



# BOLLETTINO ORCOKAYAK

## ANNO 2003-N° 1 gennaio/febbraio/marzo

### INFORMAZIONI SUL BOLLETTINO

Il notiziario interno al club viene stampato in circa 200 copie e distribuito ai soci e simpatizzanti nell'ultimo mese di ogni trimestre:

n° 1: gennaio-febbraio-marzo

n° 2: aprile-maggio-giugno

n° 3: luglio-agosto-settembre

n° 4: ottobre-novembre-dicembre

Le notizie che i soci vorranno pubblicare dovranno essere presentate in sede, nell'occasione del ritrovo del 1° martedì di ogni mese o fatte pervenire a Gaetano, preferibilmente via posta elettronica:

E-mail: [okadv@tiscali.it](mailto:okadv@tiscali.it)

### Direttivo Orcokayak 2003

**Presidente:** Alberto Paolo Giuliano Albo ("Bubu"):

011 9835986 – 333 5934437

**Vice Presidente:** Gaetano La Porta  
tel. 335 628.27.28

**Segretario:** Roberta Buora  
011.895.59.76

#### Consiglieri:

Bruno Camoletto  
tel. 011 995.22.19 – 347 065.79.20

Marina Destro

347 4914309

Alessandro Del Grande

Tel. 011 9540269 – 338 92100854

#### Incarichi tecnici

##### Settore Turismo/Gite:

Lorenzo Bordoni  
tel. 011 964.4491 – 335 205348

Roberto Inghima  
tel. 011 20.40.09 – 333 3772570

##### Scuola

Gaetano La Porta

335 628.27.28

#### RITROVO MENSILE

Il 1° martedì di ogni mese

riunione direttivo : ore 20.30

ritrovo soci: 21.30

presso la sede del club (è sempre meglio verificare telefonicamente di volta in volta).

### ok NOTIZIE

#### Norme 2003 per il tesseramento

#### TESSERAMENTO SOCI ORCOKAYAK CENTROCANOA

Essere soci del club significa:

- Conoscere il mondo dei fiumi
- Imparare ad andare in canoa e kayak

- Incontrare e conoscere altri come noi
- Organizzare escursioni ed imprese fluviali in genere.
- Contribuire allo sviluppo dello sport e alla tutela dell'ambiente.

#### Usufruire di tutta una serie di vantaggi:

- Ricevere il periodico bollettino
- Utilizzare l'attrezzatura sociale presso la base
- Noleggiare attrezzatura
- Partecipare a gare e manifestazioni
- Assicurazione R.C. del Club - Assicurazione infortuni Sportass (solo Atleti e Turista Amatore).
- Convenzioni varie con, negozi, Scuola Canoa e Rafting, noleggio attrezzature, ecc.

#### Quote associative

✂ **Quota di associazione 10 € annuali:** la quota, obbligatoria in tutti i casi, comprende l'iscrizione al Club per l'anno solare, consente di ricevere il bollettino periodico di informazione, l'accesso alle sedi durante i normali periodi di apertura e di partecipare alle attività a carattere promozionali.

✂ **Quota attività 35 € annuali:** consente la partecipazione alle discese/uscite come da calendario, partecipare alle attività didattiche e non promosse dall'associazione ed utilizzo delle strutture sociali ed attrezzature sociali presso la sede (come da regolamento).

✂ **Quota Centro Giovanile di 40€ mensili** per i ragazzi dagli 8 ai 16 anni per essere inserito nelle attività del Centro Giovanile CONI di Avviamento allo Sport ed essere seguiti da un istruttore una/due volte alla settimana.

#### come si diventa socio Orcokayak

Le nuove iscrizioni e i rinnovi a Socio sono possibili:

✂ **direttamente in sede** (avvertire telefonicamente), meglio durante il consueto ritrovo del primo martedì di ogni mese, alle ore 21,30 presso la sede di Chivasso o altre occasioni istituzionali (es. Ass Generale, ecc).

✂ **tramite versamento sul Conto Corrente** bancario N° 14127 dell'Istituto Bancario San Paolo di Torino - a

genzia di Chivasso - intestato a Orcokayak Centrocanoa (ABI 01025, CAB 30370) e invio o consegna della apposita domanda di associazione con allegata la ricevuta del versamento bancario..

