

Atletica Immagine



12 luglio 2023

Numero 165



Editoriale

Diamo i numeri... per un podismo che non si ferma più

di Vezio Trifoni



Diamo due numeri che identificano il lavoro svolto da Atletica Immagine e dall'Ets Regalami un Sorriso in questi anni a favore dell'atletica e del podismo. Siamo alla 165° uscita della rivista a testimonianza di una continuità che ha superato il covid e che ora vede la nostra pubblicazione sempre aggiornata su avvenimenti e risultati grazie alle foto di Piero Giacomelli e del suo team presente in tutte le manifestazioni. Dall'altra parte sono 180 i defibrillatori consegnati a varie associazioni. L'ultimo alla delegazione del Corpo militare della Croce Rossa italiana centro di mobilitazione Tosco-Emiliano. Il risultato di questo service ha permesso di salvare, solo lo scorso anno, tre persone che portano a 10 il numero dei successi. I proventi dell'Ets Regalami un Sorriso che poi vengono investiti in defibrillatori o macchinari sono essenzialmente il frutto dei servizi fotografici alla gare podistiche. Una catena che permette di far stare bene chi corre e di salvare o avere una chance maggiore di intervento in caso di problematiche. Tutto questo documentato e in questo numero potete leggere il bilancio e la rendicontazione o andare sul sito della Ets. Non sono mancate le gare e su tutte la Reggello-Vallombrosa ma è stato un bel successo anche il Palio dei Rioni. Mentre il Gruppo podistico Parco Alpi Apuane è stato il protagonista ad Azzano ai Regionali di montagna. La prossima settimana si inizia a correre verso il mare e in montagna anche fuori regione per un podismo che non si ferma più.


BCC
VALDARNO FIORENTINO



Ricordatevi di noi per il 5 x 1000

Caro amico,

fino al 30 settembre hai tempo per presentare il tuo modello 730 di dichiarazione dei redditi e fino al 30 novembre per il Modello Unico Redditi Persone Fisiche.

*Con la tua firma per il **5x1000** alla **ETS REGALAMI UN SORRISO** diventerai parte integrante dell'organizzazione che da più di 20 anni attraverso il klik di una macchina fotografica riesce a fare beneficenza e solidarietà.*

È FACILE

Destinare il tuo 5X1000 alla ETS Regalami un sorriso è davvero semplice! Bastano LA TUA FIRMA e il nostro codice fiscale 92076170486

Inseriscili nel primo riquadro in alto a sinistra dedicato al:

Sostegno degli enti del terzo settore nell'apposita scheda per la destinazione del 5x1000 che trovi nel tuo modello 730, UNICO o CUD

A TE NON COSTA NULLA

Non c'è nessun costo aggiuntivo a tuo carico.

Infatti si tratta della quota di imposte a cui lo Stato Italiano rinuncia.



Via Botticelli 29 - 59100 Prato

SERVIZI FOTOGRAFICI E TANTO ALTRO...

La ETS REGALAMI UN SORRISO persegue tramite la propria organizzazione di volontariato, senza finalità lucrative, l'attività di progettare, istruire, organizzare, dirigere e coordinare manifestazioni culturali, sportive, tecniche, artistiche con lo scopo di arrecare benefici a persone svantaggiate dal punto di vista delle condizioni fisiche, psichiche ed economiche.

DONA IL 5 x 1000 ALLA ETS REGALAMI UN SORRISO

Scelta per la destinazione del cinque per mille dell'IRPEF (in caso di scelta FIRMARE in UNO degli spazi sottostanti)

SOSTEGNO DEGLI ENTI DEL TERZO SETTORE ISCRITTI NEL RUNTS DI CUI ALL'ART. 46, C. 1, DEL D.LGS. 3 LUGLIO 2017, N. 117, COMPRESSE LE COOPERATIVE SOCIALI ED ESCLUSE LE IMPRESE SOCIALI COSTITUITE IN FORMA DI SOCIETÀ, NONCHÉ SOSTEGNO DELLE ETS ISCRITTE ALL'ANAGRAFE

FIRMA

Codice fiscale del beneficiario (eventuale) **9 2 0 7 6 1 7 0 4 8 6**

È semplice. Devi solo apporre la tua firma e scrivere il nostro codice fiscale nel primo riquadro in alto riservato alle ETS nel modello della dichiarazione dei redditi o C.U.

Sito web: www.regalamiunsorriso.it

BANCA IFIGEST C/C 1-001487-6 FILIALE 1 AGENZIA 04 FILIALE DI PRATO - IBAN IT41 2031 8521 5000 0001 0014 876

Reggello (FI) 9 luglio 2023 - km 13,2

Reggello-Vallombrosa

Massimo Mei manca la triplete


La ASD Zero Positivo cala il poker, per 4 volte prima società a Vallombrosa. Massimo Mei ha nelle gambe la possibilità di conquistare la terza vittoria consecutiva alla Reggello Vallombrosa, ma mi aveva confessato due giorni prima durante l'occasione di una sgambatura ad una corsetta serale a Ponte Buggianese, dove aveva solo voluto saggiare la condizione, che un ginocchio lo sta facendo preoccupare. Le condizioni non sono ottimali, ma si parte e ci si prova!





Senza indugi conduce la gara guadagnando circa 200 mt sul secondo, ma verso il 6 Km però l'articolazione è cominciata gonfiare e fa male...

A quel punto c'è solo da minimizzare il danno lasciando spazio all'uomo del GS Maiano il marocchino Abdelquahed Lablaida, concludendo senza spingere a meno di un minuto. Sono circa 400 gli atleti che giungono al traguardo di Vallombrosa dopo aver percorso il 13 Km di gara con circa 700 metri di dislivello. L'altitudine mitiga un poco la calura della giornata, ma l'anticiclone africano non da tregua. Tra le donne Nicole Nesti infligge quasi 3 minuti a Victoria Bergamaschi della Firenze Social runner, segue Laura Burzi dell'Atletica Radio Centro web. Ottima l'assistenza allestita sul percorso dagli uomini-





ni della Resco Reggello con ben 2 punti di ristoro e grazie alla pregevole collaborazione dell'Antincendio boschivo ANPAS con la loro attrezzatura nebulizzazione di acqua rinfrescante per tutti. Gli organizzatori nella loro ventennale vocazione solidale devolvono parte del ricavato alla ETS Regalami un sorriso oltre ad altre realtà solidali del territorio.



Classifiche di categoria Reggello-Vallombrosa



ASS F

1	NESTI NICOLE	SANSONI TEAM	01:06:01
2	BERGAMASCHI VICTORIA	FIRENZE SOCIAL RUNNER	01:08:50
3	BURZI LAURA	ATLETICA RADIO CENTRO WEB	01:09:49
4	MANTELLI MARTINA	TOSCANA ATL.EMPOLI NISSAN	01:10:23
5	GRASSELLI STEFANIA	ORECCHIELLA GARFAGNANA	01:12:32
6	MACELLONI BEATRICE	ATL. CASTELLO	01:13:00
7	STEFANINI ILARIA	CLUB SPORTIVO FIRENZE	01:15:05
8	VANNINI FEDERICA	ATL. CASTELLO	01:15:21
9	MORELLI ELISA	PODISTICA EMPOLESE	01:17:16
10	CIARI NATASCIA	G. POD. LE SBARRE	01:17:42
11	MIGLIORI FEDERICA	FILIRUN TEAM	01:19:54
12	BULKU ALBANA	LA FONTANINA	01:20:07
13	SANNI SILVIA	ATL.SANGIOVANNESE 1967	01:20:25
14	RAUSSE DANIELA	ATTRAVERSO RUNNING	01:20:53
15	RUSO MARIANA	LUIVAN SETTIGNANO	01:22:23
16	AMODEO SABRINA	LIBERTAS LA TORRE PONTASSIEVE	01:22:40
17	FERRARI NAOMI	G.P. PARCO ALPI APUANE	01:23:44
18	FABBRI FRANCESCA	ATL.SANGIOVANNESE 1967	01:24:27
19	ALTERINI FRANCESCA	LA FONTANINA	01:25:25
20	TARANI SERENA	G.S. POLIPODI	01:25:58
21	BURBERI SARA	AVIS ZERO POSITIVO	01:26:49
22	VANNINI STEFANIA	TOSCANA ATL.EMPOLI NISSAN	01:29:15
23	TORZINI FEDERICA	RINASCITA MONTEVARCHI	01:29:16
24	BIRRI VERONICA	CLUB SPORTIVO FIRENZE	01:30:11
25	PECORARO DEBORAH	CRAL INPS	01:30:29
26	CECCHERINI NICOLETTA	G.S. POLIPODI	01:31:06
27	FAUSTI ELISA	ATL. SESTINI FIAMME VERDI	01:31:20
28	GIUSTI FRANCA	29 MARTIRI	01:33:03
29	OKUNEVA ALLA		01:34:20
30	CORDONE VALENTINA	AVIS ZERO POSITIVO	01:35:32
31	TIEZZI ILARIA	G. POD. LE SBARRE	01:38:15
32	PAPANICOLA GIORGIA	AVIS ZERO POSITIVO	01:38:49
33	CASTRUCCI MARIA VITT.	ORECCHIELLA GARFAGNANA	01:39:49
34	BANCHELLI MONICA	LUIVAN SETTIGNANO	01:41:05
35	PISANO CINZIA	G.S. VALDELSA RUNNERS	01:41:37
36	LOSANNO SUSANNA	G. POD. LE SBARRE	01:42:13
37	ALFARANO EMANUELA	AVIS ZERO POSITIVO	01:43:16
38	GALLO GIULIA	ATL.SANGIOVANNESE 1967	01:44:44
39	PACHECO PATINO RITA	GRUPPO PODISTI RESCO 1909	01:50:02
40	FABOZZI STEFANIA	GRUPPO PODISTI RESCO 1909	02:05:09

ASS M

1	LABLAIDA ABDELOUAHED	G.S. MAIANO	00:53:36
2	MEI MASSIMO	ATL. CASTELLO	00:54:11
3	NUCERA GIOVANNI	G.S. LUCCHESI	00:55:18
4	TARTAGLINI ALESSANDRO	U.P. POLICIANO AREZZO ATL.	00:56:30
5	FAZZI ALESSANDRO	FILIRUN TEAM	00:57:22
6	PASTORINI MICHELE	U.P. POLICIANO AREZZO ATL.	00:58:03
7	MARTELLI LORENZO	LUIVAN SETTIGNANO	00:58:27
8	RAFANELLI STEFANO	PODISTICA QUARRATA	01:00:11
9	DE FILIPPO SALVATORE	TOSCANA ATL.EMPOLI NISSAN	01:00:15
10	SALVINI MIRCO	PODISTICA EMPOLESE	01:00:22
11	FRAPPI NICOLA	PODISTICA IL CAMPINO	01:00:27
12	CORSI DAMIANO	TOSCANA ATLETICA JOLLY	01:01:02
13	FANI ROBERTO	RISUBBIANI 2008	01:01:38
14	CABRAS GIANLUCA	TOSCANA ATL.EMPOLI NISSAN	01:02:12





15	VAIANI JOHNNY	MONTELUPO RUNNERS	01:02:18	44	MARSILI FILIPPO	GRUPPO PODISTI RESCO 1909	01:09:27
16	LUPARINI FRANCESCO	G.P. PARCO ALPI APUANE	01:02:36	45	PINNA GABRIELE	SOCIETÀ TRIESTE	01:09:34
17	MEDEA GIANPAOLO	GS ATL. SIGNA	01:03:26	46	PAOLI ENRICO	MARATONA MUGELLO	01:09:54
18	CIMBOLI SIMONE	G.P. PARCO ALPI APUANE	01:03:33	47	QUARTARARO ROBERTO		01:09:56
19	MORI FILIPPO	PODISTICA VAL DI PESA	01:03:51	48	MEDEA ANDREA	GS ATL. SIGNA	01:10:20
20	GIOMI GABRIELE	ATTRAVERSO RUNNING	01:04:39	49	SPAZZALI FABIO	ISOLOTTO APD	01:10:24
21	ZIELMI ANDREA	PODISTICA VAL DI PESA	01:04:46	50	TAGLIENTI EROS	S.S.D.S. MENS SANA 1871	01:10:25
22	BOCCHINO MILO	GS ATL. SIGNA	01:04:56	51	SERAFINI ANDREA	LIBERTAS LA TORRE PONTASSIEVE	01:10:43
23	DURANO RICCARDO	G.P. PARCO ALPI APUANE	01:05:57	52	GIACHETTI ANDREA	AVIS ZERO POSITIVO	01:10:43
24	SANDRONI DANIELE	PODISTICA VAL DI PESA	01:06:03	53	ZAPPALORTI ALESSIO	ATLETICA SINALUNGA	01:10:47
25	LAZZERINI GIANFRANCO	G.S.FILIPPIDE	01:06:05	54	GERI LORENZO	G.S. MAIANO	01:10:50
26	MARCHE' MICHAEL	AVIS ZERO POSITIVO	01:06:13	55	MICHELUCCI CRISTIAN	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	01:11:05
27	FANALI SIMONE	G.S.D. RUN...DAGI	01:06:53	56	MARIGOLLI NICCOLO'	POLISPORTIVA ELLERA	01:11:10
28	IANNUZZI GABRIELE	LA CHIANINA	01:07:03	57	CAPPELLI ANDREA	ATLETICA FUTURA A.S.D	01:11:19
29	REDONDI FABIO	FILIRUN TEAM	01:07:34	58	AMANTINI MANUEL	PIETRALUNGA RUNNERS	01:11:28
30	TAI GIACOMO	MARCIATORI MUGELLO	01:07:37	59	MARTELLI TOMMASO	LUIVAN SETTIGNANO	01:11:35
31	ANNETTA CLAUDIO	LUIVAN SETTIGNANO	01:07:47	60	ROMANO ALESSANDRO	ASS. RONDINELLA DEL TORRINO	01:11:46
32	RASO SAMUELE	G.S.D. RUN...DAGI	01:07:47	61	CIAMPI FRANCESCO	IL PONTE SCANDICCI	01:11:48
33	FRULLINI RICCARDO	LUIVAN SETTIGNANO	01:07:48	62	BUCCIARELLI PAOLO	ATLETICA TERRANUOVESE	01:11:50
34	RENZI STEFANO	AVIS ZERO POSITIVO	01:07:55	63	MASSAI TOMMASO	AVIS ZERO POSITIVO	01:11:58
35	MANNINI CLAUDIO	AVIS ZERO POSITIVO	01:08:06	64	MURA SILVIO	G. POD. LE SBARRE	01:12:01
36	RUSCI DANIELE	G.S. POLIPODI	01:08:26	65	GRAZIANI ALESSIO	AVIS ZERO POSITIVO	01:12:25
37	PELLEGRINESCHI GABRIELE	GRUPPO PODISTI RESCO 1909	01:08:37	66	MILONE GIUSEPPE	MONTELUPO RUNNERS	01:12:43
38	BORGIOI LAERTE	G.S.D. RUN...DAGI	01:08:43	67	PADUANO ANTONIO	9,92 RUNNING	01:12:47
39	ORLANDI MICHELE	SUBBIANO MARATHON	01:08:51	68	DE MITE URBANO		01:12:52
40	TACCONI ALBERTO	FIRENZE SOCIAL RUNNER	01:08:52	69	NESPOLI ALESSANDRO	U.P. POLICIANO AREZZO ATL.	01:13:11
41	RIZZI LEONARDO	AVIS ZERO POSITIVO	01:09:04	70	VANNUCCI RICCARDO	PODISTICA AGLIANESE 1980	01:13:28
42	TORDAZZI ANDREA	G.P. C.A.I. PISTOIA	01:09:09	71	RONCOLINI ALESSIO	ATL.SANGIOVANNESSE 1967	01:13:35
43	CHIPARO LEANDRO		01:09:10	72	RIPARI LORENZO	WELOVEINSULINA TEAM	01:13:56
				73	LASCIALFARI LUCA	. MARCIATORI MUGELLO	01:13:57
				74	PELLEGRINI LORENZO	G.P. PARCO ALPI APUANE	01:14:44
				75	BERTI PAOLO	ATLETICA SINALUNGA	01:15:03
				76	FORTI ALESSANDRO		01:15:11
				77	RIGONI NICOLA	LUIVAN SETTIGNANO	01:15:17
				78	LACRIMINI IVAN	ATL. SESTINI FIAMME VERDI	01:15:19
				79	BECHERINI PAOLO	G.S. VALDELSA RUNNERS	01:15:40
				80	LOGLI ANDREA	PODISTICA AGLIANESE 1980	01:15:46
				81	LUCATUORTO MATTIA		01:15:59
				82	CALDAROLA FILIPPO	LUIVAN SETTIGNANO	01:16:08
				83	D'ARRIGO ALESSANDRO	CLUB SPORTIVO FIRENZE	01:16:37
				84	SCHICCHI MARCO	U.P. POLICIANO AREZZO ATL.	01:16:41
				85	GABBRIELLI MIRCO	AVIS ZERO POSITIVO	01:17:03
				86	CASSARA CHRISTIAN		01:17:17
				87	ROSSI FRANCESCO	AVIS ZERO POSITIVO	01:17:21
				88	MOZZORECCHI FABIO	ISOLOTTO APD	01:17:49
				89	RUFFO ALBERTO	AVIS ZERO POSITIVO	01:18:00
				90	CAPASSO GAETANO	ATLETICA SAN TEODORO	01:18:41
				91	POGGESI SIMONE	GRUPPO PODISTI RESCO 1909	01:18:45
				92	BURBERI JONATHAN		01:18:47
				93	GIACCARI MASSIMILIANO	POLISPORTIVA ELLERA	01:19:03
				94	MOROCHO S. JOSE LUIS	LIBERTAS LA TORRE PONTASSIEVE	01:19:50
				95	MUZZURRU RENZI EMILIANO		01:20:18
				96	GIANNINI EMANUELE	ATLETICA SINALUNGA	01:20:21
				97	ANICHINI MATTEO	ATL. CASTELLO	01:20:33
				98	PISTOLESI DUCCIO	POLISPORTIVA ELLERA	01:20:56





