Samuele) e 5 di bronzo!

Con l'ultimo evento sportivo, il *Raiffeisen Generoso trail*, è terminata l'intensa stagione 2025 delle **Coppe ASTi** (Associazione Sportiva Ticino e Moesa) che ha visto lo svolgersi di ben 43 gare suddivise nelle quattro Coppe ASTi (giovanile, podismo, montagna e trail).

Il circuito della **Coppa ASTi BancaStato giovanile** si è svolto su 10 tappe, dal 16 marzo con la *Corri sul Lungolago* fino al 4 ottobre con la *Corsa delle 7 Chiese*. Son ben tre le Coppe assegnate ai nostri atleti. **Sofia Devincenti** si è aggiudicata il terzo rango finale nella categoria U16F con 6 podi (la vittoria di tappa al *Piccolo Giro di Stabio* e ben 5 volte sul terzo gradino del podio). Nella medesima categoria con solo tre partecipazioni e l'acuto del terzo rango a Stabio troviamo al settimo rango finale **Sofia Gygax**. In campo maschile terzo rango finale per il bravo **Hiago Canepa** (anche lui sul podio di Stabio) che oltre a partecipare alle competizioni di triathlon è presente alle tappe della *Coppa ASTi giovanile*.

Nella categoria U14M, con solo cinque partecipazioni, **Tiago Antonietti** si è aggiudicato "soltanto" il terzo rango. Diciamo "soltanto" perché Tiago alle cinque partecipazioni ha colto sempre la vittoria, gli bastava solo un'ulteriore presenza e la Coppa d'oro era sua!

Fra le ragazze da notare il quinto rango finale di **Ella Müller** nella categoria U12F e l'ottavo di **Nina Sain Adam**.

Nella **Coppa ASTi BancaStato podismo** (15 tappe) le Frecce Gialle vantano con **Davide Devincenti** il terzo rango finale nella categoria U18+U20M. Davide ha partecipato a 7 gare cogliendo 6 podi (quattro volte secondo e due volte terzo). **Alessio Benincà** si è ben distinto nella categoria M50 che con sette presenze ha concluso la stagione nella Top 5, senza dimenticare la vittoria nel *Gran Premio Rossa*. Nella Top 10 **Toto Notari** (M40 - 9° posto) e **Manuela Devincenti** (F50 - 10° rango).

Ivana Hoesli-Bonetti e Samuele Gygax hanno raccolto tantissime soddisfazioni nella **Coppa ASTi BancaStato di montagna** (9 tappe)! **Ivana** ha fatto sua la Coppa della categoria F50 con tre podi (due secondi posti e una volta terza). Nel contempo Ivana ha colto anche il terzo rango finale della classifica Globale F! **Samuele**, in tutte le 8 gare cui ha partecipato, è sempre salito sul podio con quattro vittorie, due secondi posti e ancora due volte terzo e logicamente ha concluso al primo rango la classifica finale portandosi a casa la meritatissima Coppa. Da sottolineare anche il quarto rango della classifica Globale maschile.

Nella **Coppa ASTi trail** (9 tappe) tante soddisfazioni per **Ivana Hoesli-Bonetti** che è salita due volte sul gradino più alto del podio (*Lema Trail* e *Morobbia Trail K14*) e per **Samuele Gygax** con un podio (terzo rango al *San Giorgio Trail*). Samuele (classe 2010), con le sue cinque presenze, ha terminato al quarto rango della categoria <50M (uomini fino a 49 anni!).

Si è aggiudicata la vittoria della **Coppa ASTi BancaStato di società 2025** l'*US Capriaschese* (con 5'122 punti), seguita dal *Runner's club Bellinzona* (4'778) e terzo posto per la *SA Massagno* (2'958). Le **Frecce Gialle Malcantone** hanno colto un modesto ottavo rango con 1'741 punti.

L'anno 2025, con sette Coppe all'attivo, è secondo solo all'anno 2017 che aveva visto gli atleti delle Frecce Gialle conseguire ben otto Coppe.