#### Per informazioni rivolgersi a Gaetano

#### Bilancio di previsione

Il bilancio di previsione è un importante documento che la nostra associazione è chiamata a preparare all'inizio di ogni anno sociale. Nel bilancio di previsione devono, infatti, essere valutate le ENTRATE che l'associazione ha in previsione di avere e le USCITE che avrà in previsione di sostenere.

Il bilancio di previsione si pone quale obiettivo quello di evitare di spendere più soldi di quelli che si avranno a disposizione. L'utilità per l'associazione è ovviamente anche quella di rendere i soci partecipi alla gestione ed essere informati su come i soldi verranno investiti.

Per questo esercizio 2003, come da indicazioni di indirizzo programmatico dell'Assemblea Generale del 24 gennaio 2003 e successive riunioni del Direttivo, non sono previste particolari variazioni e novità rispetto l'esercizio precedente. Pertanto la base della sua formulazione si fonda essenzialmente sul bilancio consuntivo del precedente anno sociale.

Quali sono gli obiettivi della Previsione 2003?

- ✂ Non aumentare il costo delle quote sociali;
- ✂ Aumentare il numero dei Soci
- ✂ Aumentare la dotazione di attrezzature sportive;

Come si raggiungeranno questi obiettivi?

- ✂ Aumentare la comunicazione con l'esterno;
- ✂ Migliorare la comunicazione con i Soci;
- ✂ Realizzare e migliorare le iniziative promozionali verso l'esterno.

#### E' ora questione di sede

Disporre di una sede adeguata ed essere competitivi è sempre stata una nostra esigenza prioritaria.

Prima di impegnare però investimenti, sia di tempo sia denaro, erano però

indispensabili alcune considerazioni che probabilmente solo ora possono essere fatte. La ragione di un nostro certo immobilismo fino ad ora è da ricercarsi, quindi, all'esigenza di dover capire la vera destinazione dell'area e di vedere a conti fatti i risultati di tutti quei lavori cosiddetti di "risanamento spondale e fluviale".

Più che un'esigenza di rinnovamento si tratta, adesso, della necessità di doverci adeguare in tempi brevi alle richieste dell'Ente Parco del Po in materia di edilizia in aree a rischio idrogeologico.

La nostra attuale posizione verso il Comune di Chivasso consiste nell'aver una autorizzazione edilizia con validità di anni uno non più prorogabile con scadenza il 30 gennaio 2004.

Per conservare la struttura ne viene richiesta una nuova istanza almeno sei mesi dalla scadenza (entro giugno 2003) che apporti modifiche che siano compatibili con le norme del P.A.I. e dell'Ente Parco del Po.

E' noto che come associazione ci siamo sempre interessati alle sorti della nostra area e da sempre ci siamo anche proposti, tra virgolette, quali "consulenti" per problematiche turistico-sportivo, di gestione del territorio (apposizione di cartelli, gestione immondizie, controllo, ecc) e perché no anche quali consulenti in materia specifica di "ingegneria idraulica" (chi meglio di chi va per fiumi ne può conoscere la vera natura), ma conseguendo purtroppo sempre scarsissimi riscontri.

Inevitabilmente, ora che la pianificazione del territorio comunale in una delle aree di nostro interesse è in qualche maniera sufficientemente definita (progetti argini, progetto alta velocità, sistemazioni alveo dell'Orco, ecc), si presenta l'obbligo, ma che è anche la nostra esigenza, di risolvere la questione sede.

Non è facile sintetizzare un insieme di intuizioni, sensazioni, ipotesi, ma anche le certezze che sono alla base della proposta progettuale che intendiamo presentare a breve al Comune di Chivasso.

Questa prima fase ha solo il preciso intento di illustrare l'idea che per ora ha le caratteristiche di una prima bozza, che deve prima essere compresa nelle sue linee essenziali e quindi successivamente definito nei suoi particolari, attraverso il contributo positivo di tutte le

forze coinvolte e coinvolgibili o comunque interessate all'iniziativa.

Quello che ci porta a sostenere con forza ed entusiasmo quest'idea è l'esperienza, anche professionale, di quasi 20 anni di attività all'interno della realtà chivassese e non, occupandoci di un settore, assolutamente nuovo e che ha rari riscontri anche a livello italiano.

Si tratta di creare un'entità nuova ed alternativa di sicuro impatto, una sorta di precedente anche quale esempio di buona gestione ed utilizzo intelligente del territorio (non è il solito campo da calcetto, da tennis, maneggio, palestra, ecc.). Una occasione e una opportunità in grado di offrire la migliore immagine di tutte quelle entità che aderiranno al progetto.

