

Atletica



Immagine

19 luglio 2023 - Numero 166



Editoriale

Lo spettacolo dell'atletica continua

di Vezio Trifoni


LItalia è colpita da una morsa di caldo ma i podisti non si fermano e continuano a correre nelle tante iniziative che gli organizzatori propongono. In molti scelgono le notturne e gli appuntamenti vedono la presenza di tanti atleti sia al maschile che al femminile. E' un momento dove in molti cercano di mantenersi in forma ma i tempi non sono da considerare. A Cutiglia-

no la Corsa dei Capitani, a Fucecchio la staffetta a San Martino alla Palma il Trofeo 5 Martiri a Poggio a Caiano il Torneo dei Rioni, a Massa la Straffosone, a Castiglione dei Pepoli la Notturna della Portaccia. Tutti gli eventi hanno un denominatore comune la passione per la corsa e soprattutto far parte di una comunità che sostiene le corse e un mondo che ruota intorno ad esse.

L'Ets Regalami un Sorriso ha consegnato il 182esimo defibrillatore a conferma di una continuità che non si ferma e che permette di rendere sicure le associazioni e le società sportive, non solo quelle podistiche. L'atletica italiana continua a stupire e Gimbo Tamperi ha regalato enorme spettacolo a Chor-zow (Polonia), dove è andata in scena l'ottava tappa della Diamond League, il massimo



circuito internazionale itinerante di atletica leggera. Il fuoriclasse ha inscenato una scoppiettante sfida con Mutaz Essa Barshim, dando via a un duello rusticano tra i due Campioni Olimpici del salto in alto (a Tokyo 2020 condivisero il titolo). Alla sua terza gara stagionale dopo la vittoria agli Europei a squadre e la prova condizionata dalla pioggia a Stoccolma, ha superato 2.34 metri al secondo tentativo e ha accarezzato il successo poiché il qatarino era incappato in due errori a quella quota. L'asiatico ha poi dimostrato per l'ennesima volta si un fenomeno: si è riservato un'ultima prova a 2.36 e ha valicato l'asticella, facendo così scacco matto e vincendo la gara con la miglior prestazione mondiale stagionale. Il capitano azzurro non è riuscito a inventarsi la magia a 2.36 per proseguire ulteriormente la gara a quote folli (il suo personale è di 2.39, risalente ormai a sette anni fa nella sfortunata

notte di Montecarlo). Gimbo torna a casa con la convinzione di essere in uno stato di forma eccezionale e con la consapevolezza che tra un mese ai Mondiali di Budapest potrà davvero anda-

re a caccia dell'unico alloro che manca alla sua gloriosa carriera, ma bisognerà inevitabilmente passare dal braccio di ferro con il suo grande amico Barshim. Lo spettacolo dell'atletica continua.





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

Cutigliano (PT) 16 luglio 2023 - km 14,3

Corsa dei Capitani



La vittoria assoluta della gara di Cutigliano è andata all'atleta pratese Giacomo Pizzicori (Atletica Prato) che compie la distanza del percorso nel tempo di 1h04'22", seguito a 2'55" da Jury Zanni (Virtus Atletica Lucca) e a 3'05" Giulio Piana (Team Mud & Snow), poi seguono Stefano Rafanelli (Podistica Quarrata) e Andrea Biondi (Polisportiva Ellera). Campionato regionale UISP di "Corsa in Montagna", organizzata dalla Pro Loco Cutigliano e la collaborazione tecnica della Silvano Fedi Pistoia e patrocinata dall'amministrazione comunale di Abetone-Cutigliano. Servizio fotografico a cura della ETS Regalami un sorriso.





Classifica di categoria Corsa dei Capitani

ASS. FEMM.