99	BONAIUTI FRANCESCO	LIBERTAS LA TORRE PONTASSIEVE	01:21:19	127	COZZOLINO ANDREA		01:33:22
100	PAPI MASSIMO	G.S. VALDELSA RUNNERS	01:21:48	128	TONFONI ALBERTO	ATLETICA MONTECATINI	01:37:05
101	CAMMILLI ALBERTO	POLISPORTIVA ELLERA	01:22:26	129	MONDUCCI STEFANO	POLISPORTIVA ELLERA	01:39:21
102	SERAFINI DANIELE		01:22:34	130	NARDI AUGUSTO	POL. OLTRARNO	01:40:25
103	LEPORE ALESSIO	FIRENZE SOCIAL RUNNER	01:22:41	131	MASINI MATTEO		01:44:05
104	BONCI CLAUDIO	LA CHIANTINA	01:22:45	132	GRISENTI CRISTIANO	IMPRUNETA RUNNING	01:46:43
105	ZAMPOLI SIMONE	TRAIL RUNNING PROJECT	01:23:05	133	DE NICOLO' SIMONE	IMPRUNETA RUNNING	01:46:50
106	TARCHI DANIELE	LUIVAN SETTIGNANO	01:23:51	134	SANTINI FEDERICO	BERGAMO STARS ATLETICA	01:48:34
107	FLASZEWSKI ADAM	SPORTOWY KAZMIERZ	01:23:59				
108	MADIAI LORENZO		01:24:02				
109	CAMA MICHELANGELO	LA FONTANINA	01:24:19				
110	BAZZI GIACOMO	LIBERTAS LA TORRE PONTASSIEVE	01:24:39				
111	PIERAGNOLI MIRCO	G. POD. LE SBARRE	01:25:29				
112	CALDINI ANDREA	AVIS ZERO POSITIVO	01:25:37				
113	RENI NICCOLÒ	AVIS ZERO POSITIVO	01:26:11				
114	PESCINI JURIJ		01:26:15				
115	BELLACCI LUCA	GRUPPO PODISTI RESCO 1909	01:26:18				
116	CASINI FRANCESCO	SUBBIANO MARATHON	01:26:18				
117	DE CESARIS FRANCESCO		01:26:43				
118	PERRONE GIUSEPPE	POL. OLTRARNO	01:27:45				
119	SANESI MASSIMILIANO	IMPRUNETA RUNNING	01:28:19				
120	TANTULLI FRANCESCO	POLISPORTIVA ELLERA	01:28:43				
121	GUZZO STEFANO	TOSCANA ATL.EMPOLI NISSAN	01:30:17				
122	BERTELLI SEBASTIANO	G.S. VALDELSA RUNNERS	01:30:54				
123	BORSELLI ANDREA	PODISTICA CHIESANUOVA	01:31:00				
124	SCEUSA FEDERICO	LA FONTANINA	01:31:31				
125	VANNUCCINI DAVIDE	SOCIETÀ TRIESTE	01:31:59				
126	MELI LEONARDO	ATLETICA FUTURA	01:33:16				





VET F

1	TOMASZUN MONIKA	ATLETICA SINALUNGA	01:14:09
2	MENINI BENEDETTA	G.S. VALDELSA RUNNERS	01:16:46
3	PORRY PASTOREL SARA	POLISPORTIVA ELLERA	01:21:58
4	TESTAI HYUN SOOK VERONICA	9,92 RUNNING	01:24:42
5	CAROVANI ALESSANDRA	G.S. LE PANCHE CASTELQUARTO	01:25:32
6	FARINA ANTONELLA	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	01:26:12
7	GIOVANNOZZI CLAUDIA	CLUB SPORTIVO FIRENZE	01:26:15
8	PACINI TIZIANA	GRUPPO PODISTI RESCO 1909	01:26:30
9	COLLIGIANI LINDA	AVIS ZERO POSITIVO	01:27:46
10	CUSELLO ROSA	RUNNERS BARBERINO	01:27:48
11	POGGESI FARIDA	FIRENZE SOCIAL RUNNER	01:28:53
12	CUZZOLA MARIA GIOVANNA	TOSCANA ATL.EMPOLI NISSAN	01:28:54
13	MARIOTTI STEFANIA	CLUB AUSONIA	01:28:55
14	MARINO DONATELLA	POL. OLTRARNO	01:29:53
15	MERZARI SABRINA	VRM TEAM	01:30:24
16	AZZERLINI ELENA	UNIONE SPORTIVA NAVE	01:30:40
17	MARI PAOLA	GS LE TORRI PODISMO	01:31:48

18	LAZZINI PAOLA	G.P. PARCO ALPI APUANE	01:33:31
19	SAMMICHELI DONATA	POL. OLTRARNO	01:33:50
20	BELLI ANTONELLA	UNIONE SPORTIVA NAVE	01:34:00
21	MILNER REBECCA	VELOCLUB FLORENCE BY BIKE	01:34:28
22	DI CESARE DANIELA	G. POD. LE SBARRE	01:35:01
23	DURVAL ANNAMARIA	ATTRAVERSO RUNNING	01:35:51
24	FALAI ELISABETTA	LUIVAN SETTIGNANO	01:38:44
25	EGNI FRANCESCA	MARCIATORI ANTRACCOLI	01:38:53
26	DEMETER ORSOLYA	GS LE TORRI PODISMO	01:39:37
27	ORLANZA ALESSANDRA	SEMPREDICORSA	01:40:15
28	DI SANTO MARTA		01:41:14
29	ROSATI PAOLA	G.S. PIEVE A RIPOLI	01:41:46
30	LIBERALE DEBORAH	PODISTICA SOLIDARIETA'	01:42:32
31	BECCHI SERENA	MARCIATORI MUGELLO	01:43:22
32	MORI LINDA	ATLETICA FUTURA A.S.D	01:45:04
33	CAMPANI ELENA		01:59:16

VET M

1	GONFIANTINI FEDERICO	G.P. PARCO ALPI APUANE	01:03:57
2	RICCI LUIGI	AVIS ZERO POSITIVO	01:05:29
3	RASTELLI ANDREA	A.S.C.D. SILVANO FEDI	01:05:59
4	STIACCI STEFANO	G.S.IL FIORINO	01:07:09
5	PONZALLI ROBERTO	9,92 RUNNING	01:07:41
6	BALLI MASSIMILIANO	PODISTICA QUARRATA	01:07:55
7	PAPI ALESSIO	RISUBBIANI 2008	01:08:14
8	ARRETINI ANDREA	A.S.C.D. SILVANO FEDI	01:08:20
9	DE MATTEO FABIO	ATL.SANGIOVANNESE 1967	01:08:33
10	MATTONAI GIOVANNI	LUIVAN SETTIGNANO	01:08:51
11	TAGLIATI MASSIMILIANO	AVIS ZERO POSITIVO	01:09:43
12	PACINI ALESSANDRO	ATL.SANGIOVANNESE 1967	01:10:09
13	TOMMASI GIOVANNI	G.P. PARCO ALPI APUANE	01:10:17
14	PASQUALETTI STEFANO	G.S. VALDELSA RUNNERS	01:11:03
15	FERNANDEZ H. FRANCISCO R.	RUNNERS BARBERINO	01:11:29
16	DAGUIN FABRICE	FIRENZE SOCIAL RUNNER	01:11:54
17	LANDI FRANCESCO	TOSCANA ATL.EMPOLI NISSAN	01:11:59
18	GUERRI LUCIANO	POL. RINASCITA MONTEVARCHI	01:12:55
19	FERRARI ANTONY	ATL.PIETRASANTA VERSILIA	01:12:57
20	MAGGINI MARCO	TOSCANA ATL.EMPOLI NISSAN	01:13:24
21	PILATI MARIO	G.S.D. RUN...DAGI	01:13:44
22	PARRI ENRICO	LUIVAN SETTIGNANO	01:13:47
23	VENTURI FABIO	LUMEGALTORENO	01:14:05
24	SANTONI LEONARDO	G.S.IL FIORINO	01:15:31
25	GORI MASSIMO	LA FONTANINA	01:15:34
26	RINALDI FRANCESCO	PODISTICA VAL DI PESA	01:15:38
27	CHIOSTRI ALESSANDRO	ATL. CASTELLO	01:15:40
28	FILIPPETTI ENRICO	AURORA MONTALE	01:15:50





29	ZANGHERI MASSIMO	BANDA DEI MALANDRINI	01:16:02
30	MARTINI MASSIMO	FIRENZE SOCIAL RUNNER	01:16:02
31	IOZZELLI DONATO	ELITE ATHLETES	01:16:02
32	ANTONI GIANNI	PODISTICA QUARRATA	01:16:07
33	NOCENTINI SIMONE	FIDAS GNARRO JET MATTEI	01:16:31
34	BALLERINI ADRIANO	IL PONTE SCANDICCI	01:16:40
35	ORETTI ALESSANDRO	U.P. POLICIANO AREZZO ATL.	01:17:31
36	BRICHERI C. MASSIMILIANO	CLUB SPORTIVO FIRENZE	01:18:16
37	NERI GIOVANNI		01:18:22
38	ZAPPATORE ANTONIO	G. POD. LE SBARRE	01:18:40
39	SILVESTRI ALESSANDRO	ATLETICA FUTURA A.S.D	01:18:45
40	VALLEGLI PATRIZIO	LE SBARRE	01:19:16
41	MARESCOTTI PAOLO	LA FONTANINA	01:19:23
42	TOMASZUN MAREK	ATLETICA SINALUNGA	01:19:32
43	SEGHINI ALESSANDRO	IMPRUNETA RUNNING	01:19:48
44	BALLERINI CLAUDIO	G.S.IL FIORINO	01:20:02
45	DUCHINI ROBERTO	LA CHIANTINA	01:20:26
46	PIZZAMANO RICCARDO	FIRENZE SOCIAL RUNNER	01:21:23
47	FORTE MARCO	S.S.D.S. MENS SANA 1871	01:21:46
48	SOTTANI GABRIELE	POLISPORTIVA ELLERA	01:21:50
49	NOFRONI MASSIMILIANO	LA CHIANTINA	01:22:23
50	CUGNETTO NATALE	POLISPORTIVA ELLERA	01:22:52
51	CESERI RICCARDO	POLISPORTIVA ELLERA	01:23:15
52	PETRUCCI ANTONIO	ISOLOTTO APD	01:23:22
53	MISCHI NICOLA	ISOLOTTO APD	01:23:27





54	GASPARI NICOLA	ATL. CASTELLO	01:24:05	70	PICCARDI GABRIELE	GRUPPO PODISTI RESCO 1909	01:31:50
55	MARTELLI MASSIMO	POLISPORTIVA ELLERA	01:24:30	71	PIAZZINI ALESSANDRO	IL PONTE SCANDICCI	01:32:21
56	FILIPPELLI CLAUDIO	G.S.D. RUN...DAGI	01:24:43	72	ZANI GIANCARLO	CARICENTRO	01:32:50
57	MARIOTTI FAUSTO	G.S. PIEVE A RIPOLI	01:25:18	73	LEO ROBERTO	ASSI GIGLIO ROSSO FIRENZE	01:34:28
58	FRULLI SIMONE	GS LE TORRI PODISMO	01:25:23	74	MILANI MANUEL	U.P. POLICIANO AREZZO ATL.	01:34:49
59	BITTINI SIMONE	CLUB SPORTIVO FIRENZE	01:26:17	75	MOLINARO RAFFAELE	G.S.D. RUN...DAGI	01:35:01
60	MORANDI VIERI	G.S. VALDELSA RUNNERS	01:26:21	76	VINCIGUERRA ROBERTO	IL PONTE SCANDICCI	01:35:21
61	FONTANELLI DAVID	G. POD. LE SBARRE	01:26:36	77	MATTEI ALESSANDRO	RISUBBIANI	01:35:40
62	ULIVI ALESSANDRO	MARCIATORI MUGELLO	01:27:44	78	LIBONE VINCENZO	GRUPPO PODISTI RESCO 1909	01:35:53
63	BIGOZZI FRANCESCO	ATTRAVERSO RUNNING	01:29:13	79	AMADORI MASSIMO	CLUB AUSONIA	01:36:15
64	RADDI ANDREA		01:29:17	80	NEMI SANDRO	CLUB SPORTIVO FIRENZE	01:37:07
65	MATTEUZZI SIMONE	GS LE TORRI PODISMO	01:29:58	81	AGRESTI SIMONE	GS LE TORRI PODISMO	01:39:14
66	CASTAGNINO MASSIMO	CLUB SPORTIVO FIRENZE	01:30:24	82	BUNAZZA MARCO	G.S. POLIPODI	01:39:29
67	CALLAIOLI RICCARDO	S.S.D.S. MENS SANA 1871	01:30:42	83	CAPORALI RICCARDO	POLISPORTIVA ELLERA	01:39:59
68	MUGNAINI GIAMPAOLO	CLUB SPORTIVO FIRENZE	01:30:49	84	SERVINO SALVATORE	CLUB SPORTIVO FIRENZE	01:40:13
69	SENSINI GIOVANNI BATTISTA	ATL.SANGIOVANNESE 1967	01:30:50	85	GRASSI GIANLUCA		01:42:34
				86	MARTINELLI ROBERTO	LA CHIANTINA	01:43:05
				87	BOSCHI ALESSANDRO	SEVEN SAVIGNANO SUL RUBICONE	01:43:40
				88	CAROSI DINO	LA GALLA	01:47:16
				89	TACCONI SIMONE	UNIONE SPORTIVA NAVE	01:50:26



ARG F

1	FERA PATRIZIA	MONTECATINI MARATHON	01:34:37
2	CHENET STEFANIA	MORELLO RUNNERS	01:36:19
3	FARCI SIMONETTA	GRUPPO PODISTICO ROSSINI	01:38:14

ARG M

1	GUADAGNINI GIUSEPPE	MONTECATINI MARATHON	01:05:33
2	D'AIUTO GIUSEPPE	ISOLOTTO APD	01:11:32
3	MORICCA MAURO	RINASCITA MONTEVARCHI	01:12:41
4	TOFANELLI ALBERTO	TOSCANA ATL.EMPOLI NISSAN	01:14:19
5	SCAGLIA GIANMARCO	U.P. POLICIANO AREZZO ATL.	01:16:00
6	BARTOLINI LUCIANO	MORELLO RUNNERS	01:16:13
7	BARBERINI PIETRO	IL GREGGE RIBELLE	01:17:53
8	MORBIDELLI OSCAR	G.S. MAIANO	01:18:22
9	MANSI MARCO	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	01:19:35
10	LOMBARDI ROBERTO	GS ATL. SIGNA	01:20:11
11	MANDOLA MAURIZIO	LIBERTAS LA TORRE PONTASSIEVE	01:21:52
12	MAGNIFICO MICHELE	ATL.SANGIOVANNESE 1967	01:22:01
13	GORI CLAUDIO	A.S.C.D. SILVANO FEDI	01:22:09
14	CORTINI GIANNI	IL PONTE SCANDICCI	01:22:13
15	ROSSI FRANCO	ATLETICA CAMPI BISENZIO	01:23:01
16	CASINI MIRCO	ATL. SANGIOVANNESE 1967	01:24:21
17	BIZZARRI PAOLO	A.S.D.DRAGONERO CUNEO	01:25:54
18	MARMUGI MASSIMO	PODISTICA EMPOLESE	01:27:07
19	ORLANDINI MASSIMO	A.S.C.D. SILVANO FEDI	01:31:28
20	DELLA ROCCA RENZO	MONTECATINI MARATHON	01:31:56