E' una proposta di tipo produttivo ed allo stesso tempo di servizio sociale, anche una possibilità di tipo occupazionale, ma soprattutto una formidabile opportunità per il Comune di Chivasso di creare un presupposto nuovo di interesse turistico e svago educativo a completamento di una attuale organizzazione sportivo-turistico-ricettiva cittadina che secondo noi deve incrementarsi proprio in questa area di particolare interesse naturalistico.

E' insomma una proposta che richiede una costante sinergia tra il pubblico e il privato tra Pubbliche istituzioni e Associazionismo Sportivo, una scommessa ed allo stesso tempo una sfida per una migliore qualità della vita.

In estrema sintesi questo progetto consiste nella ipotesi di realizzazione di un'area di interesse, attrezzata per lo sport all'aria aperta e il tempo libero, animata e vissuta alla formula francese "Sport Club per il Loisir" ovvero sport all'aria aperta e a contatto con la natura come luogo di aggregazione.

Gaetano

### Nuove sfide

Quante volte torno su questo argomento!

Il motivo è semplice: cercare di far comprendere cosa significa "essere associazione".

Nuove importanti sfide attendono il Club: per prima cosa mantenere la più grande visibilità al proprio interno (soci) e verso l'esterno (non soci, tutti) e cioè essere proiettati e aperti verso il territorio in cui operiamo. E questo non è facile da realizzarsi nell'attuale clima che costringe il Club.

Il restare fermi, stabili come siamo stati negli ultimi anni è già di per se una sconfitta.

Il mio spirito mi porta ad essere sempre più innovativo e intraprendente: a prendere le "rogne", anche quelle non imposte. Adesso più che mai è necessario mobilitarsi.

Sapete che praticamente non avremo più il rinnovo della concessione edilizia così come lo è stato, ma questa deve essere vista come un'occasione di miglioramento.

Ma se non si fa qualcosa si rischia di non averne più nessuna di sede.

Intendere il Club come un gruppo di amici con i soli scopi di andare insieme in kayak e magari ritrovarsi anche alla sera è un ottimo modo di utilizzare il Club da parte dei soci non certo quello di gestirlo.

Il direttivo e tutti i soci interessati devono adesso più che mai lavorare assieme, confrontarsi e perché no anche litigare per affrontare queste sfide.

Ecco perché "essere associazione" è il nodo centrale, comprendere che chi è socio e dirigente fa parte di un insieme molto più grande e variegato. Ecco perché i miei continui appelli verso tutti.

Gaetano

### Riprendono i C.G.

A grande richiesta riprenderanno a maggio le attività del Centro Giovanile Orcokayak, si aspetta l'acqua e le temperature più adatte.

Sapete che il Club da sempre si è posto come impegno prioritario l'attività verso i giovani e negli ultimi anni, anche grazie al particolare interessamento dei genitori, si è riusciti a formare proprio un bel gruppetto. I ragazzi sono motivati e si divertono un sacco.

Contiamo quest'anno di formare anche un gruppo di giovanissimi (8-11 anni), quindi fatevi sotto. Se siete genitori, zii, nonni o che ne so proponete l'iniziativa. Si parte lunedì 5 Maggio, niente di complicato o impegnativo. Un giorno alla settimana, dalle 17 alle 19.

I ragazzi sono seguiti dagli spettacolari istruttori Orcokayak e non serve alcuna attrezzatura particolare (forniamo tutto noi).

Gaetano

### ok INIZIATIVE DIDATTICHE

#### Serata canyoning

Giovedì 3 aprile

Presso il CAI UGET DI TORINO (Galleria Subalpina, piazza Castello) serata dedicata al canyoning, con diapositive e non solo, APERTA A TUTTI ORE 21,30. Per informazioni Dino Ruotolo tel. 335 611 02 91

## Kayak School-Tour

dall'19 al 21 aprile 2003

Pasqua sui fiumi a sud-est della Francia - Discese scuola su kayak, campeggio selvaggio lungo il fiume/camper.

Per i costi e iscrizioni (entro il 10 aprile): Gaetano cell. 335 628 27 28

## Corso canyoning

dall'11 all'11 maggio 2003

L'Associazione Italiana Canyoning e Orcokayak Centrocanao organizzano un corso di canyoning di 1° livello. Il programma dettagliato nelle news sul sito internet [www.okadventure.it](http://www.okadventure.it).