1	NESTI NICOLE	SANSONI TEAM	1:13:46
2	COLZI SARA	G.S. LAMMARI	1:18:29
3	MACELLONI BEATRICE	ATLETICA CASTELLO	1:24:08
4	RAUSSE DANIELA	LA FONTANINA	1:29:42
5	TURRINI ANNA	RUNCARD	1:33:10
6	MAZZINI KATIA	29 MARTIRI	1:33:27
7	PACCAVIA MARGHERITA	SILVANO FEDI	1:33:28
8	CECCONI VALENTINA	ATLETICA SIGNA	1:34:40
9	BENTO DE CRUZ SUELY	ATLETICA MONTECATINI	1:38:55
10	CINOTTI SILVIA	RUNCARD	1:38:58
11	POLI ELENA	P.C.A. HITACHI RAIL -ITALY- PT	1:43:41
12	CORDONE VALENTINA	AVIS ZERO POSITIVO	1:44:42
13	GIUSTI FRANCA	29 MARTIRI	1:44:47
14	FERRONI VIRGINIA	PODISTICA VAL DI PESA	1:49:36
15	BIANCHI VIRGINIA	G.P. ROSSINI	1:52:48
16	PACHECO PATINO RITA	GRUPPO PODISTI RESCO 1909	1:55:21
17	ALFARANO EMANUELA	AVIS ZERO POSITIVO	2:01:13
18	SCARNICCI ELISABETTA	MORELLO RUNNERS	2:02:33

ASS. MASCH.

1	PIZZICORI GIACOMO	ATLETICA PRATO	1:04:22
2	ZANNI JURI	ATLETICA VIRTUS LUCCA	1:07:05
3	PIANA GIULIO	TEAM MUD & SNOW	1:07:27
4	RAFANELLI STEFANO	PODISTICA QUARRATA	1:08:41
5	BIONDI ANDREA	POLISPORTIVA ELLERA	1:08:44
6	VENTAVOLI MATTEO	AQUA SPORT SS	1:09:45
7	BEVLACQUA RAFFAELLO	ORECCHIELLA GARFAGNANA	1:12:30
8	FANALI SIMONE	G.S.D. RUN...DAGI	1:14:25
9	MOCCIA MARCO	ATLETICA VINCI	1:14:52
10	PIEROTTI MAURIZIO	G.P. PARCO ALPI APUANE	1:15:47
11	CAPECCHI FABIO	SILVANO FEDI	1:15:50
12	LAZZARI EMIL	ATLETICA VINCI	1:15:59
13	SILVESTRI DAVIDE	MONTECATINI MARATHON	1:16:31
14	LO GRANDE GIOVANNI	NAVE U.S.	1:17:01
15	DINTRONO MARCO	CAPRAIA RUN	1:18:04
16	PINOCHI IACOPO	MONTECATINI MARATHON	1:18:39
17	DINI MICHELE	G.P. ROSSINI	1:19:54
18	MUNGAI LUCA	P.C.A. HITACHI RAIL -ITALY- PT	1:20:20
19	TILOCCA MANUEL	G.P. PARCO ALPI APUANE	1:22:40
20	RUFFO ALBERTO	AVIS ZERO POSITIVO	1:23:10
21	LUPPI FEDERICO	MODENA RUNNERS CLUB	1:23:20





22	MANNINI CLAUDIO	AVIS ZERO POSITIVO	1:23:45
23	TOMMEI MARCO	MONTECATINI MARATHON	1:24:11
24	SANSONI MATTEO	NAVE U.S.	1:24:22
25	WHAIID HASSAN	PODISTICA VAL DI PESA	1:25:01
26	TORQUATI SIMONE	G.POD. LE SBARRE	1:26:15
27	MOZZORECCHI FABIO	ISOLOTTO A.P.D.	1:26:18
28	MANGIA MICHELE	SILVANO FEDI	1:26:20
29	ROSSI FRANCESCO	AVIS ZERO POSITIVO	1:26:51
30	PETRUCCI FEDERICO	SANSONI TEAM	1:28:36
31	IOZZELLI JURI	SANSONI TEAM	1:28:36
32	CASSETTARI GRAZIANO	SILVANO FEDI	1:30:32
33	RENZI NICCOLO	AVIS ZERO POSITIVO	1:31:47
34	ANDREONI ALBERTO	LE PANCHE CASTELQUARTO	1:33:07
35	MINELLI LUCA	P.C.A. HITACHI RAIL -ITALY- PT	1:33:12
36	PAPI MASSIMO	G.S. VALDELSA RUNNERS	1:34:41
37	BORSELLI ANDREA	MISERICORDIA CHIESANUOVA	1:40:15
38	FEDI CLAUDIO	P.C.A. HITACHI RAIL -ITALY- PT	1:44:33
39	NICCOLAI CRISTIANO	SILVANO FEDI	2:16:03

VET. FEMM.