21	NENCI MAURO	AVIS ZERO POSITIVO	01:34:23
22	SOTTILE GIUSEPPE	G.S. VALDELSA RUNNERS	01:34:31
23	ANSELMI GIANNI	SEVENLIFE SSD	01:34:44
24	MELANI ALESSANDRO	RISUBBIANI 2008	01:35:22
25	BELLOSI ALBERTO	PODISTICA VAL DI PESA	01:36:13
26	VAGNUZZI CARLO	ATLETICA PONTICINO	01:37:45
27	CHEROTTI STEFANO	IL PONTE SCANDICCI	01:37:49
28	DONI LORENZO	MORELLO RUNNERS	01:38:01
29	BALDINI CARLO	RISUBBIANI 2008	01:40:07
30	GALLO FRANCESCO	LA FONTANINA	01:40:15
31	TELLAN GILBERTO		01:41:42
32	QUARANTA EMANUELE	G.S. PIEVE A RIPOLI	01:41:46
33	BARTOLINI PIERLUIGI	RISUBBIANI 2008	01:44:55
34	FAVELLI MARIANO	CLUB SPORTIVO FIRENZE	01:46:15
35	MARTINO ANTONIO	U.P. POLICIANO AREZZO ATL.	01:46:45
36	DI GIOIA NICOLA	GS ATL. SIGNA	01:23:00

ORO F

1	SANTINI SONIA	G.S. PIEVE A RIPOLI	02:05:57
---	---------------	---------------------	----------

ORO M

1	BELLINI GIACOMO ALESS.	PODISTICA QUARRATA	01:28:54
2	VITELLARO ROSARIO S.	MARCIATORI ANTRACCOLI	01:38:53
3	BUTINI MAURIZIO	IL PONTE SCANDICCI	01:42:14
4	BITTARELLI NATALE	UNIONE SPORTIVA NAVE	01:42:42



Marcello grazie!

È stato consegnato a Marcello Agnelli il crest in cotto della ETS Regalami un sorriso per ringraziarlo della collaborazione.



G.P. Resco, grazie del generoso contributo liberale dalla Reggello-Vallombrosa



È oramai ventennale il vostro affetto per Regalami un sorriso che ci ha designato Media Partner e fotografi ufficiali dell'evento. Un vicendevole affetto lega chi scrive, la ETS Regalami un sorriso e la Resco Reggello. Erano i primi anni del nuovo secolo quando dopo le premiazioni della gara Reggello Vallombrosa, vengo invitato al tradizionale pranzo che tutti gli anni viene organizzato nel rifugio della Forestale. Alla fine del pranzo decidiamo di effettuare la foto di rito e mentre tutti si stanno schierando a favore del sole e delle riprese fotografiche suona il telefono. Chi può essere verso le 14 di domenica? È un numero che ben conosco, è quello del centralino del CRO (Centro riferimento oncologico)

di Aviano dove ho trascorso oltre un anno in chemioterapia. Una vampata mi avvolge la faccia ed è come se tutto il mondo intorno si fermasse. Aspettavo l'esito degli esami di controllo che avevo fatto in settimana, ma non mi aspettavo una chiamata. Il cuore è come se si fermasse e... E' il dottore che mi ha in cura che mi chiama, ed a quel punto la mente vola in mille congetture... Tutte catastrofiche! Ed invece una voce allegra mi dice: Piero ti ho trovato piuttosto preoccupato in settimana, e visto che proprio ora mi sono arrivate le risposte agli esami ho voluto chiamarti subito: È TUTTO FINITO! IL TUMORE SI È NEGATIVIZZATO! Ringrazio, farfuglio qualcosa e ringrazio ancora e riattac-

cando comincio a piangere e mi accorgo che ho tutti schierati lì davanti che aspettano la foto... Con un filo di voce dico: Siete i primi a cui do la notizia, mi hanno chiamato dall'ospedale: SONO GUARITO! Ed è come lo scoppio del carnevale!! Abbracci, baci, auguri, pacche sulle spalle ed ancora baci e forse ci siamo anche scordati di fare la foto. Ecco com'è che la Resco Reggello mi ha adottato come Media Partner e fotografo ufficiale della gara. Anche oggi si è ripetuto il rito: Le foto ed il consueto contributo liberale per Regalami un sorriso, ma è il tornare a Reggello che non ha prezzo. Grazie amici anche oggi è stata una giornata magnifica passata insieme.

Piero Giacomelli

NS *nencinisport*

SALDI 50%
fino al



new balance

asics

mizuno

HOKA
TIME TO FLY™

BROOKS

adidas

NENCINISPORT.COM

Quarrata (PT) 6 luglio 2023

Palio dei Rioni

Una piazza stracolma ad applaudire gli staffettisti


Una stratosferica Stefania Bargiacchi della Lupa fa sognare il proprio rione infliggendo alle avversarie quasi 20 secondi di vantaggio, che alla piazza sono sembrati irrecuperabili, ma il rione del Drago nei vari cambi, giro su giro, assottiglia il vantaggio fino al sorpasso. La gara resta quasi in stallo con Fabio Luccioletti dell'Istrice che sembra ribaltarne l'esito assestando la miglior prestazione sul doppio giro, di circa 1300 mt. Deciso cambio di ritmo quando gli uomini migliori entrano in pista e la gara diventa una cavalcata trionfale per il Drago che consegna il testimone



a Fausto Innocenti con oltre 1 minuto di distacco ed a quel punto è solo una formalità. Negli ultimi due giri il "Grillo" così è soprannominato "Faustino" non si risparmia e taglia il traguardo con le braccia al cielo. Bella l'atmosfera della piazza gremitissima che ha caldamente partecipato alle emozioni dei cambi. Partenza allo sparo del Sindaco Gabriele Romiti e premiazioni a cura dell'assessore Tommaso Scarnato insieme presidente della banca Alta Toscana Alberto Banci ed al presidente del Palio dei Rioni Roberto Leggieri. Servizio fotografico a cura della ETS Regalami un sorriso.

Classifiche di categoria

Palio dei Rioni



ASS F

1	FABBRO RACHELE	G.S. LAMMARI LUCCA	32'59"
2	CERFEDA ELENA	G.P. CAI PISTOIA	33'40"
3	BAMBI CATERINA	G.S. RUND...DAGI	34'47"
4	PACCAVIA MARGHERITA	SILVANO FEDI PISTOIA	37'59"
5	BENTODACRUZ SUELI	ATLETICA MONTECATINI	38'44"
6	DIBISCEGLIE GIULIA	PISTOIA TRIATHLON	43'41"
7	BECHERONI MALINA	LE PANCHE CASTELQUARTO	45'34"
8	ALFARANO EMANUELA	AVIS ZERO POSITIVO	53'43"

ASS M

1	CASSI SAMUELOSKAR	ATLETICA CALENZANO	26'14"
2	MEI MASSIMO	ATLETICA CASTELLO	26'27"
3	PALLINI MARCO	ATLETICA PORCARI	26'59"
4	CECCHI SAMUELE	LA STANCA VALENZATICO	27'24"
5	GALATOLO DAVID	LUCCA MARATHON	27'28"
6	MANNUCCI IGOR	ORECCHIELLA GARFAGNANA	27'43"
7	MUSTO CLAUDIO	ORECCHIELLA GARFAGNANA	27'58"
8	CATTANO MARIANO	S.D.C.	28'00"
9	CECCARELLI FILIPPO	VIRTUS LUCCA	28'12"
10	MASSARO GIUSEPPE	MONTECATINI MARATHON	28'15"
11	GIGLI GRAZIANO	G.S. LUCCHESI	28'23"
12	LORENZINI SANDRO	I Ghibellini MASSA E COZZILE	28'29"
13	AGRUSTI VINCENZO	ATLETICA CASCINA	28'48"
14	SODINI FILIPPO	VIRTUS LUCCA	28'55"
15	LUONGO MICHAEL	ORECCHIELLA GARFAGNANA	29'09"
16	BATTISTINI NICCOLO'	LUCCA MARATHON	29'30"
17	LAZZARI EMIL	ATLETICA VINCI	29'41"
18	TEMPESTI GIACOMO	G.S. RUN...DAGI	29'56"
19	PIEROTTI MAURIZIO	G.P. PARCO ALPI APUANE	29'57"
20	ORSI FEDERICO	ATLETICA CASCINA	30'43"
21	TILOCCA MANUEL	G.P. PARCO ALPI APUANE	30'46"
22	FALASCA MARTIN	ATLETICA VINCI	30'53"
23	FANUCCHI SAMUELE	VIRTUS LUCCA	31'41"
24	TOMMEI MARCO	MONTECATINI MARATHON	31'42"
25	NOTTOLI ANTONIO	G.S. LUCCHESI	32'09"
26	DEPACE MATTEO	RUNCARD	32'24"
27	VERDICCHIO FRAANCESCO	MONTECATINI MARATHON	32'30"





28	TORCHIA ANDREA	LA STANCA VALENZATICO	32'37"
29	POSSENTINI JOHN ANTHONY	SILVANO FEDI PISTOIA	32'40"
30	SECCHI LUCA	G.S. RUND....DAGI	32'56"
31	GIANNI ROBERTO	G.P. PARCO ALPI APUANE	33'12"
32	INNOCENTI ANDREA	H2 SPORT	33'26"
33	CAPORASO MANUEL	RUNCARD	33'42"
34	CAPUANO MICHELE	FREESTYLE TRIATHLON	33'59"
35	SORINIDINI GIACOMO	G.M. ANTRACCOLI LUCCA	34'02"
36	BECHINI ALESSIO	FIRENZE SOCIAL RUNNERS	34'07"
37	CALISTRI TONI	INDIVIDUALE	34'09"
38	GIACOMELLI LORENZO	G.S. RUND....DAGI	34'14"
39	BARBINI ALESSANDRO	G.S. RUND....DAGI	34'28"
40	RUSSILLO MATTIA	LA STANCA VALENZATICO	34'32"
41	MORELLI MIRCO	G.S. PIEVEARIPOLI	34'41"
42	MESSINA CALOGERO	INDIVIDUALE	34'48"
43	GIACOMELLI ALESSIO	INDIVIDUALE	35'04"
44	GIACHETTI CRISTIAN	MONTECATINI MARATHON	35'42"
45	TOMMEI MICHELE	COMPUTER GROSS	35'57"
46	ABENI PAOLO	ATLETICA BORGO A BUGGIANO	36'07"
47	RASO SAMUELE	G.S. RUND....DAGI	36'11"
48	BORGIOI LAERTE	G.S. RUND....DAGI	36'13"
49	ZEREGLIERI ALDO	ATLETICAPESCIA	37'01"





50	MEUCCI LORENZO	INDIVIDUALE	37'29"	9	ANDREI MICHAELA	ATLETICA PORCARI	52'01"
51	FANUCCI SIMONE	MONTECATINI MARATHON	37'47"	10	FISCHER SZILVIA	G.S. RUND....DAGI	52'02"
52	GUASTI GIANLUCA	COMPUTER GROSS	38'02"	11	MIGLIORATI LOREDANA	G.S. RUND....DAGI	52'03"
53	TINTORI FABIO	G.S. RUND....DAGI	38'22"	12	BRUNETTI MARIALUISA	G.S. RUND....DAGI	53'42"
54	LELLI ANDREA	G.S. LUCCHESI	39'06"	13	LAZZINI PAOLA	G.P. PARCO ALPI APUANE	39'31"
55	FREGOSI SIMONE	A.FA.PH. MASSA	39'23"				
56	MORO CRISTIAN	FREESTYLE TRIATHLON	39'35"				
57	VIOLANI MICHELE	INDIVIDUALE	43'55"				
58	SERRA MARCO	FREESTYLE TRIATHLON	46'00"				
59	MICHELONI MARCO	MONTECATINI MARATHON	51'32"				

VET F

1	LUPI DAMIANA	ATLETICA VINCI	32'15"				
2	GORI DANIELA	ORECCHIELLA GARFAGNANA	37'05"				
3	PACINI TIZIANA	MONTECATINI MARATHON	39'12"				
4	FERRONI CATERINA	MARCIATORI MARLIESI	43'03"				
5	IACONIELLO GIOVANNA	MONTECATINI MARATHON	43'57"				
6	MORINI MICHELA	MONTECATINI MARATHON	50'44"				
7	CEROFOLINI MOIRA	MONTECATINI MARATHON	50'45"				
8	CASINI SABRINA	MONTECATINI MARATHON	51'31"				

VET M

1	DAVINI GIORGIO	G.P. PARCO ALPI APUANE	28'35"
2	FEDERICI ANDREA	G.S. RUND....DAGI	30'11"
3	PAYTA MATTEO	LA STANCA VALENZATICO	30'25"
4	BIANCHINI DAVID	ATLETICA MONTECATINI	30'29"
5	MATTEI MARCO	G.P. PARCO ALPI APUANE	30'39"
6	CASTELLACCI DUCCIO	COMPUTER GROSS	31'13"
7	VIVARELLI NICOLA	SILVANO FEDI PISTOIA	31'16"
8	RINALDI GABRIELE	MONTELUPO RUNNERS	31'36"
9	TOCCHINI MASSIMO	MONTECATINI MARATHON	31'39"
10	BOZZI MAURIZIO	ATLETICA MONTECATINI	32'04"
11	SALANI ALESSANDRO	ORECCHIELLA GARFAGNANA	32'17"
12	MARTINI ANTONIO	ORECCHIELLA GARFAGNANA	32'27"
13	BONINI MARIO	G.P. PARCO ALPI APUANE	32'47"





14	BALDI ALESSIO	PODISTICA MEDICEA	33'02"
15	PAOLINI ALESSIO	PISTOIA ATLETICA	33'29"
16	MANETTI MASSIMO	ATLETICA VINCI	33'32"
17	BIANCHINI CARLO	ATLETICA CAMAIORE	33'44"
18	CAPORALE	INDIVIDUALE	33'49"
19	MALTAGLIATI PAOLO	G.S. RUND...DAGI	33'51"
20	FIORDI STEFANO	U.S. NAVE	34'04"
21	FALASCA CLAUDIO	INDIVIDUALE	34'05"
22	MAGNANI FRANCESCO	G.S. RUND...DAGI	34'29"
23	FRANCESCHI FILIPPO	INDIVIDUALE	34'39"
24	VALLEGGI PATRIZIO	LE SBARRE TITIGNANO	34'40"
25	FRANCHINI LUCA	G.S. PIEVEARIPOLI	35'11"
26	MALCOTTI MARCO	P8 RUNNING ROMA	35'13"
27	BASTIANELLI FABRIZIO	G.M. ANTRACCOLI LUCCA	35'21"
28	MARIANI MANUELE	PCR HITACHI PISTOIA	35'52"
29	DAVINI GIULIO	G.M. ANTRACCOLI LUCCA	35'59"
30	DALLAGO LUDMILLO	G.P. PARCO ALPI APUANE	36'58"
31	MOLINARO RAFFAELE	G.S. RUND...DAGI	37'45"
32	FILIPPELLI CLAUDIO	G.S. RUND...DAGI	38'08"
33	D'ONOFRIO ANTONIO	G.S. RUND...DAGI	39'34"
34	PIZZA EMILIO	INDIVIDUALE	39'37"
35	LOTTI PAOLO	RUNCARD	40'01"
36	PACINI WALTER	PODISTICA QUARRATA	41'59"