Per gli amanti delle statistiche: dall'anno 2013 i nostri atleti hanno avuto la soddisfazione e il piacere di vincere 51 Coppe individuali (19 d'oro, 14 d'argento e 18 di bronzo). La **Coppa ASTi di società** è stata assegnata tre volte alle *Frecce Gialle* (2017, 2018 e 2023), tutte le volte per aver raggiunto il terzo rango.

Tutte le *Frecce Gialle* si rallegrano per i bellissimi risultati personali colti dai nostri atleti e porgono i complimenti per la passione e l'impegno dimostrato!

Le premiazioni e la consegna delle *Coppe ASTi* si svolgeranno sabato 29 novembre a Tenero.

Fotografia: Ivana, Samuele e Sofia G. il 14 settembre alla *Basòdino Mountain Run*



16.11.2025 – Cross di Dongio: Hiago sul podio!

Domenica, 16 novembre si è ufficialmente inaugurata la nuova stagione competitiva 2025/2026 con il tradizionale **cross di Dongio**. L'evento sportivo non ha riscosso il sostegno del meteo, ma la pioggia e il freddo non hanno comunque frenato l'entusiasmo dei 366 atleti presenti alla competizione, fra cui le 10 Frecce Gialle.

Il cross di Dongio è la prima delle sei tappe della Coppa Ticino Cross dove gli atleti delle categorie U12 e maggiori raccolgono i preziosi punti per la classifica finale. I più giovani (under 10) partecipano alle gare di contorno a loro espressamente dedicate.

Il miglior risultato delle Frecce Gialle lo ha ottenuto **Hiago Canepa** (U16M) che ha colto il secondo rango sul percorso di 3 km e facendo suoi 955 punti. Il suo compagno di società **Tiago Antonietti** ha terminato al nono posto (919 punti).

Sulla distanza di 1.5 km **Ella Müller** (U14W) ha colto 869 punti e **Samuil Atanasov**, debuttante nella categoria U12M, i primi 900 punti.

Sofia Devincenti (U18W) ha colto un ottimo quinto rango sui 3 km (908 punti) mentre il fratello **Davide Devincenti** (U18M) sulla distanza più lunga (4.5 km) giunge al traguardo in nona posizione (846 punti).

Alle gare riservate ai più piccoli (per tutti 600 metri) bene hanno fatto **Lou Müller** (4° rango), **Dean Rossati** e i debuttanti a una competizione **Elia Marozzi** e **Micol Ruinatscha**.

Un grande **GRAZIE** alla nostra monitrice **Ivana** che ha dedicato la giornata festiva ad accompagnare, consigliare e incitare i nostri giovani atleti.

Ricordiamo come sono assegnati i punteggi: al vincente di categoria sono assegnati 1'000 punti, a tutti gli altri atleti che giungono al traguardo è dedotto un punto per ogni secondo di ritardo dal vincitore. Per l'assegnazione delle Coppe di categoria sono considerati i 4 migliori risultati (per cui vale la pena partecipare a tutti i sei cross in agenda per poi scartare i risultati "peggiori").

Prossimo appuntamento il 30 novembre con il cross del Monteceneri. Il cross del Monteceneri adotta la formula Sprint (significa distanze più corte) che permette quindi di cogliere più punti per la classifica di Coppa. La nostra società auspica una numerosa partecipazione e ricorda che la tassa d'iscrizione è a carico delle FGM. Come sempre la partecipazione è da annunciare a Ivana (entro mercoledì 26 novembre).

Fotografia: Tiago, Hiago e Sofia in attesa del ... via



16.11.2025 - La stagione trail è terminata con il podio di Samuele

Il nostro giovane e bravo "trail-atleta" **Samuele Gygax** (classe 2010) ha concluso alla grande la sua stagione agonistica che lo ha visto impegnato nelle gare di podismo, montagna e trail delle Coppe ASTi.

Il 19 ottobre Samuele ha partecipato alla **7a edizione del Generoso Trail** sull'impegnativo percorso di 12,020 km con un dislivello di 1'350 metri. Il nostro atleta ha concluso la sua fatica **1h34'14"** al 13.mo posto della categoria <50M (uomini fino a 49 anni!).

