



L'Uniun dl Sport Amatoriala La Val mët indo a jí te palestra n curs de ginastica funziunala cun Simon Dapoz, cun pëis particular ala stabilité y ala propriocetivité dl corp; por mioré la stabilité generala y por potenzié i muscoli dla punza, spiné, sciabes y giames gnaral laoré cun injins desvalies. Le curs mët man mercui ai 5 de furá dales 18,45-19.45 y jarà inant pur 10 iadi tres de mercui dala medema ora.

Informaziuns plü avisa pro Simon Dapoz (tel. 339-5293969).

Do la devënta de copa, chësc ultim mercui ai 11/09 cuntra le Aicha, é la squadra da La Val buna de purtè a ciása 3 punc importanc. Na partida dër sintida, suradüt por l'alenedù Floriani che à alenè la squadra dl Niederdorf por 2 agn.

I sogadusc da La Val rōia sōn le ciāmp cun na gran grinta y bele do da pūc menūc tomel le gol dl 1 a 0. Sōn n angolo éle Alex E. che ciafa le pal al limit dl' area y cun na bela trata sot la traversa portel la squadra da La Val in vantaje.

A mēz le prüm tēmp éle Emanuel bun de radopié le resultat, sōn n assist de Alexander éle bun de se controlè le pal, cun na gran finta ti sciampel al defensur avversar y cun na trata basa batel le portier.

I atacanc da La Val é bugn de tignì sò le pal y cun de beles combinaziuns esi bugn de ti sciampè plü iadi ala defenjiun aversara, mo sënza ester bugn de ji a conclujiun.

Püch dedo éle ciamò Micky che à na gran ocasiun, sön n bel preparativ röiel te area al dër mumënt, mo le tiro röia de püch sura porta fora.

Dan che le arbiter sciüra le prüm tēmp éle ciamò n atacant dl Niederdorf che abina de cé la stangia de porta sön na trata dal angolo.

Le prüm tēmp se stlūj jö sön le resultat de 2 a 0 por 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 aversara.

Cun de beles aziuns röia la squadra aversara deplü 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.

Sön n lancio éle dui defensurs che ne se capësc nia y röia a saltè adüm sön le pal che vëgn insciö spizoré y ti röia bel avisa al atacant aversar che cun n tiro bas é bun de bat le portier da La Val.

La nervosité crêsc y la lucidité da do, i sogadusc mëss 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 insciö sö le pal por che la squadra pois se arlungé, ti garetl la dopietta al 82

^.

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

Al mancia ma plü püc menüc ala fin y i sogadusc da La Val stà plö defensiv por defēnn le resultat.

Püch dedo él le arbiter che sciūra la fin. La partida se röia sön le resultat de 3 a 1 por La Val.

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