Per Iscrizioni informazioni: Dino Ruoto cell. 335 611 02 91

## Corsi avanzati di tecnica kayak

Sono sempre disponibili i corsi di tecnica kayak avanzata, individuali o di gruppo.

Per accedere a questi corsi bisogna avere una buona tecnica di base, cioè aver frequentato almeno un corso di 3° livello presso una "Scuola" o possedere una tecnica equivalente (corrispondente a diversi anni di pratica adeguata).

Pur essendo propedeutico al freestyle questo non è un corso di rodeo! E' possibile partecipare preferibilmente con kayak corti da torrente o da play.

Per Iscrizioni informazioni: Gaetano tel. 335 628 27 28

## Corsi di rodeo

Corsi di Rodeo

Sono sempre disponibili i corsi di rodeo, individuali o di gruppo.

Per accedere a questi corsi bisogna possedere una buona tecnica di base, cioè aver frequentato ad almeno un corso di 3° livello presso una "Scuola" o possedere una tecnica equivalente (corrispondente a diversi anni di pratica adeguata).

Pur essendo propedeutico al freestyle questo non è un corso di rodeo! E' preferibile utilizzare kayak corti da torrente (creekboat) o da gioco (playboat).

Per Iscrizioni informazioni: Gaetano tel. 335 628 27 28

## Corso di sicurezza

24/25 maggio 2003

Due giorni full immersion di tecniche di sicurezza, salvamento, autosalvamento, rianimazione sul fiume. Adatto a kayakisti di qualsiasi livello. Rilascio attestato di partecipazione.

bollettino 2003 -1.doc

La durata del corso è di 12 ore suddivise su due giornate e prevede una lezione di un medico sulla rianimazione, prove a secco ed in acqua con e senza kayak.

(consigliato e gratuito per guide e istruttori della scuola quale allenamento e aggiornamento)

Costo:130 € (soci orcokayak sconto 30 %)

Iscrizioni entro il 1 maggio: Gaetano cell. 335 628 27 28

## ok VARIE

### Problemi di spalla

Ho subito tre anni fa' una sublussazione della spalla destra peggiorata in seguito per una brutta caduta sugli sci; ho rimediato al tutto in modo a dir poco ottimo eseguendo in palestra una serie di esercizi di extra-rotazione e intra-rotazione atti a rinforzare la muscolatura della spalla. Questi esercizi andrebbero eseguiti con pesi e cavi, ma si possono anche fare con gli elastici utilizzati dalle palestre (tipo lacci emostatici per intenderci) reperibili nei negozi di articoli sportivi.

Non e' semplice spiegare a parole un esercizio per cui anche voi dovrete fare un notevole sforzo mentale .....

**INTRA-ROTAZIONE PIANO VERTICALE**

- elastico fissato al muro in basso (30 cm dal pavimento)

- posizione di partenza con spalle parallele al muro a circa 1 metro, avambraccio perpendicolare al terreno rivolto VERSO IL BASSO, braccio parallelo al terreno e al muro, mano che impugna la maniglia dell'elastico senza piegare il polso dare le spalle al muro

- rotazione avambraccio VERSO L'ALTO fino a portarlo parallelo al pavimento tenendo il braccio il più possibile fermo (3 serie da 15 ripetizioni ...

tensione dell'elastico via via crescente)

**EXTRA-ROTAZIONE PIANO VERTICALE**

- elastico fissato al muro in alto (200 cm dal pavimento)

- posizione di partenza con spalle parallele al muro a circa 1 metro, avambraccio perpendicolare al terreno rivolto VERSO L'ALTO, braccio parallelo al terreno e al muro, mano che impugna la maniglia dell'elastico senza piegare il polso dare le spalle al muro

- rotazione avambraccio VERSO IL BASSO fino a portarlo parallelo al pavimento tenendo il braccio il più possibile fermo (3 serie da 15 ripetizioni ...

tensione dell'elastico via via crescente)

**INTRA-ROTAZIONE PIANO ORIZZONTALE**

- elastico fissato al muro all'altezza del bacino

- posizione di partenza con spalle perpendicolari al muro a circa 1 metro - braccio disteso lungo il tronco - avambraccio a 90 gradi rispetto al braccio, parallelo al terreno e al muro - mano che impugna la maniglia dell'elastico senza piegare il polso (lavora l'avambraccio più vicino dal muro)