Il 16 novembre si è svolta la **5a edizione del Tamaro Trail** con un meteo impietoso (pioggia, vento e basse temperature). La gara inizialmente prevista il 15 giugno ha dovuto essere posticipata a novembre a causa dei lavori all'impianto di risalita del Monte Tamaro per cui non era più valida per la Coppa ASTi trail 2025. Samuele ha superato il traguardo dopo 7.6 km e 1'150 metri di dislivello in **1h05'12"** che gli è valso il secondo rango della classifica generale alle spalle del nazionale del GA Bellinzona Jonas Oliva.

A Samuele i complimenti per la sua brillante stagione agonistica!

Fotografia: Samuele sorridente e soddisfatto al Tamaro Trail malgrado il tempaccio



29.11.2025 – Premiazioni ASTi fine stagione: 6 podi FGM!

Sabato, 29 novembre si sono svolte al Centro Sportivo di Tenero le attese **Premiazioni ASTi**.

Abbiamo già riferito in una recente NEWS gli exploit stagionali 2025 dei nostri atleti.

Di seguito i nostri premiati a cui rivolgiamo i complimenti da parte di tutte le Frecce Gialle.

Coppa ASTi BancaStato giovanile

- **Hiago Canepa** – 3° rango U16M
- **Sofia Devincenti** – 3° rango U16F
- **Tiago Antonietti** – 3° rango U14M

Coppa ASTi BancaStato podismo

- **Davide Devincenti** – 3° rango U18M+U20M

Coppa ASTi BancaStato montagna

- **Ivana Hoesli-Bonetti** – 1° rango F50
- **Samuele Gygax** – 1° rango U18M+U20M
- **Ivana Hoesli-Bonetti** – 3° rango F Globale

Coppa ASTi BancaStato Società

- **Frecce Gialle Malcantone** - 8° rango

Fotografia: i nostri premiati Tiago, Samuele, Ivana, Hiago, Davide e Sofia



30.11.2025 – Cross di Rivera: Sofia e Hiago sul podio

Domenica, 30 novembre si è svolta a **Rivera** la seconda delle sei tappe della **Coppa Ticino Cross** con un numeroso pubblico malgrado la giornata invernale. Fra i 420 atleti presenti anche 12 Frecce Gialle.

Da mettere immediatamente in risalto il secondo podio su due gare di **Hiago Canepa** (U16) che è salito sul terzo gradino e facendo suoi 984 punti per la classifica di Coppa. Nella stessa categoria anche **Tiago Antonietti** che ha colto l'undicesimo rango e 953 punti.

Doppio impegno per **Christoph Schindler** (classe 1954) che ha partecipato sia al Cross Corto su un percorso di 2 km (15° rango e 725 punti) sia sul percorso di 4 km della categoria M60 (4° rango e 684 punti).

Ben quattro atleti nella categoria U18 con **Sofia Devincenti** al suo primo podio stagionale, con il terzo rango (e 972 punti), e la compagna di società **Sofia Gygax** nella top 10 (9° rango e 890 punti). Fra i maschi **Samuele Gygax** ha finito la sua gara al quinto rango (976 punti) e **Davide Devincenti** all'undicesimo (908 punti).

Samuil Atanasov (U12) è giunto al traguardo al 13° posto e ha aggiunto alla sua classifica di Coppa ulteriori 956 punti.

Nelle categorie di contorno categoria U10 **Lou Müller** ha colto il 10° rango, **Micol Ruinatscha** il 21° e **Melody Canepa** il 39°.

Fra i cuccioli ha debuttato in una competizione sportiva il giovanissimo **Colin Ruinatscha** con un ottimo 13° rango. Bravissimo!

Le atlete e gli atleti delle **Frecce Gialle Malcantone** hanno quindi conseguito complessivamente un bottino di 8'048 punti che aggiunti ai 5'397 del cross di Dongio danno un totale di 13'445 punti. Fra le 23 società presenti in classifica le Frecce Gialle sono ora risalite dal 12° al 10° rango.

Fotografia: Sofia & Sofia



ilMalcantone e Rivista di Lugano

Care Frecce Gialle,

Come ben sapete le gesta dei nostri atleti sono pubblicate con trafiletti o articoli sul **mensile ilMalcantone** e il **settimanale Rivista di Lugano** e ciò non è solo molto gratificante, ma ci regala anche tanta visibilità nel nostro territorio di riferimento.