ARG F

1	IZZO NUNZIA	MONTECATINI MARATHON	45'34"
2	BARNINI ANTONELLA	INDIVIDUALE	47'29"

ARG M

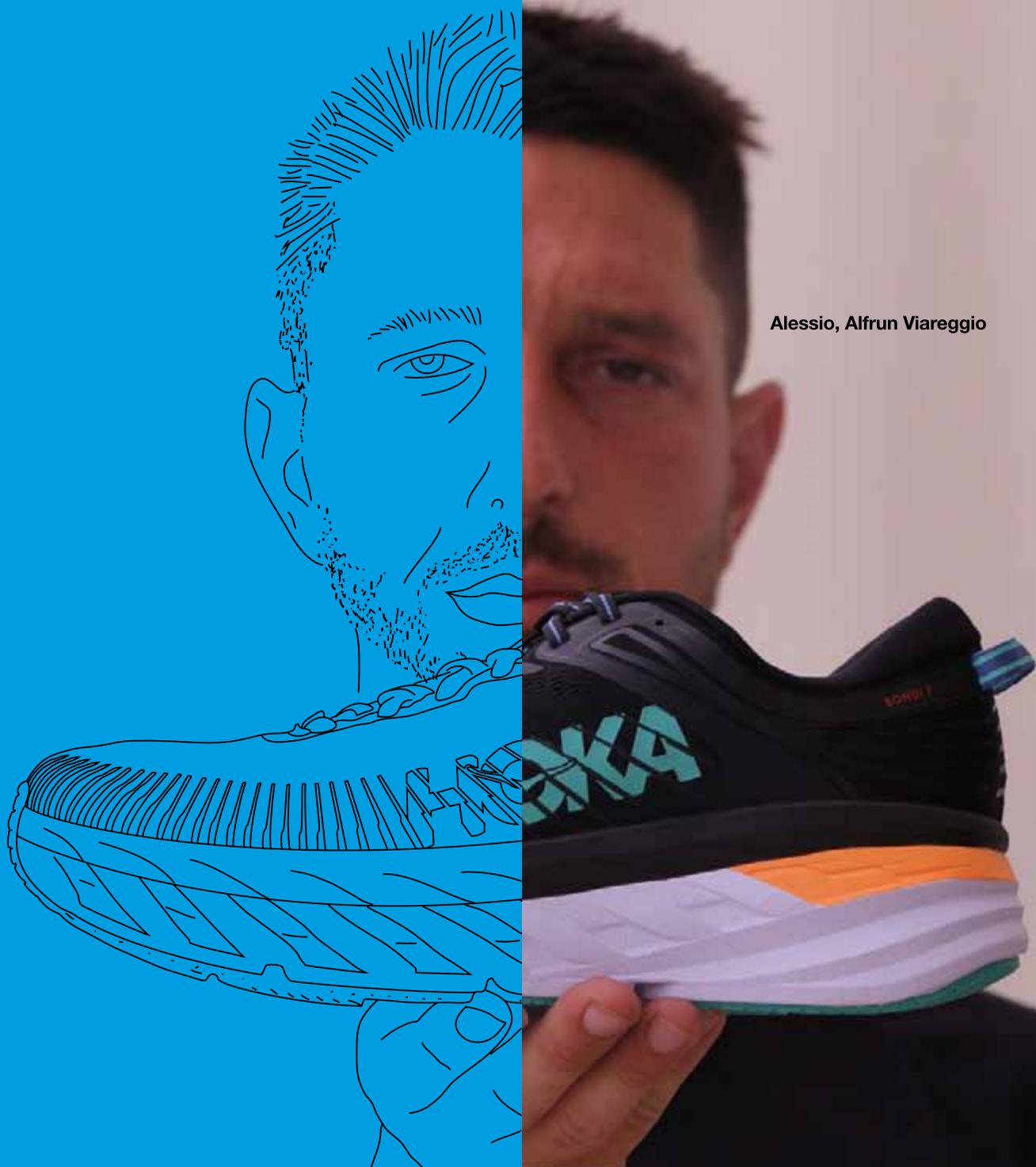
1	OSIMANTI MARCO	G.P. PARCO ALPI APUANE	30'17"
2	ORSI RENATO	ATLETICA AMARANTO	32'18"
3	FREDIANI MILENO	MONTECATINI MARATHON	33'10"
4	PAPUCCI ROBERTO	ATLETICA PORCARI	33'15"
5	BERTOCCHINI ROBERTO	G.S. CAMIGLIANO	33'48"
6	MATTEONI ADRIANO	ORECCHIELLA GARFAGNANA	34'13"
7	PARLANTI MASSIMO	ATLETICA MONTECATINI	34'59"
8	BOLOGNESI RINALDO	ATLETICA VINCI	36'02"
9	OLMI LUCA	SILVANO FEDI PISTOIA	36'18"
10	POLITANO ROBERTO	INDIVIDUALE	36'24"
11	CHIAVACCI PAOLO	G.S. RUND...DAGI	36'29"
12	GORI CLAUDIO	SILVANO FEDI PISTOIA	36'45"
13	BECHINI LUCA	I Ghibellini MASSA E COZZILE	40'17"
14	DAMI DANIELE	ATLETICA MONTECATINI	40'37"
15	LANDUCCI CLAUDIO	G.P. PARCO ALPI APUANE	43'02"
16	IADEVAIA GIACOMO	PODISTICA QUARRATA	45'37"

ORO M

1	OLIVARI FRANCO	ORECCHIELLA GARFAGNANA	34'01"
2	MEI ROBERTO	SILVANO FEDI PISTOIA	38'11"
3	VITELLARO ROSARIO	G.M. ANTRACCOLI LUCCA	40'42"
4	GIORGI MARIO	PODISTICA PRATESE	41'19"
5	SALVADORI SIRIO	LE SBARRE TITIGNANO	42'27"
6	TESTA GIUSEPPE	LE LUMACHE MEZZANA	49'23"



alfrun.it



Alessio, Alfrun Viareggio

WEB E CORTESIA

ALFRUN È NON SOLO WEB
CORRI NEI NOSTRI PUNTI VENDITA
COMPETENZA, PREZZO E CONSULENZA



alfrun.it

v.le Margherita 49
Passeggiata a Mare, Viareggio
tel. (+39) 0584 5811019

**OUTLET
SPORT**

via Aurelia Nord 149
Viareggio
Tel. (+39) 0584 583484

Ponte Buggianese (PT) 7 luglio 2023

Trofeo Festa dell'Unità Ponte Buggianese



Grazie alla logistica della Montecatini Marathon, anche questo anno è stata allestita questa corsa podistica a corollario della Festa dell'Unità di Ponte Buggianese. Il percorso è l'ideale per correre una serata, totalmente piatto e veloce nella campa-





gne limitrofe. Minigara anche per i bambini ed al termine delle fatiche cocomero fresco ed abbondante per tutti. E poi per chi desidera fermarsi a cena il menù è ampio e variegato, si va dai piatti di mare passando per la bistecca alle pizze. Ottime e veloci le premiazioni.



EthicSport

**L'AVANGUARDIA
DELL'INTEGRAZIONE SPORTIVA**



SCOPRI COME
FUNZIONA



QUANDO IL RITMO
AUMENTA

**PER IDRATARSI
CON ENERGIA**

PER IL
FINALE DI GARA

**FORMULE BREVETTATE
PER LA TUA MIGLIOR PERFORMANCE**

Azzano (LU) 8 luglio 2023

Parco Alpi Apuane protagonista ad Azzano ai Regionali di montagna



Fine settimana di campionato di corsa in montagna per il GP Parco Alpi Apuane Team Ecoverde: ad Azzano (Seravezza) sono stati consegnati i titoli regionali e il sodalizio garfagnino è stato presente con ottime prestazioni individuali che hanno permesso la vittoria come società maschile e il secondo posto per quella femminile. Belle prove con molti podi di categoria: titolo di campione regionale per Dario Anaclerio, Enrico Manfredini, Nicola Matteucci e Claudio Simi, secondo po-





sto di categoria per Andrea Marsili, Luca Russo, Franco Cusinato, Fabrizio Santi, Andrea Bernardita Salas Palma e Flavia Cristianini, terzo posto di categoria per Stefano Simi, Mirco Pierotti, Nicola Cappelli, Adriano Mattei, Luca Biagi, Arturo Sargenti, Francesco Frediani, Francesca Tesconi e Cristina De Rocco e buone prove con punti preziosi per il campionato di societa' per Zivago Anchesi, Lorenzo Checcacci, Andrea Giovannelli, Mirco Toma,

Giorgio Davini, Paolo Cogilli, Gianfranco De Santis, Andrea Baldini, Alessandro Marlia, Luca Tomei, Marco Benvenuti, Luca Salotti, Giacomo Bruschi, Damiano Lippi, Federico Ferrarini, Roberto Formai, Andrea Pardini, Gabriele Battelli, Giampaolo Filauo, Massimo Cristofani, Vincenzo Chisari, Luca Linari, Giovanni Marra, Fabio Belletti, Luciano Bianchi, Maurizio Folegnani, Claudio Landucci, Paolo Croci, Gino Cappelli, Raffaele Zamberoni, Elena Genemisi,

Federica Pardini, Paola Lazzini, Maricica Lucaci, Cristina Montagnini, Domenica Demartis e Leonardo Pierotti. Buone prestazioni pure alla classica di Reggello (Firenze), la "Reggello - Vallombrosa", con Francesco Luparini, Simone Cimboli, Riccardo Durano, Federico Gonfiantini (primo posto di categoria), Giovanni Tommasi, Naomi Ferrari e Paola Lazzini e terzo posto di categoria per Enrico Piastra sui 1500 metri in pista a Massa.



MS



DOTT.SSA MARTINA SERVINI

NUTRIZIONISTA

Prenditi cura di te, comincia dal cibo!

Ognuno di noi è unico e inimitabile.
L'alimentazione dovrebbe tenere conto di questo
ed aiutarci a esprimere il meglio di noi stessi.

Posso aiutarti a capire
qual è il giusto modo di mangiare per TE!

Di cosa mi occupo:

- **Dimagrimento e ricomposizione corporea**
- Alimentazione in supporto a **problematiche metaboliche** (diabete, screzi glicemici e insulina, ipertensione, colesterolo...)
- Nutrizione funzionale per **problematiche gastrointestinali** (reflusso, intestino irritabile, steatosi epatica, disbiosi...)
- **Salute della donna** (candidosi, PCOS, endometriosi...)
- Alimentazione a sostegno dello **sportivo**

.. E MOLTO ALTRO ANCORA!



Per appuntamenti:

+ 39 3339215739

✉ martina.servini@gmail.com

📍 via Fosso del Masi 16, 59100, Prato

📷 [marty_nutrizione](#)



Sarzana (SP) 9 luglio 2023 - km 8,5

Su e giù per le colline di Nave



Si è corsa domenica la 1ª edizione della "Su e giù per le colline di Nave" con partenza e arrivo al circolo ARCI del quartiere Sarzanese.

La gara alla sua prima edizione è stata organizzata da Black and Yellow e SSD Calcio Nave con Pro Avis di Castelnuovo Magra e Sport Life.

Il percorso di 8,5 km lungo le strade di Nave e Sarzanello, in prevalenza pianeggiante, tranne un breve tratto nel finale, ha visto vincitori Evgeniya Kovaleva (Atl. Casone Noceto) e Federico Badiani (Montecatini Marathon).





CAT. FEMMINILE 18-35

16	GIADA BRIZZI	ATL. ALTA TOSCANA	0.41.13
25	EMMA VATTERONI	ALTA TOSCANA	0.43.52
28	GIULIA ANTINOLI	RUNCARD	0.45.29
53	COSTANZA ROSSI	SPEZIA MARATHON	1.03.12

CAT. MASCHILE 18-35

2	JACOPO CONTI	ATLET. CASTELLO	0.35.56
4	GIANMARCO FERRANDI	ATL. ALTA TOSCANA	0.36.57
5	TIZIANO FERRARI	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0.37.39
7	LORENZO PICCINOTTI	SPEZIA MARATHON	0.38.05
8	MATTIA PASQUALETTI	ATLET. CASTELLO	0.38.08

CAT. FEMMINILE 36-50

14	EVGENIYA KOVALEVA	ATL. CASONE NOCETO	0.40.44
35	TIZIANA PIZZI	ASD A.FA.P.H.	0.47.12
39	VALENTINA PIETRA	A.S.D. GOLFO DEI POETI	0.49.43
41	SERENA BUTI	MARCIATORI MARLIESI	0.51.05
45	SONIA FUREGATI	SOLVAY ALESSANDRIA	0.56.18
49	MALINA BECHERONI	LE PANCHE CASTELQUARTO	0.57.41
54	ELISA ANGELINELLI	GOLFO DEI POETI	1.05.59

CAT. MASCHILE 36-50

1	FEDERICO BADIANI	MONTECATINI MARATHON	0.35.35
2	ANDREA FALCHETTI	GAS RUNNERS MASSA	0.37.44
3	ALBERTO BARCELLONE	GOLFO DEI POETI	0.39.13
4	CESARE VALLESI	STRACARRARA	0.40.02
5	NICCOLÒ RE	RUNCARD	0.41.46
6	PUCCIARELLI LUCA	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0.42.27
7	DANIELE CATTANI	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0.46.35
8	EMILIANO LIBERATORI	ASD A.FA.P.H.	0.49.07
9	ANDREA GIUMELLI	A.S.D. GOLFO DEI POETI	1.17.36

CAT. MASCHILE 71 E OLTRE

1	ENRICO GUASTINI	RUNCARD	0.57.12
---	-----------------	---------	---------

CAT. MASCHILE 51-60

1	RICCI STEFANO	GAS RUNNERS MASSA	0.36.39
2	PAOLO GIUSTI	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0.39.00
3	FRANCESCO CONVALLI	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0.39.52
4	ROMANO BICHI	ASD A.FA.P.H.	0.40.27
5	MORENO STEFANINI	A.S.D. G.P. LA STANCA	0.40.49
6	MORENO MUSETTI	ASD POLIZIA MUNICIPALE CARRARA	0.41.40

7	ALEX BERTOLINI	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0.41.43
8	STEFANO FIORDI	NAVE U.S. A.S.D.	0.42.45
9	ANDREA CARLONI	CASONE NOCETO	0.42.56
10	GIUSEPPE CIRIVELLO	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0.43.47
11	GIORGIO GRANDI	MARATONETI GENOVESI	0.44.48
12	LUIGI EMILIO MARRÈ	STRACARRARA	0.45.17
13	PIER ALESSANDRO DATI	STRACARRARA	0.45.46
14	RICCARDO BACCI MARCHINI	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0.45.56
15	ALESSANDRO MARLIA	G.P. ALPI APUANE	0.46.35
16	MICHELE IACOVINO	CHIESANUOVA	0.51.03
17	ANDREA DUVINA	SPEZIA MARATHON	1.03.09

CAT. MASCHILE 61-70

1	RODOLFO GAGLIARDI	CREMONA CORRE ASD	0.43.36
2	LUCIANI BIANCHI	G.P. ALPI APUANE	0.46.12
3	ACHILLE CAMAIORA	ATLETICA SARZANA	0.48.38
4	MICHELE D'ALVANO	ASD ATLETICA CASCINA	0.49.24
5	MARCO MUSSI	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0.51.53
6	MASSIMO BALDINI	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0.54.34
7	EZIO PONASSI	SOLVAY ALESSANDRIA	0.56.21
8	ALBERTO FRIGERI	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0.57.20
9	MARCO VITTORIO PEREGO	AMICI SPORT BRIOSTO	1.01.21
10	GIOVANNI GIUSEPPE VENDRAMIN	LE PANCHE CASTELQUARTO	1.01.41
11	GIULIANOVECCHIÈ	GHIRLANDINA MODENA	1.07.42
12	PIERLUIGI ANGELINELLI	GOLFO DEI POETI	1.16.25



Donazioni dal Trofeo Estivo US Nave

Ringraziamo la US Nave per il generoso contributo liberale



Una estate pazzere-
la, con grande ar-
sura intervallata da
devastanti temporali col
cielo che dopo aver scari-
cato tutto il possibile, fa-
cendo anche del danno, ci
regala arcobaleni fantastici.
E nella quiete dopo la tempe-
sta ecco che la dinamica asso-
ciazione sportiva US NAVE ha
allestito sulle rive dell'Arno,
con partenza dalla sua sto-
rica sede di Rovezzano,
una magnifica corsa serale.
Percorso totalmente rinno-
vato e gara documentata
dalla ETS Regalami un Sor-





riso, grazie all'indomita Anna Maria che è voluta essere presente sobbarcandosi all'andata ore di fila per la viabilità pesantemente compromessa dal nubifragio con un viaggio di ritorno ancora più problematico tanto che solo dopo le 1 di notte è potuta rientrare a casa. Ma l'affetto per il sodalizio, il rispetto dovuto ai podisti e l'amore per Regalami un sorriso non gli hanno fatto pesare la cosa. Poi quando arriva la ciliegina sulla torta, il contributo dei dinamici marinai la festa è sempre grande.