- rotazione avambraccio in orizzontale fino a portarlo a contatto con

l'addome portando l'elastico in tensione tenendo il braccio il più possibile fermo (3 serie da 15 ripetizioni ... tensione dell'elastico via via crescente)

**EXTRA-ROTAZIONE PIANO ORIZZONTALE**

- elastico fissato al muro all'altezza del bacino

- posizione di partenza con spalle perpendicolari al muro a circa 1 metro - braccio disteso lungo il tronco - avambraccio a 90 gradi rispetto al braccio, parallelo al terreno e al muro - mano che impugna la maniglia dell'elastico senza piegare il polso (lavora l'avambraccio più lontano dal muro)

- rotazione avambraccio in orizzontale fino a portarlo all'esterno in una posizione allineata alle spalle portando l'elastico in tensione tenendo il braccio il più possibile fermo (3 serie da 15 ripetizioni ... tensione dell'elastico via via crescente)

**ALZATE LATERALI**

- braccia distese lungo il tronco che impugnano due manubri (pesi via via crescenti), impugnatura verso il tronco - alzare braccio e avambraccio (allineati) fino alle spalle lateralmente, cioè allineato alle spalle (3 serie da 15 ripetizioni).

**ALZATE CON BILANCIERE (EXTRA e INTRA ROTAZIONI)**

- le mani impugnano il bilanciere ad una distanza di 50 cm, distese lungo il tronco e con impugnatura (palmo) rivolta verso l'interno

- portare il bilanciere verso l'alto fino ad avere le braccia parallele al pavimento e sullo stesso piano delle spalle, ruotare l'avambraccio verso l'alto e distendere il bilanciere verso l'alto, riabbassarlo fino ad avere le braccia parallele al pavimento e allineate alle spalle, ruotare l'avambraccio verso il basso e riportate il bilanciere verso il basso.

Il peso del bilanciere deve essere moderato (max 6/7 kg)

**MUSCOLI INTERESSATI:**

- Extra-rotazioni: sottospinato e piccolo rotondo, cuffia rotatori

- Intra-rotazioni: sottoscapolare, grande rotondo, cuffia rotatori

- alzate laterali: deltoide e sovraspinato

Non so se sono stato chiaro, anzi ho dei dubbi ... sono comunque esercizi semplicissimi nell'esecuzione ma formidabili per irrobustire le spalle ....provare per credere!

Dario Bassignano

## Inizia la stagione più bella dell'anno

Una nuova stagione canoistica sta per cominciare.

Il sole si fa ogni giorno un po' più caldo così da sciogliere la neve che nell'inverno è caduta abbondante.

Finalmente si abbandoneranno in cantina o nel garage quei ridicoli assi di legno che qualcuno ha messo ai piedi nei mesi scorsi.

Risputano le pagaie (magari!) e le canoe pulitissime dopo le serate in piscina.

Insomma: si tornerà a godere nel praticare il nostro sport preferito e nello stare insieme agli amici che puzzano di neoprene....

Quando leggeremo questo bollettino probabilmente si sarà già prenotato il traghetto per la Grecia ed il mio augurio è che la lista sia molto numerosa!

Altri appuntamenti ci attenderanno nel corso dell'anno: i vari raduni (non ho ancora sentito parlare di quello di Lanzo), altri viaggi, l'estate in Francia e/o in giro per mondo.

Un appuntamento che personalmente inviterei tutti a non mancare è la gara d'alto corso che Balducci ha organizzato sull'Ayasse il 13 di luglio. Il torrente è spettacolare e pare che la manifestazione possa fare da traino per trasformare quel tratto della valle in un parco canoistico-fluviale con la collaborazione di tutte le autorità politico-amministrative locali.

Se sarà veramente così credo che sarà una buona pubblicità per il nostro sport. Vedremo.

Scrivo queste righe per augurare a tutti il massimo della felicità (ovviamente in tutti i sensi, non solo dal punto di vista canoistico) per i mesi caldi che ci attendono.

Nel frattempo le (speriamo molte) ore che trascorreremo insieme sul fiume serviranno a farci dimenticare per un momento i vari problemi quotidiani legati alla nostra vita (bollette da pagare, fidanzati/e/mogli/mariti problematici, i figli che crescono, l'età che avanza, il conto in banca che crolla, la macchina da buttare, chi vincerà il "Grande Fratello", ecc..) ed al mondo che ci circonda (la guerra che nel frattempo sarà già iniziata, Bush, Berlusconi, Fassino, i gi-

*bollettino 2003 -1.doc*

rotondi, global, no global).