1	LUPI DAMIANA	ATLETICA VINCI	1:17:01
2	BIAGINI FRANCESCA	NAVE U.S.	1:24:19
3	PEDRONI EMANUELA	G.S. IL FIORINO	1:34:54
4	COLLIGIANI LINDA	AVIS ZERO POSITIVO	1:35:28
5	FOGACCI SILVIA	29 MARTIRI	1:38:15
6	FISCHER SZILVIA	G.S.D. RUN...DAGI	1:38:24
7	FILIPPESCHI SILVIA	PONTERA ATLETICA	1:49:53
8	PIERI LAURA	MORELLO RUNNERS	1:50:24
9	IACONIELLO GIOVANNA	MONTECATINI MARATHON	1:52:49
10	ONORI CRISTINA	OLTRARNO POLISPORTIVA	1:53:49
11	BIAGI ROSSELLA	G.S.D. RUN...DAGI	1:57:26





VET. MASCH.

1	ROSSI DANIELE	PODISTICA QUARRATA	1:09:49
2	RICCI LUIGI	AVIS ZERO POSITIVO	1:13:33
3	PAYTA MATTEO	G.P. LA STANCA	1:14:12
4	FROSALI FEDERICO	G.P. LA STANCA	1:15:26
5	SANTI NICO	ORECCHIELLA GARFAGNANA	1:15:35
6	BOZZI MAURIZIO	ATLETICA MONTECATINI	1:16:13
7	PONZALLI ROBERTO	9,92 RUNNING	1:16:59
8	TOCCHINI MASSIMO	MONTECATINI MARATHON	1:17:33
9	TAGLIATI MASSIMILIANO	AVIS ZERO POSITIVO	1:20:30
10	CORTOPASSI LUCA	G.S. MELE MARCE	1:21:25
11	FERRARINI FEDERICO	G.P. PARCO ALPI APUANE	1:22:03
12	SALANI ALESSANDRO	ORECCHIELLA GARFAGNANA	1:22:40
13	FILIPPONE MASSIMO	NAVE U.S.	1:23:56
14	BOZZI FRANCESCO	SEMPREDICORSA	1:26:40
15	DE PIRRO GIOVANNI	G.S.D. RUN...DAGI	1:26:47
16	CHIOSTRI ALESSANDRO	ATLETICA CASTELLO	1:29:46
17	CARDELLI MIRCO	MONTECATINI MARATHON	1:30:36
18	INCERPI MICHELE	G.S.D. RUN...DAGI	1:30:51
19	PAOLUCCI MARIO	29 MARTIRI	1:32:07
20	LESO MASSIMO	ATLETICA PORCARI	1:32:29
21	LANDI LUCA		1:33:30
22	BARUCCI ALESSANDRO	MORELLO RUNNERS	1:34:06
23	BECHERINI PAOLO	G.S. VALDELSA RUNNERS	1:34:40
24	DE CARIA FRANCO	P.C.A. HITACHI RAIL -ITALY- PT	1:35:44
25	PEZZUCCHI GIOVANNI	CLUB SPORTIVO FIRENZE	1:36:50
26	CALONACI SAVERIO	LE PANCHE CASTELQUARTO	1:37:28
27	MALTAGLIATI PAOLO	G.S.D. RUN...DAGI	1:38:12
28	MESSINA FRANCESCO	POD. CAPANNESSE IL GIRASOLE	1:38:45





29	VINCIGUERRA ROBERTO	IL PONTE SCANDICCI	1:38:52
30	FERRI MIRCO	POL. VENTURINA TERME	1:39:06
31	BIANCO MICHELE	G.S. IL FIORINO	1:40:19
32	PACI GABRIELE	ATLETICA CAPRAIA E LIMITE	1:41:00
33	IACHETTA CARMINE	IL PONTE SCANDICCI	1:41:47
34	BAMBINI ANDREA	29 MARTIRI	1:42:42
35	CALENDI CRISTIAN	AURORA MONTALE	1:42:50
36	GIULIANINI GIULIANO	SILVANO FEDI	1:42:53
37	CARLOTTI SANDRO	LE PANCHE CASTELQUARTO	1:43:45
38	GRASSI ROBERTO	NUOVA ATLETICA LASTRA	1:45:32
39	ROMANI GABRIELE	NAVE U.S.	1:49:29
40	FABIANI LEONARDO	AURORA MONTALE	1:52:24
41	GALDI ALBERTO	ATLETICA CASTELLO	1:57:33
42	BRACCIOTTI FEDERICO	G.P. ROSSINI	2:01:12
43	TOZZI ANDREA	MORELLO RUNNERS	2:02:35

ARG. FEMM.