In pratica **ilMalcantone** e la **Rivista di Lugano** sono i nostri “media partner” e cogliamo l’occasione per ringraziarli per l’ospitalità.

L’attenzione di entrambe le redazioni è rivolta soprattutto alle realtà più piccole e «marginali» spesso ignorate da quotidiani, radio e tv e questo ci rallegra molto.

In considerazione di questo impegno e alla luce anche delle difficoltà che stanno incontrando gli organi di informazione mi permetto di suggerire, quanti già non lo fossero, di sottoscrivere l’abbonamento ad entrambe le riviste considerato anche il modesto importo richiesto.

Marco Schenk, *presidente Frecce Gialle Malcantone*

ilMalcantone (mensile)

abbonamento annuale 2026 per soli CHF 50

per informazioni o abbonamenti:

ilmalcantone.segretariato@bluewin.ch oppure per tel. 079 273 99 89

www.fondazionemalcantone.ch

Rivista di Lugano (settimanale - ogni venerdì)

abbonamento annuale 2026 per soli CHF 108 - AVS/AI CHF 98

(se vi abbonate subito, le rimanenti edizioni del 2025 saranno gratuite)

amministrazione@rivistadilugano.ch oppure per tel. 091 923 56 31

www.rivistadilugano.ch



20.12.2025 – Cross di Mendrisio: terzo podio consecutivo di Hiago!

Sabato, 20 dicembre si è svolta sui prati del Parco Casvegno di **Mendrisio** la terza delle sei tappe della *Coppa Ticino di Cross*. Oltre 400 partecipanti che con la loro numerosa presenza hanno gratificato gli sforzi organizzativi degli amici dell'*Atletica Mendrisiotto*.

Dopo i 10 partecipanti al Cross di Dongio e i 12 del Cross di Rivera a Mendrisio le Frecce Gialle erano presenti con ben 14 atleti, fra cui ben sei U10, che regalano sempre tanta gioia alla nostra monitrice **Ivana** che ringraziamo per l'accompagnamento all'evento sportivo e per i consigli dispensati ai nostri atleti.

Hiago Canepa (U16) ha centrato per la terza volta consecutiva il podio e consolida la Top 3 della classifica generale della *Coppa*. Il secondo rango fa la copia con il posto d'onore colto a Dongio e il terzo di Rivera. Complimenti Hiago! **Tiago Antonietti**, anche lui categoria U16, ha superato il traguardo in undicesima posizione (come a Rivera).

Buoni risultati individuali nella categoria under 18 dove **Samuele Gygax** ha colto di nuovo il quinto rango (come a Rivera), sesto rango per **Sofia Devincenti** e settimo del fratello **Davide Devincenti**.

Nelle categorie minori bene hanno fatto **Ella Müller** (U14) e **Samuil Atanasov** (U12).

Doppio impegno per il nostro **Christoph Schindler** che si è messo alla prova nel Cross Corto dove ha colto per la seconda volta il quarto rango e poi ancora nella categoria M60 con il 21° posto.

Nelle gare di contorno dedicate ai giovani con meno di 10 anni segnaliamo con grande piacere il debutto alle corse di **Seraina Bernasconi** che ha colto uno splendido quinto rango e di **Yacoub Ihna**. Sempre contente, entusiaste e brave le Frecce Gialle **Lou Müller, Melody Canepa, Micol e Colin Ruinatscha**.

Un grande complimento a tutte le nostre Frecce Gialle.

Prossimi appuntamenti sui prati dedicati alle corse campestri:

- . 11 gennaio a Mendrisio San Martino
- . 25 gennaio a Vezia
- . 8 febbraio a Tesserete

Fotografia: Ella, Lou, Seraina, Micol, Melody, Yacoub, Samuele e Colin



AUGURI DI BUONE FESTE!

Il Comitato Direttivo, la Commissione Tecnica, le Monitrici e i Monitori
delle *Frecce Gialle Malcantone*
augurano a tutti i nostri soci, simpatizzanti, autorità comunali, sponsor, atlete e atleti
un *Sereno Natale* e un *Felice Anno Nuovo* ricco di soddisfazioni!

NON SOGNARE LA VITTORIA, ALLENATI PER OTTERNERLA!