Grazie di cuore da parte della ETS Regalami un Sorriso e da Anna Maria.





Forse ci conosci già, ma vorrei presentarti e ricordarti i nostri servizi

Siamo la redazione del sito www.runners.it, un portale che cura da anni comunicati, video, risultati, statistiche, articoli tecnici al fine di promuovere l'atletica e il running in Italia.

E' stato il primo sito web dedicato al mondo dell'atletica e corsa su strada, attivo dal 2001 (20 anni!).

Nel corso degli anni siamo stati visti da oltre **1.500.000** utenti all'anno.

Oltre al portale web abbiamo, dal 2002, una trasmissione Tv: sono

state mandate in onda oltre **850 puntate** ogni giovedì sui canali digitali di **Toscana Tv** e dal giorno successivo su Internet (**YouTube e social**).

Per oltre 15 anni abbiamo pubblicato anche la rivista mensile cartacea "Runners & Benessere", poi migrata online.

Oggi siamo presenti sulle principali **piattaforme SOCIAL** raggiungendo più di **100.000 follower** così divisi:

Pagina Facebook: +70.000 follower

<https://www.facebook.com/runnersbenessere>

Account Instagram: + 30.000 follower

<https://www.instagram.com/runners.it/>

Twitter + 8.000 follower

Youtube: +5000 follower

Cosa possiamo fare per il vostro brand o la vostra manifestazione?

Nel caso specifico possiamo offrirti l'inserimento del vostro volantino e/o banner nel nostro calendario mensile, "Calendario Toscana Runners e Benessere", Click reali verificabili 2000 al mese, Post organico sulla nostra pagina Facebook e storia instagram, Condivisione sulla pagina Facebook di Runners e Benessere e Condivisione sui nostri gruppi comunità di Runners e correndo in Toscana, dando così ulteriore visibilità alla vostra manifestazione.



Donazioni dal Trofeo Lorenzo Ottanelli

Anche in memoria di Mauro Pieroni



Per comprendere a fondo l'importanza storica e solidale del Trofeo Ottanelli bisogna tornare all'anno 2008 e parlare di quella che fu la prima edizione del Trofeo "Podismo & Atletica" e necessariamente dei suoi ideatori Fabio Fiaschi e Mauro Pieroni.

Mauro imprenditore di successo e presidente della U.P. Isolotto rileva che quello che manca nel panorama podistico fiorentino é una corsa veloce nel parco delle Cascine di Firenze che riuscisse a coniugare sport e socialità. Con le sue grandi doti di me-





diatore riesce ad organizzare un evento pensato in modo che non sia la corsa solo fine a stessa, ma che riesca a coinvolgere in una conviviale notturna a bordo piscina anche le famiglie dei podisti. La piscina delle Pavoniere, grazie alla UISP, mette a disposizione i suoi spazi. Ma per Mauro la chiusura del cerchio è quella di poter dare anche uno scopo sociale agli sforzi degli organizzatori. Viene quindi designata la Onlus Regalami un sorriso come beneficiaria del ricavato, associazione che è partecipe a tutto tondo e quando ci si accorge che il successo di partecipazione era andato ben oltre le più ottimistiche previsioni corre in aiuto fornendo quelle magliette che erano state pensate per l'al-



lestimento di un'altra gara la "Prato-Boccardiro". La gara soprattutto grazie agli uomini dell'U.P. Isolotto ed alla loro esperienza maturata in anni di organizzazione all'interno della Maratona di Firenze è un grande successo fin dalla prima edizione. Riescono ad allestire una location di gara traslocando le attrezzature necessarie dalla loro sede all'Isolotto e soprattutto a risolvere i problemi dell'ultimo momento oltre ad aver duellato in punta di fioretto con i "mille gabilli" burocratici che inevitabilmente si presentano ogni volta. La prima edizione, le immagini sono conservate sul server di Regalami un Sorriso.

https://www.regalamiunorriso.it/gallery1.php?nomedir=%2Fmnt%2Fnas12%2Fnas1%2Fmypics%2Fpodismo_atletica%2F2008%2F07.luglio%2Fpavoniere_fi



Le foto ci regalano una atmosfera serena dove niente lasciava presagire la disgrazia che sarebbe accaduta pochi giorni dopo: Lorenzo Ottanelli, atleta in forza alla U.P. Isolotto, amico di mille corse ed allenamenti vissuti insieme, ci lasciò rapito nel sonno da un destino crudele. La squadra e Mauro fortemente provati da questa perdita e decisero di cambiare il nome alla manifestazione che da quel momento in poi si sarebbe chiamata: "Trofeo Lorenzo Ottanelli". Sotto l'egida del Comando di Polizia Municipale viene quindi allestita nell'anno 2009 il primo trofeo in ricordo dell'amico scomparso. https://www.regalamiunsorriso.it/gallery1.php?nomedir=%2Fmnt%2Fnas12%2Fnas1%2Fmypics%2Fpodismo_atletica%2F2009%2F07.luglio%2F05.trofeopodismo_atletica.





Sono sempre le immagini di Regalami un sorriso quelle che documentano e tramandano le fasi della gara. Gli anni passano e purtroppo andiamo tutti incontro ad una altra grande disgrazia: Mauro lotta come un leone contro un neorblastoma cerebrale, ma la sorte è segnata ed anche lui deve arrendersi. La nuova presidenza si assume a pieno l'onere e l'onore di tenere vivo il ricordo di Lorenzo e rende Mauro di sicuro felice per l'eccellente proseguimento della strada da lui tracciata. Poi viviamo la pandemia con la necessaria sospensione ed il contingentamento presso la struttura del





Campo di Via Pio Fedi all'Iso-lotto, ma andiamo avanti con le mascherine di Regalami un sorriso. Finalmente si torna ad usufruire di nuovo degli spazi delle Cascine e dopo ben 16 anni lo spirito è sempre lo stesso: Sport e solidarietà beneficiano del lavoro dei volontari dell'Iso-lotto, la Fondazione AMI e Regalami un sorriso. Anche questo anno il ricavato destinato a Regalami un sorriso è stato di ben 360 €, ed il segnale dato è forte ed importante perché è quello che Mauro aveva sempre desiderato di fare. Grazie di esistere, di correre e ricordare gli amici.



fityourbuddy



**Zainetto tecnico
personalizzabile con
logo.**

**Tasche laterali e porta
bacchette pieghevoli.**

Minimo 200 pezzi

€12,00

**Tutto Incluso
consegna in 6ogg**

www.facebook.com/fityourbuddy

+86 185 1839 7210



Donazione da Eco Trail tra i Borghi di San Francesco e Michelangelo



Un grazie di cuore agli organizzatori per il generoso contributo liberale

https://www.regalamiunorriso.it/ECO%20TRAIL%20TRA%20I%20BORGHI%20DI%20SAN%20FRANCESCO%20E%20%20MICHELANGELO_gara-987530---24-1.html



fityourbuddy

**Bandelle personalizzate
reciclabili in tessuto Oxford
60cm*6cm*3mm di spessore**

€0,50 l'una

stampa, spedizione e tasse incluse

Quantitativo minimo ordinabile

1500pz

Consegna in 7/10gg



Lutto

Un malore rapisce Antonio Sena

Un amico gentile e premuroso con due grandi passioni la corsa e la fotografia

In una calda ed assolata giornata di luglio ci lascia Antonio, che ho conosciuto 20 anni orsono, in forza alla società sportiva Massa e Cozzile di Montecatini. Sempre pronto ad aiutare i podisti e Regalami un sorriso. Incontrarlo dopo che aveva cambiato squadra e partecipava meno al circuito podistico competitivo, andando a militare nella Podistica Galleno, era sempre una festa. La cronaca ci racconta che è stato soccorso con un defibrillatore, ma senza esito. Siamo tutti sgomenti per questa immensa perdita.

Ci manchi Antonio!





**Ciabatte slippers uomo/donna
personalizzabili con logo
Ordine minimo 200 pezzi
€8,00 il paio consegna in 20gg
€6,00 il paio consegna in 50gg
stampa e spedizione
tutto incluso**

**whatsapp +86 185 1839 7210
email: fityourbuddy@gmail.com
facebook: FitYourBuddy
instagram: fit_your_buddy**

fityourbuddy

Donne e corsa

Tripletta ai Campionati italiani Master

Maria de Lourde Quinonez Montano, vince i 100, 200 e 400 metri nella cat. F45

Stupendo risultato per la velocista della società "Le panche Castelquarto" di Firenze, Maria de Lourde Quinonez, che si è laureata tre volte Campionesse Italiana sui 100 metri, 200 metri e 400 metri per la categoria master 45 ai Campionati Italiani di atletica master che si sono tenuti lo scorso giugno ad Acireale. Con questa prestazione ha migliorato di molto quella ottenuta lo scorso anno ai Campionati master che si tennero a Grosseto e dove conquistò un oro e due argenti. Ora la concentrazione è massima verso i prossimi obiettivi di settembre dove dovrà difendere il primato assoluto come campionessa regionale ottenuto a giugno 2022 sui 100, 200 e 400 metri e dove proverà a conquistare l'alloro europeo ai campionati master di Pescara.

Auguri Maria per i prossimi impegni!



Donne e corsa

Maria de Lourde Quinonez Montano

Dalle corse podistiche su strada alla trasformazione in velocista vincente

a cura di Fabio Fiaschi

Parlaci un po' di te.

Mi chiamo Maria de Lourde Quinonez Montano ma tutti mi conoscono come Lu-lu' e sono originaria dell'Ecuador. Sono arrivata in Italia a febbraio del 2001 per fare visita a mia sorella e poi sono rimasta. Qui ho deciso di trasferirmi stabilmente e ho studiato e ho cominciato a lavorare, tuttora lavoro come OSS presso un centro di riabilitazione.

Quando è arrivata la corsa nella tua vita?

Ho sempre fatto sport, e quando ero in Ecuador praticavo pallavolo a livello amatoriale. Quando sono arrivata in Italia ho cominciato con l'atletica leggera nel salto in lungo. Invece con le corse su strada ho iniziato dal 2010 e mi sono iscritta ad una società nel 2011 cominciando a cimentarmi anche nelle gare di fondo. In questa disciplina che mi piaceva molto e nella quale ho avuto molte soddisfazioni, ritenevo però di non avere più molti stimoli e da un po' di tempo nasceva



in me la voglia di provare la corsa di velocità. Ho cominciato quindi, con non poche difficoltà ad allenarmi per i 100, 200 e 400 metri, distanze queste totalmente nuove per me con altrettante modalità di preparazione completamente differenti ma altrettanto affascinanti e stimolanti.

Come ti alleni?

Io mi alleno almeno 5 giorni su 7 ed alterno il lavoro speci-

fico in pista con allenamenti pliometrici sia in pista che in altri luoghi e con un lavoro sulla forza veloce ed esplosiva con i pesi liberi. In tutti questi aspetti sono seguita da allenatori esperti.

Segui una alimentazione o degli allenamenti specifici?

L'alimentazione sta alla base di una corretta preparazione atletica e la mia è molto rigida e variata sia per quanto riguarda gli alimenti sia per quanto concerne le quantità infatti peso tutto quello che mangio. Come alimenti privilegio alimenti freschi, molte verdure e frutta, pesce e carne bianca, riso e poca carne rossa. La pasta, il pane e i dolci li mangio molto raramente.

Trail o strada?

Non pratico più né trail né corsa su strada. Ho partecipato in passato a molte gare di trail ottenendo anche buoni risultati ma oggi per me la corsa è solo quella su pista, per la quale ritengo di avere



una genetica molto più adatta a ottenere prestazioni di livello

Recentemente hai vinto tre titoli master, ci racconti?

Agli ultimi campionati italiani di Acireale del giugno scorso mi sono laureata campionessa italiana master sui 100, 200 e 400 metri e questa tripletta è stata il coronamento di un sogno che avevo sin dall'anno scorso dove ai campionati regionali toscani avevo fatto bottino pieno con tre ori. La preparazione per arrivare al top della forma a giugno è iniziata molto lontano infatti verso dicembre ho partecipato alle gare indoor, ai campionati

italiani e i mondiali indoor in polonia. Quello che mi ha permesso di arrivare al top è stato organizzare bene gli allenamenti e recuperare bene da questi con il giusto riposo evitando in ogni modo gli infortuni.

Il tuo sogno si chiama?

Il mio sogno è fare una bella prestazione ai campionati europei di settembre a Pescara e perché no, fare un buon risultato ai futuri campionati mondiali.

Il tuo rapporto con i social?

A me piace molto il mondo dei social anche se lo uso poco. Guardo soprattutto tutto ciò che riguarda la disciplina

che pratico, seguo i professionisti italiani e stranieri e i programmi di allenamento che molti allenatori mostrano e propongono per documentarmi e arricchirmi di nuove conoscenze.

Un messaggio per chi vuol iniziare a correre o a camminare?

Praticare sport ma anche soltanto passeggiare sono importanti perché fanno bene sia fisicamente che mentalmente e quindi lo raccomando sempre a tutti. La prevenzione delle malattie cardiovascolari passa principalmente da queste attività sempre accompagnate da una corretta alimentazione.



Maratona di Valencia 3 Dicembre 2023



PACCHETTI ESCLUSIVI TRAVELMARATHON

Volo speciale da Roma +
Hotel **** Ufficiale degli italiani
Rey Don Jaime a 400 m dalla
zona di partenza

da 478 Euro

(solo per i primi 100 iscritti)

Servizi esclusivi solo con Travelmarathon

- Hotel 3*, 4* o 5* solo nei pressi della partenza/arrivo;
- Pettorale Maratona a **110 Euro**;
- Transfer inclusi per tutti i voli con assistenza in aeroporto al vostro arrivo;
- Tour della città con guida locale e tanto altro.

Ti sembrerà di correre sull'acqua!

Informazioni e prenotazioni

travelmarathon.it - info@travelmarathon.it

Telefono: +39 055-453646



travelmarathon.it



Praga	21 KM	2 APR SOLD OUT
Parigi	42 KM	2 APR SOLD OUT
Berlino	21 KM	2 APR RECORD DEL MONDO SOLD OUT
Madrid	42 - 21 - 10 KM	23 APR ULTIMI POSTI
Praga	42 KM	7 MAG ULTIMI POSTI
Edimburgo	42 - 21 - 10 KM	28 MAG
Stoccolma	42 KM	3 GIU
Berlino 	42 KM	24 SETT
Lisbona	42 - 21 - 8 KM	8 OTT
Chicago 	42 KM	8 OTT
Valencia	21 KM	22 OTT RECORD DEL MONDO
New York 	42 KM	5 NOV
Atene	42 - 10 - 5 KM	13 NOV
Gran Canaria	42 - 10 KM	19 NOV
Valencia	42 KM	3 DIC

RACE ADVISOR

Valuta l'evento e resta informato

RaceAdvisor nasce con lo scopo di aiutare la comunicazione del mondo del running e per rendere un servizio utile a tutta la comunità dei podisti, professionisti o amatoriali.

Oltre a news, articoli tecnici, video, classifiche è stata creata anche una sezione specifica per poter valutare tutte le manifestazioni podistiche presenti in RaceAdvisor.

L'obiettivo è semplice. consentire a tutti di poter scegliere nel miglior modo possibile a quale manifestazione partecipare.

<https://www.raceadvisor.run/#gsc.tab=0>

HOME NEWS VALUTA L'EVENTO ARTICOLI TECNICI MULTIMEDIA CLASSIFICHE CONTATTI

News nazionali/int
Sfiorata quota 1500 iscritti al 23° Giro Lago di Resia del 15 luglio
03/07/2023

Valuta l'evento

Calendario eventi

Articoli tecnici

Donazioni Regalami un Sorriso

Defibrillatore

180


La ETS regalami un sorriso ha consegnato alla delegazione del Corpo militare della Croce Rossa italiana centro di mobilitazione Tosco Emiliano il suo 180 esimo defibrillatore. Quando abbiamo cominciato questo service a favore della prevenzione cardiorespiratoria, dice il presidente del sodalizio Piero Giacomelli, mai avrei pensato di riuscire a donare un così alto numero di macchine salvavita. Ed i risultati si vedono, perché solo lo scorso anno sono state salvate 3 persone che portano a 10 il numero dei successi.

Ricordiamo che i proventi dell'associazione sono essenzialmente il frutto del servizio fotografici alle gare podistiche.