1	SICURANZA SILVIA	ISOLOTTO A.P.D.	1:40:29
2	FERA PATRIZIA	MONTECATINI MARATHON	1:49:58
3	DE JESUS PETRONILA	SILVANO FEDI	2:18:28

ARG. MASCH.

1	BURCHI GIULIANO	G.P. LA STANCA	1:12:18
2	GUADAGNINI GIUSEPPE	MONTECATINI MARATHON	1:13:35
3	FREDIANI MILENO	MONTECATINI MARATHON	1:15:28
4	BARTOLINI ENRICO	ASFALTOZERO SPORT SPRINT TRAIL	1:21:59
5	CUSINATO FRANCO	G.P. PARCO ALPI APUANE	1:23:05
6	PANNOCCHIA GINO	ORECCHIELLA GARFAGNANA	1:23:57
7	TROILO UMBERTO	ATLETICA PORCARI	1:25:08
8	SPINELLI RICCARDO	SILVANO FEDI	1:25:55
9	BOLOGNESI RINALDO GIORGIO	ATLETICA VINCI	1:26:14





10	PICCHI MAURO	G.P. LA STANCA	1:29:54
11	OLMI LUCA	SILVANO FEDI	1:30:48
12	AGOSTINI LUCIO	SILVANO FEDI	1:31:25
13	GORI CLAUDIO	SILVANO FEDI	1:33:20
14	MAURELLO VINCENZO	IL PONTE SCANDICCI	1:35:14
15	GALLIONE ROBERTO	G.S. MELE MARCE	1:35:39
16	SCORTICINI AGOSTINO	PODISTICA VAL DI PESA	1:35:58
17	DELLA ROCCA RENZO	MONTECATINI MARATHON	1:42:54
18	TIBERIO FRANCO	CLUB AUSONIA	1:43:19
19	BELLOSI ALBERTO	PODISTICA VAL DI PESA	1:44:17
20	PERUZZI STEFANO	C. BATTISTI MIS. DI VERNIO	1:51:09
21	FERRONI ARRIGO	PODISTICA VAL DI PESA	1:51:39
22	CHEROTTI STEFANO	IL PONTE SCANDICCI	1:57:27
23	MARINI ALEANDRO	POD. CAPANNESSE IL GIRASOLE	1:58:47
24	ROVAI ANGELO	ATLETICA PORCARI	2:01:54
25	VENDRAMIN GIOVANNI G.	LE PANCHE CASTELQUARTO	2:02:34
26	MAGRINI LEONARDO	SILVANO FEDI	2:17:48

ORO MASCH.

1	OLIVARI FRANCO	ORECCHIELLA GARFAGNANA	1:20:02
2	GELLI SERGIO	SILVANO FEDI	1:38:40
3	BELLINI GIACOMO ALESSANDRO	PODISTICA QUARRATA	1:39:59
4	BEVILACQUA NATALINO		1:40:07
5	MATULLI CARLO	SILVANO FEDI	1:40:39
6	BITTARELLI NATALE	NAVE U.S.	1:46:52
7	MAESTRINI TIBERIO	PODISTICA VAL DI PESA	1:54:31
8	CAPORALI IVALDO	SILVANO FEDI	2:01:51
9	PAMPALONI ANDREA	ISOLOTTO A.P.D.	2:04:10
10	FALCINI ROBERTO	SILVANO FEDI	2:18:29
11	PANICHI SILVANO	SILVANO FEDI	2:53:57



NS *nencinisport*

SALDI 50%
fino al



new balance

asics

mizuno

HOKA
TIME TO FLY™

BROOKS

adidas

NENCINISPORT.COM

Fucecchio (FI) 12 luglio 2023 - 3x2,2 km

Successo di partecipazione alla Staffetta di Fucecchio

Consegnato il 181 esimo defibrillatore da Regalami un sorriso


Una gremmitissima Piazza Montanelli ha applaudito la consegna del 181 esimo defibrillatore consegnato dalla ETS Regalami un sorriso alla Associazione di Canottaggio San Miniato. Presente alla consegna anche l'assessore allo sport di San Miniato, Loredano Arzilli. Questo momento, ha detto Piero Giacomelli, presidente del sodalizio pratese, alle centinaia di podisti presenti: rappresenta un momento di festa perché ci mostra l'amore dei podisti per lo sport e per Regalami un sorriso consentendoci di acquistare l'ennesima macchina salvavita che fino ad oggi hanno salvato 10 persone.

