

«Sport per affons e buca affons pil sport»

Il recept pil success dil Team Panda – la grupp da cuorsa liunga d'affons e giuvenils dil Club da skis Trun – sebase sin ina clara filosofia persecutada dapi l'entschatta. «Nus lein entusiasmar ils affons e giuvenils pil sport en fuorma da giug. Sche nus havein plascher d'intermediar il sport aschia, han era ils affons plascher da quei», dian la menadra actuala Nadia Deplazes ed igl anteriur Giusep Venzin.

HANS HUONDER/FMR

Dapi entgens onns ha il sport da cuorsa liunga aschidadir ina renaschientscha. Culla pandemia avon dus onns ha quella survegniu ulteriur slontsch. Empau auter ei quei denton adina stau a Trun. Dapi prest 50 onns vegn la cuorsa liunga tgirada leu d'in tschuppel persunas. Quella fascinaziun pil sport nordic ha giu differents effects: A Trun ei adina puspei vegniu arranschau impurtontas concurrenz da cuorsa liunga sco il campinadi svizzer dall'elita ni dis da giuventetgna e sport. Quei slontsch ei vegnius cumpletaus cun ina buna infrastruttura, seigi il baghetg pils curriders a Pustget ni la loipa da notg. Alla testa da quell'iniziativa ei il Club da skis Trun staus e cun el pliras persunas fetg engaschadas.

Livers e Tambornino

Il fiug per la cuorsa liunga a Trun ei vegnius surdaus d'ina generaziun a l'autra. Parallelmein ein las structures per la promoziun dils affons e giuvenils vegnidas scaffidas. *Giusep Venzin* e *Flurin Maissen* ein stai avon rodond 30 onns al tgamun da quei svilup: Lu ei il Team Panda vegnius fundaus. Giusep Venzin seregorda: «Nus havevan schau far lismers e capetschas pils affons e giuvenils. Silla capetscha havevan nus mess il maletg d'in Panda. Cu nus havein repartiun quellas ha ina buobetta manegiau: Lu essan nus ussa il Team Panda.» Aschia seigi il num staus naschius e cun el in avegnir encorunau da success: *Toni Livers* ed *Eligius Tambornino* ein bein stai ils dus «gronds» ch'ei naschi ord quei ravugl. Mo lu era *Linard Tambornino*, in ulteriur bien currider. «Nus havevan tochen varga 40 affons e giuvenils ella grupp. Nota bene: Tuts da Trun», constatescha Giusep Venzin. Pressapuc 20 onns eis el staus engaschad a Trun en favur dalla cuorsa liunga per affons e giuvenils: «Il success dil Team Panda sebase en sesez sin ina semplia finamira: Sport per affons e buca affons pil sport.»



Il Team Panda avon rodund 30 onns. Toni Livers (tierz da sen. sin peis) steva lu avon ina gronda carriera.

FOTO GIUSEP VENZIN



Affons gaudan l'instrucziun da cuorsa liunga a Trun.

FOTO NADIA DEPLAZES

Cuntinuaziun culla medema filosofia

La filosofia dils dus anteriurs trenaders da Trun ei buca jastra per *Nadia Deplazes* da Surrein. Ella meina il Team Panda dapi entgins onns comunablamain cun ulteriuras trenadras e trenaders: «Nus empruein da mussar da far cuorsa liunga en fuorma da giug. Quels exerchezis duein far plascher als affons e giuvenils. Els ein numnadamein aviarts per emprender enzatgei niev. Cun agid da quels elements da giug emprendan els automaticamein era la tecnica.» La cundiziun che quei succedi aschia ein persunas d'instrucziun qualificadas: «Nus havein in bien team che lavura en quella direenziun. Igl ei denton buca adina sempel d'anflar gliעד persunter. Ils trenaders ston saver far sez fetg bein cuorsa liunga.» A giuvenils ella vegliadetgna da 14 entochen 18 onns sepor-scha oz la caschun da sescolar sco trenaders en in cuors da dus dis. Silsunter han els la caschun da far il cuors da G+S. Dapresent segi-

dan otg persunas cun *Nadia Deplazes*, quater ein fetg stedi sin loipa vid instruir affons e giuvenils.

Ton classic sco skating

Il mument dumbra il Team Panda 25 dels, leutier vegn ina gruppa d'in tozzel affons pigns che absolve las sis sentupadas comunablas sin loipa quest unviern. Ils affons e giuvenils derivan buca mo da Trun. «Nus havein ussa era plirs da Segnas, Mustér e Sumvitg. Ei setschontscha lu spert entuorn e sch'ils geniturs ein sezs curriers ni han interess che lur affons fetschien cuorsa liunga, vegnin nus plidentai», di la menadra ch'ei scolasta da cuorsa liunga patentada ed era menadra tecnica dalla cuorsa liunga tier la Scola dil sport da neiv Mustér. Ella medema fuorma sco duront igl unviern animeschan *Nadia Deplazes* e siu team da trenaders ils affons e giuvenils gia ellas preparativas per la stagiun

d'unviern: «Miez settember entschevin nus cun in program polisportiv. Nus mein lu cun bike, calzers da rodas ni era els aults. Culla neiv ei lu cheu s'entupein nus sin loipa.» Quei ei il cass per ordinari il venderdis suentermiezdi. Lu han ils affons dallas empremas classas primaras da tuttas treis vischnaucas numnadamein liber. Entginas ga per onn separticipeschan commembras e commembers dil Team Panda era a cuorsas regiunalas, ils pli vegls era a cantunalas e pli tard a naziunalas. El Team Panda vegn instruiu ton il stil classic sco skating. «Ils pli pigns entscheivan per ordinari cul classic. Quei ei in moviment natural. Silsunter vegn lu era il skating instruius», di *Nadia Deplazes*. Pertuccont l'elecziun dil stil dependi ei era fetg dalla fisica e l'atletica dil singul.

Affons e giuvenils che s'interesseschan pil sport da cuorsa liunga san s'annunziar persunter sut l'adressa d'e-mail clubdaskis@gmail.com.