Quindi impegniamoci tutti a mantenere sempre alto il profilo del nostro club sia sotto l'aspetto dell'amicizia che ci lega, sia dal punto di vista della cooperazione, magari dedicando un po' di tempo per sbrigare qualche faccenda burocratico-organizzativa.

Non ho potuto partecipare alle riunioni del martedì, ma ho saputo che bisogna muoversi in fretta per definire la questione della sede di Chivasso che è interessata dalle trasformazioni dell'area fluviale che avverranno a breve.

Se c'è bisogno di aiuto (e credo che ce ne sia) invito tutti (me compreso!) ad offrire una briciola del proprio tempo al Presidente ed al Vice-Presidente.

Una ultima cosa: mentre noi stiamo qui a poltrire, Salvo, Metallo e Muerte hanno portato a termine un'altra spedizione mitica: vista la mancanza di condizioni ideali nei nostri mari, hanno surfato per 10 giorni consecutivi uno tsunami (la famosa onda anomala giapponese) che si è formato nel Pacifico, riuscendo ad entrare direttamente nella loro stanza d'albergo in canoa sfruttando la cresta dell'immensa onda. Nonostante la potenza distruttrice dell'onda, l'albergo ha retto ed i nostri 3 eroi hanno potuto togliersi le mute e raggiungere immediatamente la hall dell'albergo per un rinfresco offerto in loro onore dalle Autorità giapponesi.

BUONA STAGIONE A TUTTI!

Paolo(ne)

## Nuovo sito Carton Rapid Race?

All'indirizzo..... ? (purtroppo non è adesso disponibile) sarà in rete il nuovo sito della spettacolare gara con le imbarcazioni di cartone.

Le novità principali, oltre alla nuova grafica, sono la presenza di un gran numero di immagini relative a tutte le passate edizioni. Sezione che si prevede di migliorare proponendo ad es. tutte le imbarcazioni classificate, la foto degli equipaggi classificati, ecc.

Ne vedremo delle belle, relativamente a questa manifestazione che ogni anno raggiunge sempre più maggiori consensi.

## www.kayakanche.too.it

Si ricorda l'indirizzo del nuovo nuovo sito del club Orcokayak....

**www.kayakanche.too.it**

Claudio Anzola (Claude), il fantastico web generator, lo aggiorna regolarmente con foto e notizie degli ultimi avvenimenti. Tra l'altro: diamogli una mano fornendogli sempre nuovo

no fornendogli sempre nuovo materiale.

## www.okadventure.it

Se volete essere sempre aggiornati con le iniziative della Scuola provate ogni tanto a collegarvi alle news del sito della Scuola: **www.okadventure.it**

## AGEVOLAZIONI PER I SOCI

Ecco le convenzioni valide alla data odierna:

**Energy Studio**, Via Alessandria, 24 Torino tel. 011/2476380, sconto del 10% su Trattamenti kinesiologici, massaggio tradizionale, rinforzo muscolare, linfodrenaggio, shiatzu.

### ES.PA. SPORT

C.so Matteotti, 10 – 10121 Torino  
Tel. 011/53.82.63

Sconto del 10% su canoe, accessori, attrezzature, sconto del 10% su articoli da escursionismo e trekking

**Milici Sport** – Via Torino, 21 Chivasso  
tel. 011/9101546, sconto 15% su abbigliamento 20% su attrezzature.

### OK Adventure Company

tel. 335 628.27.28

Sconto del 20% sul noleggio attrezzatura e sulle Discese Guidate (kayak, rafting, hydrospeed, canyoning).

**Reale Mutua Assicurazioni**, Agenzia di Chivasso, Via Torino, 72, tel. 011/9101225. Una migliore attenzione e prezzo per la risoluzione dei problemi assicurativi.

## MERCATINO

### Vendo:

Vendo **salvagente** con tasche nuovo.

Vendo **kayak** nuovo Rainbow mod. Zulu.

Vendo **kayak** usato Pirana mod. Atak.

Vendo **kayak** usato Riot mod Disco.

Gaetano 335/6282728

Vendo **Kayak** marca Wave Sport Mod. ACE 4.7, come nuova a € 730.  
Fabrizio 347/2787905

Vendo **Kayak** marca Riot modello Glide a €250.

Marco328/6641107