La cerimonia di consegna ha suggellato una magnifica serata di sport dove ben 124 terne di podisti si sono sfidate in questa 12ª STAFFETTA DI SERA D'ESTATE.

Ivano Libraschi si è detto felicissimo di questo successo di partecipazione allestito in collaborazione col Comune di Fucecchio, la Run 10 K - Atletica Fucecchio e il GS Pieve a Ripoli. Percorso cittadino di 2.200 Mt da percorrere da ogni staffettista con cambio al lato della piazza dove erano convenute anche altre realtà sportive: scuola di ballo e basket in una vera festa dello sport. Successo assoluto dell'Atletica Vinci che piazza ai primi posti ben due

staffette. La terza piazza è appannaggio della ASD Gruppo sportivo Lucchese. Tra le donne vittoria dell'Atletica Livorno.



Classifiche di categoria

Staffetta Sere d'Estate



Pos.	Team	Tempo	Atleta 1	T. 1	Atleta 2	T. 2	Atleta 3	T. 3
AMAT F								
1	ATLETICA LIVORNO	22:56	FERRETTI CATERINA	07:21	CAE VERONICA	08:27	BOTTONI ENRICA	07:10
2	SQUADRE SOC. MISTE	23:52	GULINO NINA	07:51	BATELLI IRIS	07:58	BOTTI MARIA VITTORIA	08:04
3	ATL. VINCI 2	24:01	ASTRELLA CLAUDIA	07:54	DAMI ELISA	08:09	LASI ILARIA	08:00
4	ATL. VINCI 7	24:25	DEIANA MARUSKA	08:13	LUPI DAMIANA	07:53	SCALI STEFANIA	08:21
5	SQUADRE SOC. MISTE	24:46	TOGNINI SARA	08:07	MERONI LORENA	08:22	MACELLONI BEATRICE	08:18
6	SQUADRE SOC. MISTE	24:53	MAGOLATI SARA	08:42	MENINI BENEDETTA	08:33	GIACHI CHIARA	07:39
7	ATLETICA AMARANTO 12	26:00	KONSTANTOS ELENA	08:12	BARONTINI VERONICA	08:51	TODISCO ERIKA	08:59
8	STRACARRARA 1	27:01	GNETTI BENEDETTA	09:12	BROZZI CRISTIANA	08:54	BONATI DEBORAH	08:56
9	ATLETICA AMARANTO 13	27:26	AGAPITE CAMILLA	09:00	D'AMATO ELISA	09:18	FRESCHI ELISA	09:09
10	GS. PIEVE A RIPOLI 2	28:39	GORINI MARTA	09:41	BOTRINI FEDERICA	09:36	MILLI CHIARA MARIA	09:23
11	G. POD. LE SBARRE 1	29:11	DI CESARE DANIELA	10:13	PASSERAI SILVIA	09:29	BALDINI SARA	09:31
12	SEMPREDICORSA 10	29:28	BIANCHI LUCIA	09:40	GIANCRISTIANO ALESSIA	10:16	IULLI CHIARA	09:33
13	ATLETICA AMARANTO 15	30:09	MARCHI MONICA	09:03	RECIDIVI LAVINIA	11:03	CASALI LAURENCE	10:05
14	GRUPPO PODISTICO ROSSINI 2	30:12	BIANCHI VIRGINIA	09:41	FARCI SIMONETTA	10:27	DELL'AMICO LETIZIA	10:06
15	ATLETICA AMARANTO 14	33:17	ISMAELI LAURA	11:13	CHITI SILVIA	11:05	NANNIPIERI GIOELA	11:00
16	SQUADRE SOC. MISTE	33:39	LOSANNO SUSANNA	11:31	MATTONAI SARA	10:41	MARCHETTI SILVIA	11:28