Ricordatevi di noi per il 5 x 1000



Via Botticelli 29 - 59100 Prato

SERVIZI FOTOGRAFICI

E TANTO ALTRO...

La **ETS REGALAMI UN SORRISO** persegue tramite la propria organizzazione di volontariato, senza finalità lucrative, l'attività di progettare, istruire, organizzare, dirigere e coordinare manifestazioni culturali, sportive, tecniche, artistiche con lo scopo di arrecare benefici a persone svantaggiate dal punto di vista delle condizioni fisiche, psichiche ed economiche.

DONA IL 5 x 1000 ALLA ETS REGALAMI UN SORRISO

Scelta per la destinazione del cinque per mille dell'IRPEF (in caso di scelta FIRMARE in UNO degli spazi sottostanti)

SOSTEGNO DEGLI ENTI DEL TERZO SETTORE ISCRITTI NEL RUNTS DI CUI ALL'ART. 46, C. 1, DEL D.LGS. 3 LUGLIO 2017, N. 117, COMPRESSE LE COOPERATIVE SOCIALI ED ESCLUSE LE IMPRESE SOCIALI COSTITUITE IN FORMA DI SOCIETÀ, NONCHÉ SOSTEGNO DELLE ETS ISCRITTE ALL'ANAGRAFE

FIRMA

Codice fiscale del beneficiario (eventuale)

9	2	0	7	6	1	7	0	4	8	6
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

È semplice. Devi solo apporre la tua firma e scrivere il nostro codice fiscale nel primo riquadro in alto riservato alle ETS nel modello della dichiarazione dei redditi o C.U.

Sito web: www.regalamiunsorriso.it

BANCA IFIGEST C/C 1-001487-6 FILIALE 1 AGENZIA 04 FILIALE DI PRATO - IBAN IT41 2031 8521 5000 0001 0014 876



Atletica Immagine

*Rivista sportiva
con finalità
sociali e solidali con
pubblicazioni settimanali*

Proprietario
ETS Regalami un Sorriso
C.F. 92076170486 con sede
in Prato, Via Botticelli 27

Legale responsabile
Piero Giacomelli

Direttore responsabile
Veziro Trifoni

Grafica e impaginazione
Andrea Grassi

Regalami un Sorriso ETS Rendiconto per cassa anno 2022



È STATO APPROVATO IN DATA 27/06/2023 IL RENDICONTO PER CASSA ANNO 2022 ETS REGALAMI UN SORRISO GIA' ONLUS. Come previsto secondo gli schemi e modalità stabilite dall'art.13 del Codice del terzo Settore DLgs n. 117/2017 e successive integrazioni.

USCITE	31/12/2022	31/12/2021
A) USCITE DA ATTIVITÀ DI INTERESSE GENERALE		
1) Materie prime, sussidiarie, di consumo e di merci	1120,80	1736,79
2) Servizi	8578,04	10386,24
3) Godimento beni di terzi	0,00	0,00
4) Personale	0,00	0,00
5) Uscite diverse di gestione	15868,23	5113,95
Totale	25567,07	17236,98
B) USCITE DA ATTIVITÀ DIVERSE		
1) Materie prime, sussidiarie, di consumo e di merci	0,00	0,00
2) Servizi	0,00	0,00
3) Godimento beni di terzi	0,00	0,00
4) Personale	0,00	0,00
5) Uscite diverse di gestione	0,00	0,00
Totale	0,00	0,00
C) USCITE DA ATTIVITÀ DI RACCOLTA FONDI		
1) Uscite per raccolte fondi abituali	0,00	0,00
2) Uscite per raccolte fondi occasionali	732,00	6897,24
3) Altre uscite	0,00	0,00
Totale	732,00	6897,24
D) USCITE DA ATTIVITÀ FINANZIARIE E PATRIMONIALI		
1) Su rapporti bancari	897,72	923,14
2) Su investimenti finanziari	0,00	0,00
3) Su patrimonio edilizio	0,00	0,00
4) Su altri beni patrimoniali	0,00	0,00
5) Altre uscite	0,00	0,00
Totale	897,72	923,14
E) USCITE DI SUPPORTO GENERALE		
1) Materie prime, sussidiarie, di consumo e di merci	0,00	0,00
2) Servizi	0,00	0,00
3) Godimento beni di terzi	0,00	0,00
4) Personale	0,00	0,00
5) Altre uscite	0,00	0,00
Totale	0,00	0,00
TOTALE ONERI E COSTI	27196,79	25057,36

ENTRATE	31/12/2022	31/12/2021
A) ENTRATE DA ATTIVITÀ DI INTERESSE GENERALE		
1) Entrate da quote associative e apporti dei fondatori	0,00	0,00
2) Entrate dagli associati per attività mutuali	0,00	0,00
3) Entrate per prestazioni e cessioni ad associati e fondatori	0,00	0,00
4) Erogazioni liberali	27098,47	25717,16
5) Entrate del 5 per mille	12503,31	12207,61
6) Contributi da soggetti privati	2000,00	0,00
7) Entrate per prestazioni e cessioni a terzi	0,00	0,00
8) Contributi da enti pubblici	0,00	0,00
9) Entrate da contratti con enti pubblici	0,00	0,00
10) Altre entrate	0,02	0,00
Totale	41601,80	37924,77
Avanzo/disavanzo attività di interesse generale (+/-)	16034,73	20687,79
B) ENTRATE DA ATTIVITÀ DIVERSE		
1) Entrate per prestazioni e cessioni ad associati e fondatori	0,00	0,00
2) Contributi da soggetti privati	0,00	0,00
3) Entrate per prestazioni e cessioni a terzi	0,00	0,00
4) Contributi da enti pubblici	0,00	0,00
5) Entrate da contratti con enti pubblici	0,00	0,00
6) Altre entrate	0,00	0,00
Totale	0,00	0,00
Avanzo/disavanzo attività diverse (+/-)	0,00	0,00
C) ENTRATE DA ATTIVITÀ DI RACCOLTA FONDI		
1) Entrate da raccolte fondi abituali	0,00	0,00
2) Entrate da raccolte fondi occasionali	0,00	0,00
3) Altre entrate	0,00	0,00
Totale	0,00	0,00
Avanzo/disavanzo attività di raccolta fondi (+/-)	-732,00	-6897,24
D) ENTRATE DA ATTIVITÀ FINANZIARIE E PATRIMONIALI		
1) Da rapporti bancari	0,00	0,00
2) Da altri investimenti finanziari	0,00	0,00
3) Da patrimonio edilizio	0,00	0,00
4) Da altri beni patrimoniali	0,00	0,00
5) Altre entrate	0,00	0,00
Totale	0,00	0,00
Avanzo/disavanzo attività finanziarie e patrimoniali (+/-)	-897,72	-923,14
E) ENTRATE DI SUPPORTO GENERALE		
1) Entrate da distacco del personale	0,00	0,00
2) Altre entrate di supporto generale	0,00	0,00
Totale	0,00	0,00
TOTALE ENTRATE DELLA GESTIONE	41601,80	37924,77
Avanzo/disavanzo d'esercizio prima delle imposte (+/-)	14405,01	12867,41
Imposte	0,00	0,00
Avanzo/disavanzo d'esercizio prima di investimenti e disinvestimenti patrimoniali e finanziamenti (+/-)	14405,01	12867,41

Uscite da investimenti in immobilizzazioni o da deflussi di capitale di terzi	31/12/2022	31/12/2021
1) Investimenti in immobilizzazioni inerenti alle attività di interesse generale	3628,51	2064,69
2) Investimenti in immobilizzazioni inerenti alle attività diverse	0,00	0,00
3) Investimenti in attività finanziarie e patrimoniali	0,00	0,00
4) Rimborso di finanziamenti per quota capitale e di prestiti	0,00	0,00
Totale	3628,51	2064,69
Avanzo/disavanzo da entrate e uscite per investimenti e disinvestimenti patrimoniali e finanziamenti (+/-)	-3628,51	-2064,69

Entrate da disinvestimenti in immobilizzazioni o da flussi di capitale di terzi	31/12/2022	31/12/2021
1) Disinvestimenti di immobilizzazioni inerenti alle attività di interesse generale	0,00	0,00
2) Disinvestimenti di immobilizzazioni inerenti alle attività diverse	0,00	0,00
3) Disinvestimenti di attività finanziarie e patrimoniali	0,00	0,00
4) Ricevimento di finanziamenti e di prestiti	0,00	0,00
Totale	0,00	0,00
Imposte	0,00	0,00
Avanzo/disavanzo da entrate e uscite per investimenti e disinvestimenti patrimoniali e finanziamenti (+/-)	-3628,51	-2064,69

	31/12/2022	31/12/2021
Avanzo/disavanzo d'esercizio prima di investimenti e disinvestimenti patrimoniali e finanziamenti (+/-)	14405,01	12867,41
Avanzo/disavanzo da entrate e uscite per investimenti e disinvestimenti patrimoniali e finanziamenti (+/-)	-3628,51	-2064,69
Avanzo/disavanzo complessivo (+/-)	10776,50	10802,72

Cassa e banca	31/12/2022	31/12/2021
Cassa	209,69	1039,39
Depositi bancari e postali	38702,72	27096,52

Costi figurativi	31/12/2022	31/12/2021
1) da attività di interesse generale		0,00
2) da attività diverse		0,00
Totale	0,00	0,00

Proventi figurativi	31/12/2022	31/12/2021
1) da attività di interesse generale		0,00
2) da attività diverse		0,00
Totale	0,00	0,00

Area volantini



L'ordine dei Dottori Commercialisti ed Esperti Contabili di Prato organizza la quarta edizione della



SUNSET RUN

MERCOLEDÌ 12 LUGLIO

QUOTA DI ISCRIZIONE 10€

PARTENZA: 19.30

Ritrovo: Palazzo delle professioni - 19:15

Arrivo: Giardino del Palazzo delle Professioni

Chiusura iscrizioni: 11 luglio

Preiscrizioni: online con bonifico o presso la Segreteria ODCEC Prato

**CORSA E CAMMINATA
NON COMPETITIVA
con aperitivo al traguardo**

FOLLOW US!



In collaborazione con:

Con il Patrocinio:

--	--	--	--	--



RUN 10K - ATLETICA FUCECCHIO e G.S. PIEVE A RIPOLI
in collaborazione con il **COMUNE DI FUCECCHIO**
e con il **CCN** (Centro Commerciale Naturale)
Organizzano

12^a STAFFETTA

di Sera d'Estate

Mercoledì 12 Luglio 2023

Gara valida per il Cirerium Podistico Toscano

CIRCUITO INTERAMENTE ASFALTATO NEL CENTRO DEL PAESE

RITROVO ore **19,00** in Piazza Montanelli

PARTENZA ore **20,30**

Veterani anni 50/59, Argento anni 60/69, Oro anni 70 e oltre e tutte le Donne

PARTENZA ore **21,15**

Assoluti anni 16/49, Categoria Mista

DISTANZA: 3x2200 mt
ogni frazionista dovrà
percorrere un giro
di 2.200 mt

COSTO ISCRIZIONE:

18,00 euro per staffetta

Comprensiva di pacco gara
per ogni iscritto

PER INFORMAZIONI:

TERRENI 333 1449598

LIBRASCHI 339 2579833

PISANO 347 0377174



CONAD

Persone oltre le cose

CONAD

VIA PROV. PISANA, 172
CERRETO GUIDI (FI)

**IL PONTE****SCANDICCI**

Organizza

GIOVEDÌ 13 LUGLIO ORE 20:00

**31° TROFEO 5 MARTIRI****S. MARTINO ALLA PALMA****SCARDINATA IN ROVETA****GARA PODISTICA NON AGONISTICA Km 11****E' OBBLIGATORIO IL CERTIFICATO MEDICO SPORTIVO NON AGONISTICO****PASSEGGIATA LUDICO MOTORIA DI Km 5 APERTA A TUTTI****ISCRIZIONI IL GIORNO DELLA GARA DALLE ORE 18,30 ALLE 19,45****€ 5,00 CON PREMIO DI PARTECIPAZIONE PER I PRIMI 200 ISCRITTI**

Sono previste iscrizioni a 2€ senza pacco gara solo per la ludico motoria

Iscrizioni c/o il CRC 5 Martiri Via Calcinaia, 20 S. Martino alla Palma

PREMI ALLE PRIME 5 SOCIETA' CLASSIFICATE CON IL MAGGIOR NUMERO DI PARTECIPANTI**AL TERMINE DELLA GARA ESTRAZIONE DI NUMEROSI PREMI TRA TUTTI I PARTECIPANTI**

SARANNO RISPETTATE LE NORMATIVE VIGENTI DEL REGOLAMENTO UISP

SERVIZIO SANITARIO HUMANITAS SCANDICCI

INFORMAZIONI: IL PONTE SCANDICCI - TEL. 375 6132441

Al termine della gara sarà possibile mangiare nella terrazza panoramica della pizzeria del CRC 5 Martiri Moto Perpetuo**(prenotazione 055 8359544)**



col patrocinio del
comune di
**Castiglione
dei Pepoli**



UISP⁷⁵
sportpertutti
Comitato di Bologna



Notturna della Portaccia

9° Notturna della Portaccia
15 Luglio 2023 ore 21.00 Castiglione dei Pepoli
Gara Competitiva di km 11.2
Gara non competitiva di 7,5 km

Ritrovo e partenza in Piazza della Libertà, all'arrivo ricco ristoro per atleti

www.laportaccia.it



DOMENICA 16 LUGLIO

XVII° CORSA DEI CAPITANI

iscrizione

€ 7,00

Per tesserati

UISP €5,00

CUTIGLIANO

percorso semicompetitivo 14,3 km

passeggiata ludico motoria 6 km

Gara podistica valida per:

- Il Campionato Regionale UISP di Corsa in Montagna

- 2^a prova del challenge estivo "E...state con la Fedi"

Raffaele: 349 7741571 (dopo le 17.30) - prolococutigliano@gmail.com



@prolococutigliano - www.prolococutigliano.it



Festa dello sport a Montepiano

Domenica 16 Luglio 2023

Gara Podistica non competitiva 10 km

e

camminata ludico motoria 4 km

senza premi di partecipazione

Partenza ore 9.00 presso la Pro Loco di Montepiano

via della Badia

Iscrizione 3,00 euro

Premi alle 5 Società più numerose

Vige regolamento Uisp.



Per info: Uisp Prato 0574691133



**LA FESTA DEMOCRATICA
DI MONDEGGI ORGANIZZA**



MEMORIAL

P. NARDONI

**Con la collaborazione
Del Gruppo Podistico**

Fratellanza Popolare e Croce d'Oro Grassina

18 LUGLIO 2023

Partenza ore 20 – Via di Tizzano, Loc. Capannuccia (Grassina)



8 KM *Corsa podistica non competitiva*

4 KM *Passeggiata ludico motoria*

ISCRIZIONI: € 5 Con premio di partecipazione € 2 Senza premio

PREMIAZIONI: Saranno premiate le prime 5 società a numero partecipanti



REGOLAMENTO

1. Gli atleti devono essere in regola con le vigenti norme sanitarie
2. I liberi non tesserati per alcuna società dovranno presentare obbligatoriamente all'atto dell'iscrizione il certificato medico
3. La manifestazione è assicurata RCT
4. E' obbligatorio rispettare il codice della strada
5. Vighe il regolamento UISP



GARA APPROVATA DALLA LEGA UISP DI PISTOIA

**GIOVEDI'****20 LUGLIO 2023****CIRCOLO ARCI CAMPIGLIO - MISERICORDIA DI CAMPIGLIO****In Collaborazione con la A.S.C.D. Silvano Fedi Pistoia****Organizzano**

16° Memorial Maestripieri Sandro 17° Staffetta della Misericordia

**Staffetta di 3X3 Km DI ATLETI APPARTENENTI ANCHE A
SOCIETA' DIVERSE****Su percorso identico per le tre frazioni. Aperto a tutti i tesserati U.I.S.P., FIDAL
Assoluti, FIDAL Amatori e altri Enti di Promozione.****RITROVO:** Ore 18:45 presso il Circolo Ricreativo di Campiglio - Via Nuova di Campiglio N° 42 – Pistoia**PARTENZA:** Ore 19:45 1° Staffettista presso il parcheggio di Campiglio dove verrà anche effettuato il cambio per le frazioni.**ISCRIZIONI:** Le formazioni delle staffette potranno essere comunicate entro le ore 23:00 del giorno 18/07/2023 ai seguenti recapiti: Parrini Alessandro: Tel. **057339675** Cell. **3396479869**, Parrini Francesco: Cell. **3391236650**. E-mail: gpcampiglio@gmail.com oppure si possono fare le iscrizioni fino a 30 minuti prima della partenza.**QUOTA ISCRIZIONE:** €30 a staffetta con buono pasto per ogni atleta per il pasta party organizzato al Circolo Ricreativo di Campiglio. E' possibile con la modica cifra di € 5 partecipare al pasta party anche agli accompagnatori, parenti ed amici degli atleti. Per gli atleti con tesseramento UISP l'iscrizione è ridotta a 8 euro.**PREMI GARA:** Saranno premiati con premi in natura a scalare le prime 10 Staffette Assoluti Maschili (18-49 anni), le prime 5 Veterani maschili (50-59 anni), le prime 3 Veterani Argento maschili (da 60 anni in su), le prime 3 Veterani Oro maschili, le prime 5 Assolute femminili (18-49 anni) e la prima staffetta Veterane femminili (da 50 anni in su)**SOCIETA':** Coppe per le 3 società con più atleti iscritti**REGOLAMENTO**

Per quanto non contemplato nel seguente volantino si fa riferimento al regolamento U.I.S.P. Atletica Leggera.

