



L'Uniun dl Sport Amatoriala La Val mêt indo a jí te palestra n curs de ginastica funziunala cun Simon Dapoz, cun pëis particular ala stabilitè y ala propriocetivité dl corp. Por miorè la stabilitè generala y por potenziè i muscoli dla punza, spiné, sciabes y giames gnaral laorè cun injins desvalis. Le curs mêt man mercui ai 18.10.2017 dales 18.45 y dales 19.45 y jarà inant pur 10 iadi tres de mercui dala medema ora. Informaziuns plü avisa pro Simon Dapoz (tel. 339-5293969).

Do la devènta de copa, chësc ultim mercui ai 11/09 contra le Aicha, é la squadra da La Val

Le secundo tēmp mēt man cun n gran druch da pert dl Niederdorf, i sogadusc da La Val se stüda ia y se lascia fracé dala squadra avversara.

Cun de beles aziuns rōia la squadra avversara deplū iadi dan porta y i sogadusc da La Val mēss aretrè y se parè cun dōtes les forzes. Cun le gran assedio da pert dl Niederdorf garetl tosc le gol dl 2 a 1.

Sōn n lancio éle dui defensurs che ne se capēsc nia y rōia a saltè adūm sōn le pal che vëgn insciō spizoré y ti rōia bel avisa al atacant avversar che cun n tiro bas é bun de bat le portier da La Val.

La nervositè crēsc y la luciditè da do, i sogadusc mēss purvè a dūc i cosc da defēne le resultat. Cun le gran laur de Emanuel che vā a recuperè n grüm de pai sciurà demez y tēgn insciō sō le pal por che la squadra pois se arlungé, ti garetl la dopietta al 82

^.

Sōn n cross da na pert éle bun de se mēt jō le pal de piet y cun na bela trata de ciamp sōn le palo lunch siglëiel le resultat dl 3 a 1.

Al mancia ma plū pūc menüc ala fin y i sogadusc da La Val stà plō defensiv por defēnn le resultat.

Pūch dedo él le arbiter che sciūra la fin. La partida se rōia sōn le resultat de 3 a 1 por La Val.

Cun chisc 3 punc davagnà se porta La Val al 3^o post de tlassamënt.