IL PERCORSO E' CHIUSO AL TRAFFICO**L'intero ricavato della manifestazione andrà in beneficenza alla Misericordia di Campiglio**

PONTEPETROL s.r.l.
Azienda Qualificata per la riduzione di emissioni CO₂

**AL TUO FIANCO
CON SOLUZIONI
ADEGUATE PER
OGNI ESIGENZA**

**PELLET
METANO
GAS GPL
GASOLIO**

Tel. 0573.744068 info@pontepetrol.com
www.pontepetrol.com



Comune di
Castiglione dei Pepoli



Comitato di Bologna



SPORT - CULTURA - TEMPO LIBERO



Il comitato "Le Calvane di San Giacomo" in collaborazione con "ASD Parco dei Laghi", col patrocinio del Comune di Castiglione dei Pepoli e UISP Bologna, in concomitanza della Festa del Santo Patrono, organizzano

Sabato 22 luglio 2023

1^a Camminata di San Giacomo

Competitiva di km 6

Ludico motoria di km 6 e 3,5

La gara si svolgerà nelle strade asfaltate e sterrate adiacenti alla frazione di San Giacomo

Ritrovo ore 17.00 presso la chiesetta di San Giacomo

Partenza ore 18.30



ISCRIZIONI

Le preiscrizioni si possono effettuare via e-mail a: toni.petrilio.61@gmail.com
riccardo.mazzetti@icloud.com oppure mezz'ora prima della partenza

Le iscrizioni alla gara competitiva si chiuderanno al raggiungimento di 200 atleti.

Per la gara competitiva è richiesto obbligatoriamente il certificato medico di idoneità sportiva agonistica in corso di validità oppure carta intestata della società d'appartenenza firmata dal presidente della stessa.

Piano sanitario e assistenza gestiti dalla CROCE ROSSA di Castiglione dei Pepoli.

Ristoro all'arrivo e lungo il percorso.

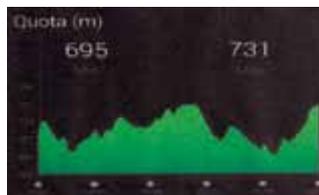
COSTO ISCRIZIONI

Gara competitiva 5 € con pacco gara - Ludico motoria 2,50 € con pacco gara

PREMIAZIONI

1° Assoluto maschile escluso da cat. e 1^a Assoluta femminile esclusa da cat.

CATEGORIE MASCHILI	CATEGORIE FEMMINILI
Primi 10 assoluti dal 2005 al 1974	Prime 5 assolute dal 2005 al 1974
Primi 5 veterani dal 1964 al 1973	Prime 3 veterane dal 1964 al 1973
Primi 3 argento dal 1954 al 1963	Prime 3 argento dal 1963 e oltre
Primi 3 oro fino 1953 e oltre	



Saranno inoltre premiate le prime 3 società con maggior numero di iscritti entro le ore 12.00 del giorno 22/07/2023.

Il Comitato si riserva eventualmente di aumentare il monte premi.

La località si trova a 3 km dall'uscita del casello autostradale di Roncobilaccio

Per informazioni: Antonio 346 6733775

il Campione
www.run1.it

...dove sarai personalmente seguito da uno staff qualificato, in grado di consigliarti al meglio sulla scarpa più giusta per il tuo piede, in base all'attività che desideri svolgere.

CAMMINO - CORSA - MONTAGNA - TEMPO LIBERO

Lucca - Via Castracani 28 - lucca@run1.it
Tel. 0583 572467 - Cell. 346 6506497
Seguici su facebook, cerca run1.it



AMIATA
RUNNERS

UISP
sportpertutti
Atletica Leggere

DOMENICA 23 LUGLIO 2023
ABBADIA SAN SALVATORE
MONTE AMIATA



XXXX

SALITREDICI

18 km in salita sulla strada del Monte Amiata

promossa da



con il patrocinio di



e la collaborazione di



GREEN RUN Vallombrosa Trail



domenica 23 luglio 2023

10^a edizione della

GREEN RUN - Vallombrosa Trail

corsa podistica competitiva di km. 20

oltre ad una prova non competitiva di km. 10

(staffetta non competitiva 2 atleti x 10 km.)

ed una camminata ludico motoria di km. 5



Iscrizione on-line (entro le ore 23.00 di venerdì 21 luglio 2023):

Singoli: Compilare l'apposito form sul sito www.avaibooksports.com quindi trasmettere, ad eccezione delle iscrizioni pagate on-line con il servizio CARTA DI CREDITO dal sito

<https://www.avaibooksports.com/inscripcion/green-run-vallombrosa-trail-2>,

tramite e-mail a info@podistiresco.it copia della ricevuta di pagamento a mezzo bonifico bancario

a favore di **GRUPPO PODISTI RESCO 1909** causale: **nominativo - Podisti Resco - GREEN RUN Vallombrosa Trail 2023**,

IBAN: IT81M084573802000000003423 della quota di iscrizione, effettuato entro le scadenze stabilite.

Dipendenti Iccrea / Banche Gruppo Iccrea: Iscrizione tramite l'iniziativa **Wellbeing for Good**.

Per informazioni inviare una email a comunicazioneinterna@iccrea.bcc.it

Iscrizione cartacea (entro le ore 23.00 di venerdì 21 luglio 2023):

Società: Gli iscritti devono essere presentati tramite scheda scaricata dal sito www.podistiresco.it debitamente compilata, oppure tramite carta intestata/timbrata e firmata dal Presidente, specificando per ogni singolo atleta: **Cognome, Nome, Data di nascita, Numero di tessera e relativo Ente, Recapito telefonico**. In entrambi i casi, la scheda scaricata o la carta intestata, deve essere inviata - unitamente alla ricevuta di pagamento a mezzo bonifico bancario a favore di

GRUPPO PODISTI RESCO 1909 causale: **nominativo - Podisti Resco - GREEN RUN Vallombrosa Trail 2023**, **IBAN:**

IT81M084573802000000003423 ed eventuale documentazione richiesta - tramite e-mail info@podistiresco.it

Iscrizione di persona (entro le ore 19.00 di giovedì 20 luglio 2023) presso:

SPORT SENZA FRONTIERE ONLUS - ROMA - Circonvallazione Ostiense, 80 - tel. 339.3803359 - simone.gavino@sportsenzafrontiere.it

Ora di partenza, tempo massimo: La partenza è prevista alle ore 9.00. Il tempo massimo per concludere la gara è di 3 ore. **Ora e luogo di raduno, partenza/arrivo, percorso:** Il raduno dei partecipanti avrà inizio alle ore 7.00 presso il Pratone di Vallombrosa, nel comune di Reggello (altitudine 1.000 m. s.l.m), dove sarà pure allestita la logistica di partenza ed arrivo gara. Il percorso al 95% si snoda su strade forestali o sentieri nella Foresta Biogenetica di Vallombrosa e nell'ANPIL della Foresta di Sant'Antonio.

L'iscrizione dà diritto a: PACCO GARA contenente **maglia tecnica, medaglia e ristoro, pettorale di gara, chip elettronico DA RESTITUIRE ALL'ARRIVO; ristori lungo il percorso; assicurazione ed assistenza medica; servizio cronometraggio elettronico; massaggi sportivi.**

Inoltre, per tutti gli iscritti extra Regione Toscana e per gli iscritti al **Campionato Nazionale del Credito Cooperativo** è prevista, la sera precedente alla gara, **sabato 22 luglio**, una CENA a base di prodotti a km zero con un fantastico Pasta Party in compagnia ed amicizia presso il "Rifugio la Foresta" a Vallombrosa su prenotazione all'iscrizione al costo di € 30,00. PRANZO FINALE dopo la gara al costo di € 30,00 presso il "Rifugio la Foresta" a Vallombrosa, pranzo da prenotare all'iscrizione.

Classifica riservata Università Niccolò Cusano: Grazie al patrocinio della Università Niccolò Cusano sono previste le classifiche maschili e femminili nei seguenti ambiti: STUDENTI, DOCENTI E DIPENDENTI.

Campionato Nazionale Credito Cooperativo: Grazie al patrocinio di FEDERCASSE la gara è valevole anche come Campionato Nazionale per Amministratori e Sindaci, Dirigenti, e Personale delle Banche di Credito Cooperativo - Casse Rurali e delle Associazioni, Federazioni e Società del Movimento del Credito Cooperativo Italiano. La qualifica di Amministratore o Sindaco, Dirigente, Quadro Direttivo o Impiegato deve essere indicata dall'atleta nel modulo di iscrizione nell'apposito spazio. Saranno stilate le classifiche per le suddette categorie, sia maschili che femminili. Sarà prevista anche la categoria Giovani Soci (maschile e femminile). È prevista la classifica speciale a squadre per BCC-CR / Società del Movimento in base al regolamento CSI.



promossa da



con il patrocinio



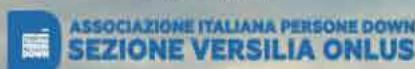
COMUNE DI CAMAIOLE

organizzata da



FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

nel sosteniamo



iscrizioni
online



VERTICAL TRAIL

CAMAIORE CAMPALLORZO

MEMORIAL LAURO GHILARDI

LUGLIO
23
2023

TRAIL RUNNING COMPETITIVO KM 9,5
GAMMINATA NON COMPETITIVA KM 9,5



alrun.it

LA PIEVE
RISTORANTE - PIZZERIA



INFO & ISCRIZIONI

info@atleticacamaiole.it ☎ 333 6127297 ☎ 339 7991584
associazionecampallorzo2020@gmail.com



TRAIL & MOUNTAIN RUNNING | 20 23

14° EDIZIONE LAGO DI VAGLI CAMPOCATINO



UP&DOWN

DOMENICA 30 LUGLIO

GARA PODISTICA COMPETITIVA DI 10 KM

12° MEMORIAL DOTT. UMBERTO POGGI

4° MEMORIAL ANNIBALE GIOVANNINI

RITROVO

ore 7.30 zona piscina comunale Vagli Sotto (LU)

PARTENZA

ore 9.30

PRANZO

Possibilità di pranzare a prezzo convenzionato (prenotazione al momento dell'iscrizione)

ISCRIZIONE e INFO

€7 con pacco gara sul posto fino ad un'ora prima della partenza oppure:

☎ Sig. Girolami
+ 39 339 5411889

✉ lu103@fidal.it

PREMI Trofeo Umberto Poggi e Annibale Giovanni al primo uomo e alla prima donna

ASSOLUTI MASCHILI

dal 1° al 20° classificato

VETERANI MASCHILI

dal 1° al 20° classificato

ARGENTO MASCHILI

dal 1° al 10° classificato

ORO MASCHILE

dal 1° al 5° classificato

ASSOLUTE FEMMINILE

dalla 1° alla 20° classificata

VETERANE FEMMINILE

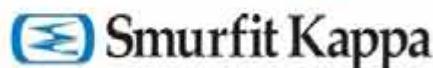
dalla 1° alla 20° classificata

PREMI SPECIALI

- ai primi 3 gruppi più numerosi
- G.P. montagna a Campocatino



partnershipforleadership



APRI
NUOVE SOLUZIONI



IMPRESA COSTRUZIONI SPA
GUIDI GINO



Ortodonzia e Implantologia



AUTOSAS.IT



AURORA
MONTALE ASD

Gruppo
Podismo Trekking Comunità
Croce D'Oro Montale



UISP
sportpertutti



CENTRO
SPORTIVO
ITALIANO



Pro Loco Fognano, con l'organizzazione tecnica di ASD Aurora Montale e G.P. Croce d'oro Montale, vi invita a "Corri con Alessio" all'interno degli eventi di "E...state al monumento"

3° Staffetta Competitiva

GIOVEDÌ
27 LUGLIO
2023

RITROVO ORE
18:00



presso il Parco
del Monumento,
Fognano Montale

Iscrizione on line
www.cronorun.it
entro il 26 luglio
ore 22:00

3,9 km
per 2
frazionisti



QUOTA D'ISCRIZIONE:
16 euro a coppia
per tesserati UISP
20 euro a coppia
per tesserati FIDAL e altri EPS

per info
Samuele
3473737884
corriconalesio@gmail.com

con premio di partecipazione



ORGANIZZANO PER DOMENICA 30 LUGLIO 2023
XXIX° TROFEO ALTO SANTERNO – IV° TROFEO SILVANO PRANTONI
GARA VALIDA PER IL XVIII° TROFEO E. CAMANGI

Gara Podistica Competitiva di 10 KM

Non Competitiva di 10 e 5 KM e percorsi Ludico Motori di 5 e 1 KM.

Ritrovo ore 07:30 presso l'area Verde della Traversa (Firenzuola) dopo 2 Km dal Passo della Futa (Dall'A1 uscita Mugello - Firenzuola seguire le indicazioni Passo della Futa)

Partenza gara Competitiva, Non Competitiva e Ludico Motoria 5 KM ore 09:00

Partenza gara Ludico Motoria 1 KM (riservata a cat. giovanili) ore 09:05

ISCRIZIONI

QUOTE ISCRIZIONI: €7,00 CON premio di partecipazione (1/2kg di miele e pane della Traversa)
 €2,00 SENZA premio di partecipazione

Le iscrizioni si ricevono la mattina della gara fino 15 minuti prima della partenza della gara stessa. Per le iscrizioni alla gara Competitiva e Non Competitiva, oltre che al tesserino UISP/FIDAL/RUNCARD, è necessario presentare all'atto dell'iscrizione copia della certificazione medica agonistica valida.

CATEGORIE E PREMIAZIONI

CATEGORIE MASCHILI

ASSOLUTI (dal 2004 al 1973) premi in natura ai primi 30
 VETERANI (dal 1972 al 1963) premi in natura ai primi 15
 ARGENTO (dal 1962 al 1953) premi in natura ai primi 10
 ORO (dal 1952 e anteriori) premi in natura ai primi 5

CATEGORIE FEMMINILI

ASSOLUTI (dal 2004 al 1973) premi in natura ai primi 12
 VETERANI (dal 1972 al 1963) premi in natura ai primi 6
 ARGENTO (dal 1962 al 1953) premi in natura ai primi 3
 ORO (dal 1952 e anteriori) premio in natura alla prima

Saranno, inoltre, premiate le prime 10 società più numerose (min. 5 iscritti) con prosciutto disossato (alle prime 5) e salame (alle altre 5).

Premio speciale all'atleta maschile che abbasserà il record della gara di 35'38" detenuto da Andrea Franchini dal 31/07/2005 e all'atleta femminile che abbasserà il record della gara di 42'00" detenuto da Ambra Pucci dal 28/07/2019 (Nuova Atletica Lastra).

Il Trofeo Silvano Prantoni sarà assegnato all'atleta maschile vincitore della gara.

Il trofeo Alto Santerno sarà assegnato all'atleta femminile vincitrice della gara.

SARANNO PRESENTI RISTORI DURANTE TUTTO IL PERCORSO ED ALL'ARRIVO ESPOGLIATOI CON DOCCE

SABATO 29 E DOMENICA 30 LUGLIO

SAGRA DEL TORTELLO E DELLA CARNE ALLA BRACE
PRANZO E CENA PRESSO L'AREA VERDE

L'organizzazione declina ogni responsabilità per eventuali incidenti che dovessero accadere prima, durante e dopo la manifestazione. Per quanto non contemplato vige regolamento UISP.

PER INFO: asastraversa@libero.it - Carloni 333/6142552 - Lecami 340/0505451



NELL'AMBITO DELL'ESTATE CHIESINESE ORGANIZZA



«STRACHIESINA»

15^A EDIZIONE

PERCORSO

"LA DE X IMA"



DOMENICA 30 LUGLIO 2023

INCASSO INTERAMENTE DEVOLUTO IN BENEFICENZA



INCASSO INTERAMENTE
DEVOLUTO IN BENEFICENZA

"LA DE X IMA"



Gara semi-competitiva km 10,5 con giudici e regolamento UISP

Certificato medico obbligatorio

Percorsi ludico-motori di 3 e 6 km

RITROVO ORE 7.30 PARTENZA ORE 8.30 Piazza Chiesina Uzzanese

Quote iscrizione competitivi: Competitivi tesserati € 10,00

Iscrizioni la mattina della gara

Per informazioni: Michele +39 348 3650198 - www.ighibellini.it

Maglia tecnica ai primi 150 iscritti competitivi

Premi per i primi 5 di ogni categoria (in buoni acquisto)

6 categorie: 3 uomo - 3 donna

PERCORSO

«STRACHIESINA» PER CAMMINATORI

Sull'argine del fiume percorso di 3,6 e 10,5 km

Partenza libera alle ore 7,30 dalla Piazza di Chiesina Uzzanese



4° MEMORIAL LUCIANO PUCCINELLI -
Vincitore il competitivo che passa per primo al posto di controllo



TRAIL & MOUNTAIN RUNNING | 20 23

14° EDIZIONE LAGO DI VAGLI CAMPOCATINO

UP&DOWN



DOMENICA 30 LUGLIO

GARA PODISTICA COMPETITIVA DI 10 KM

12° MEMORIAL DOTT. UMBERTO POGGI

4° MEMORIAL ANNIBALE GIOVANNINI

RITROVO

ore 7.30 zona piscina comunale Vagli Sotto (LU)

PARTENZA

ore 9.30

PRANZO

Possibilità di pranzare a prezzo convenzionato (prenotazione al momento dell'iscrizione)

ISCRIZIONE e INFO

€7 con pacco gara sul posto fino ad un'ora prima della partenza oppure:



Sig. Girolami
+ 39 339 5411889



lu103@fidal.it

PREMI Trofeo Umberto Poggi e Annibale Giovannini al primo uomo e alla prima donna

ASSOLUTI MASCHILI

dal 1° al 20° classificato

VETERANI MASCHILI

dal 1° al 20° classificato

ARGENTO MASCHILI

dal 1° al 10° classificato

ORO MASCHILE

dal 1° al 5° classificato

ASSOLUTE FEMMINILE

dalla 1° alla 20° classificata

VETERANE FEMMINILE

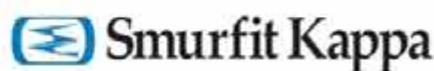
dalla 1° alla 20° classificata

PREMI SPECIALI

- ai primi 3 gruppi più numerosi
- G.P. montagna a Camprocattino



partnershipforleadership



APRI
NUOVE SOLUZIONI



IMPRESA COSTRUZIONI SPA
GUIDI GINO



Ortodonzia e Implantologia





Pro Loco Alta Valle del Reno

Accademia della Bugia

Misericordia di Pistoia Sezione Le Piastre

con la collaborazione tecnica della ASCD Silvano Fedi

GARA APPROVATA DALLA LEGA UISP DI PISTOIA

AL FRESCO DELLE PIASTRE 5° TROFEO TIZIANO SPAMPANI

MARTEDÌ 1 AGOSTO 2023
LE PIASTRE (PT)



GARA PODISTICA COMPETITIVA E LUDICO MOTORIA APERTA A TUTTI
di km 8 semicompetitiva e km 3,5 non competitiva

PROGRAMMA

RITROVO: ore 18,00 presso piazza della chiesa Le Piastre

PARTENZA: ore 19,00 presso piazza della chiesa Le Piastre

ISCRIZIONI: Sono aperte a tutti i tesserati e con certificato di idoneità fisica. Si ricevono presso la Pro Loco Alta Valle del Reno al numero 0573 472201 oppure alla A.S.C.D. "Silvano Fedi", Via dello Stadio, 3/B, Tel/Fax 0573/34761, 335/261308 o e mail info@silvanofedi.com, fino alle ore 22.00 del 31 luglio 2023, oppure presso il ritrovo gara fino alle ore 18,50. Si consiglia la preiscrizione ai recapiti sopracitati.

QUOTA DI ISCRIZIONE: EURO 5 per i tesserati U.I.S.P. con diritto al premio di iscrizione - EURO 7,00 per i tesserati F.I.D.A.L. con diritto al premio di iscrizione - EURO 1,00 senza diritto al premio iscrizione, per i bambini GRATIS.

IMPORTANTE: Si ricorda a tutte le Società ed ai singoli di specificare al momento dell'iscrizione: atleta "Competitivo" o "Non competitivo"

PREMI INDIVIDUALI

ADULTI UOMINI 1°÷20° | ADULTI DONNE 1°÷10° | VETERANI UOMINI 1°÷10

VETERANE DONNE 1ª÷3ª | ARGENTO UOMINI 1°÷5ª | ARGENTO DONNE 1ª÷3ª | ORO UOMINI 1ª÷3ª

PREMI DI SOCIETÀ

Verranno premiate le prime 3 società secondo il numero dei partecipanti come da regolamento U.I.S.P. (minimo 10 atleti arrivati)

ARIA FRESCA E ACQUA DELLA FONTE GARANTITE A TUTTI I PARTECIPANTI

A SEGUIRE CENA IN PIAZZA (per info e prenotazioni 0573 472201)

REGOLAMENTO

Possono partecipare alla manifestazione tutti gli atleti tesserati: U.I.S.P., enti di promozione, FIDAL e FIDAL amatori.

Al momento dell'iscrizione le società devono presentare l'elenco dei propri atleti su carta intestata e firmata dal responsabile; i singoli devono presentar e tesserino assicurativo e/o certificato medico.

I cartellini gara devono essere compilati in tutte le parti con NOME, COGNOME, ANNO DI NASCITA, SOCIETÀ DI APPARTENENZA.

La gara sarà curata dal gruppo giudici U.I.S.P. Per quanto non contemplato nel presente regolamento, vige il regolamento U.I.S.P.

Il Comitato organizzatore declina ogni responsabilità per eventuali danni a persone o cose, prima, durante e dopo la manifestazione.

A discrezione dei giudici possono essere tolti dall'ordine d'arrivo cartellini incompleti o non leggibili.

IL PERCORSO È PER LA MAGGIOR PARTE STERRATO MA PER LA PARTE ASFALTATA È APERTO AL TRAFFICO: RISPETTAR E IL CODICE STRADALE



A.S.D.



Nuova Atletica Lastra



Banco Fiorentino
Mugello - Impruneta - Signa

Gruppo Bancario Cooperativo Iccrea

LA SOCIETÀ A.S.D. NUOVA ATLETICA LASTRA

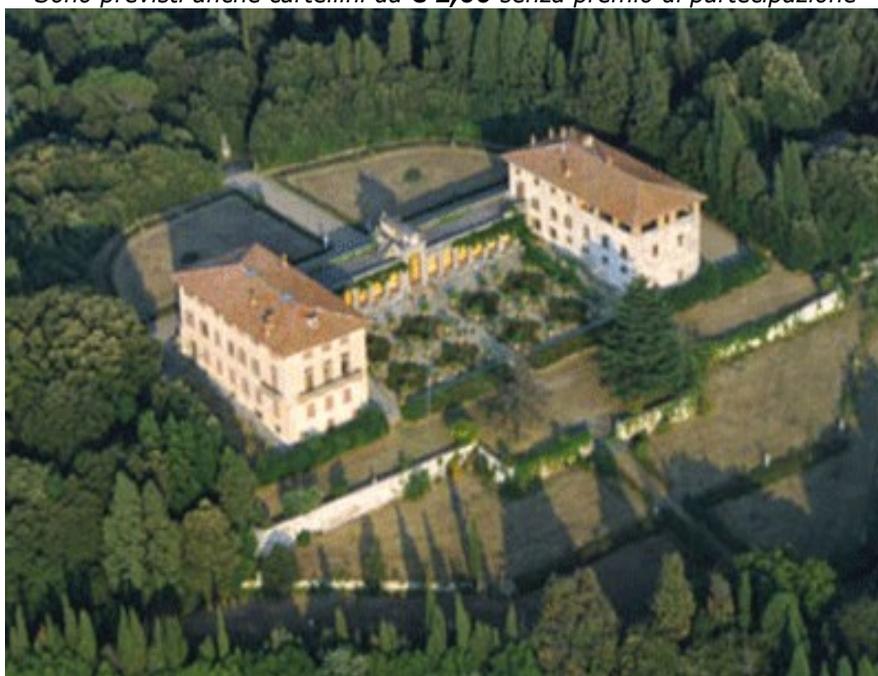
in collaborazione con il circolo A.R.C.I. " Le Cascine " di Lastra a Signa organizzano

"Aspettando la Fiera 2023" Giovedì 3 Agosto 2023

Corsa Podistica non competitiva di km.8.6 e camminata ludico motoria di km. 4

Quota iscrizione € 5,00 (pacco alimentare + buono ristorante 4€) -

Sono previsti anche cartellini da € 2,00 senza premio di partecipazione



Passaggio attraverso il Parco Storico di Villa Bellosguardo che fu del grande tenore Caruso

PROGRAMMA:

Ore 19:00 Ritrovo e Iscrizioni presso il Circolo A.R.C.I. " Le Cascine " Via delle Cascine 1

Ore 20:15 Partenza Circolo A.R.C.I. " Le Cascine "

Saranno premiate le prime tre società a numero di partecipanti.

A tutti i partecipanti sarà offerto un buono da € 4,00 da utilizzare presso il Ristorante Pizzeria del circolo A.R.C.I. Le Cascine.

REGOLAMENTO:

- **Le iscrizioni alla corsa non competitiva sono aperte a tutti gli atleti appartenenti a Società o Liberi, purché tassativamente in possesso di copia del certificato medico agonistico oppure non agonistico. Per la camminata ludico motoria non occorre certificazione medica.**

- L'organizzazione pur curando la buona riuscita della manifestazione, declina ogni responsabilità per danni a cose e/o persone che dovessero accadere prima, durante e dopo la manifestazione.

- E' obbligo rispettare le Norme del Codice della Strada.

- **La manifestazione si svolgerà con qualsiasi condizione meteo. Vigete regolamento UISP**

L'assistenza sanitaria sarà svolta dalla Misericordia di Lastra a Signa

Per informazioni

Filippo 3396346031 – Giuseppe 339-3174745



Rimani a cena con noi per salutare gli amici prima delle ferie!!



A.S.D. Strafossone presenta

6^{CA} CORSA DI MARMO

DOMENICA 6 AGOSTO 2023

GARA PODISTICA DI KM 8,7

NEL SUGGESTIVO SCENARIO DELLE CAVE DI FANTISCRITTI - CARRARA

CORSA IN MONTAGNA

MEDAGLIA DI MARMO A TUTTI I CONCORRENTI



www.nanadesigner.com

REGOLAMENTO CORRILUNIGIANA

Categoria Uomini

C da 18 a 29 anni	2005-1994
D da 30 a 39 anni	1993-1984
E da 40 a 49 anni	1983-1974
F da 50 a 54 anni	1973-1969
G da 55 a 59 anni	1968-1964
H da 60 a 64 anni	1963-1959
I da 65 a 69 anni	1958-1954
L 70 oltre	prima del 1953

Categoria Donne

O da 18 a 35 anni	2005-1988
P da 36 a 49 anni	1987-1974
Q 50 oltre	prima del 1973

Categoria Giovanili

Maschi

A da 0 a 9 anni	2023-2014
B1 da 10 a 13 anni	2013-2010
B2 da 14 a 17 anni	2009-2006

Femmine

M da 0 a 9 anni	2023-2014
N1 da 10 a 13 anni	2013-2010
N2 da 14 a 17 anni	2009-2006

Obbligatorio presentare certificato medico

L'organizzazione declina ogni responsabilità per eventuali danni a cose e persone, prima, durante e dopo la manifestazione.



SHOP ONLINE
EVOLUTIONSPORT.IT

RITROVO

Assoluti, Ponti di Vara ore 7,30 - € 8,00
Giovanili, Fantiscritti ore 7,30 - € 3,00

PARTENZA

Assoluti, Ponti di Vara ore 9,00
Giovanili, Fantiscritti ore 9,00

PREMIAZIONE

Saranno premiati i primi 3 Assoluti/e e i primi 3 di categoria

Iscrizioni: su ENDU. Pagamento sul posto



INFORMAZIONI:

Giorgio Malacarni - Cell. 328 4236079
GiorgioMalacarni

Vigete regolamento Corrilunigiana

Con il Patrocinio del
Comune di Porcari



ATLETICA PORCARI
organizza



LA CORSA DEI 100



**9° TROFEO
SIMONE
MATTEONI**
al 1° concorrente
m/f classe 1989



Giovedì, 17 AGOSTO 2023
Porcari, Lucca

Ritrovo presso il campo sportivo di Porcari
ore 17.00. Partenza non competitiva ore 18.00

PARTENZA GARA DI 12 km ORE 19.00

Quota d'iscrizione:

Non Competitiva: € 3,50 da pagare sul posto

Competitiva € 10 da pagare sul posto
gradita preiscrizione dal 20/07 al 15/08 sul sito:

lacorsadei100.altervista.org

PREMIAZIONI

10 SQUADRE PIÙ NUMEROSE

35 ASS M; 25 VET M; 10 ARG M; 3 ORO M

15 ASS D; 10 VET D

Premio Buono Valore € 100 a chi migliora
il record gara nelle 6 categorie

Per la gara competitiva è obbligatorio esibire il certificato
medico agonistico al momento del ritiro del pettorale

GARA COMPETITIVA DI 12 KM

E NON COMPETITIVA DI 3 KM / 7 KM

La gara competitiva si svolgerà su percorso
collinare: 60% asfalto e 40% sterrato nei
boschi intorno a Porcari e Montecarlo passando
anche dal mitico "QUERCIONE".

Sul percorso sono previsti due punti di ristoro.

**7° KM TRAGUARDO VOLANTE, PER IL 100° CONCORRENTE
PREMIO DUE CUSCINI IN LATTICE "ECO FLEX"**





G.S. LE PANCHE CASTELQUARTO

Via Caccini, 13 - 50141 FIRENZE

organizza

3[^] Staffetta di fine Estate 3x3 km

Martedì 29 agosto 2023 - Impianto di atletica del CUS

VAL DI ROSE - VIA LAZZERINI - Sesto F.no

Circuito interamente asfaltato all'interno del Polo Scientifico di Sesto Fiorentino

Ritrovo ore 18:30, CUS Val Di Rose - Polo Scientifico Sesto Fiorentino

Partenza ore 20:00

Categorie : Maschile

- Allievi anni 16/17
- Assoluti anni 18/49
- Veterani anni 50/59
- Argento anni 60/69
- Oro oltre 70
- Miste Uomo/Donna

Femminile

- Allieve anni 16/17
- Assolute anni 18/49
- Veterane anni 50/59
- Argento anni 60/69
- Oro oltre 70

Distanza: 3 x 3000 mt - un giro di 3000 mt da fare per ogni frazionista

Costo iscrizione: 15 euro per staffetta - comprendente il pacco gara e ristoro per ogni iscritto

Iscrizioni E-mail: info@lepanchecastelquarto.it entro domenica 27 agosto 2023 ore 23:00 (per tutti i dettagli vedi il regolamento)

Premiazioni individuali

- 1 staffetta ALL M - 1 staffetta ALL F
- 5 staffette ASS M - 3 staffette ASS F
- 3 staffette VET M - 3 staffette VET F
- 3 staffetta ARG M - 2 staffette ARG F
- 1 staffetta ORO M - 1 staffetta ORO F
- 5 staffette MISTE



Premiazioni società

Saranno premiata le prime 3 società con il con maggior numero di partecipanti

Per informazioni Cinzia Silori 3408333721 - Alvaro Fruttuosi 3356664881 - Giovanni Vendramin 3409270215

Consultate

 *calendariopodismo*[®]

**per tutti i riferimenti
alle gare anche oltre
la 4^a domenica
dall'uscita della rivista**



CLICCA QUI

www.calendariopodismo.it