AMAT M

1	ATL. VINCI 1	19:10	GESI ANDREA	06:23	CUROVICH ADRIANO	06:18	PRESTIANNI ANTONIO	06:31
2	ATL. VINCI 5	19:19	MAGGINI ANDREA	06:20	ALBERTI ANDREA	06:29	MOLINARO GIACOMO	06:31
3	G.S. LUCCHESI 1	19:23	GIGLI GRAZIANO	06:45	DOLCI MIRKO	06:39	BELLINIA LORENZO	06:00
4	SQUADRE SOC. MISTE	19:28	VERONA GIACOMO	05:57	MASI ANDREA	06:56	ANACLERIO DARIO	06:37
5	ATL. FIRENZE MARATHON 1	19:31	CALIARI STEFANO	06:26	SERANGELI GIACOMO	06:55	D'INTINO MATTEO	06:12
6	ORECCHIELLA GARFAGNANA	19:40	DELLA MAGGIORA MATTIA	06:15	NANNIZZI ANDREA	06:37	MARTINELLI GABRIELE	06:51
7	CIRC. RICREATIVO SOLVAY	20:31	PANICUCCI ALESSIO	06:40	CLEMENTI DANIELE	07:18	SIMONCINI DAVIDE	06:35
8	GAS RUNNERS MASSA	20:41	LUNARDINI DAVIDE	06:45	FALCHETTI ANDREA	07:09	BOCCOLI GIOVANNI	06:49
9	SEMPREDICORSA 1	20:48	CATTANO MARIANO	06:51	SQUARCINI DAVIDE	07:13	DONOFRIO FEDERICO	06:45
10	SQUADRE SOC. MISTE	21:04	CONTI JACOPO	06:58	PASQUALETTI MATTIA	07:29	CONTE DANIELE	06:39
11	ATLETICA AMARANTO 1	21:28	LIVIANI RICCARDO	06:51	TASSONE DANIELE	07:42	IMPARATO LORENZO	06:56
12	G.P. PARCO ALPI APUAENE 4	21:30	PIEROTTI MAURIZIO	07:16	TILOCCA MANUEL	07:25	GIOVANNELLI ANDREA	06:51
13	SQUADRE SOC. MISTE	21:37	PALCHETTI ERNESTO	06:20	BOSSIO GIOVANNI	08:11	SANTANGELO LEONARDO	07:07
14	PISA ROAD RUNNERS CLUB 3	21:44	TORRIONI MATTIA	06:49	PAPINI NICOLA	07:04	PARDINI RICCARDO	07:53
15	ATLETICA CASCINA	22:08	ZAMBELLI DANIELE	07:40	ORSI FEDERICO	07:12	AGRUSTI VINCENZO	07:17
16	ATL. VINCI 3	22:10	MOCCIA MARCO	07:18	LAZZARI EMIL	07:20	TANGANELLI FABIO	07:34
17	SEMPREDICORSA 3	22:46	VOZZA MAURO GIUSEPPE	07:33	NARDA GIOVANNI	08:02	FOSSETTI DARIO	07:13
18	G.S. VALDELSA RUNNERS 1	22:52	PULCINELLI MARCO	07:30	BECHERINI PAOLO	08:02	MARZUOLI PAOLO	07:22
19	SQUADRE SOC. MISTE	23:14	ROCCO LISA	08:11	LUPI ROBERTO	07:35	ROCCO LORENZO	07:30
20	G.S. LUCCHESI 2	23:25	LUCCHESI MICHELE	07:23	NOTTOLI ANTONIO	08:14	FRASSI FILIPPO	07:49
21	MONTECATINI MARATHON 3	24:30	PINOCHI IACOPO	07:49	MICHELUCCI LORENZO	08:39	TOMMEI MARCO	08:04
22	SQUADRE SOC. MISTE	24:45	SALOMONE GAETANO	08:13	FRANCHINI LUCA	08:32	MAINARDI LUCA	08:02
23	G. POD. LE SBARRE 2	24:52	MASONI MIRCO	08:42	FRASCATI MASSIMILIANO	08:23	MURA SILVIO	07:48
24	ATLETICA AMARANTO 2	25:02	FARAONI ALESSIO	08:09	BICCHIERINI DARIO	08:28	FULCERI ALESSANDRO	08:27
25	G. POD. LE SBARRE 3	25:46	MASONI DARIO	08:14	ZAPPATORE ANTONIO	09:01	GIGLIONE ALESSIO	08:33
26	PISA ROAD RUNNERS CLUB 2	25:54	GAZZINI VITTORIO	09:06	CARINI ANDREA	08:04	TOMMASI DARIO	08:46
27	SEMPREDICORSA 4	26:23	CIRILLO MARIO	09:18	VOLIANI ALESSIO	09:04	PASQUALETTI MARCO	08:03
28	G.S. VALDELSA RUNNERS 2	27:15	PENSERINI CESARE	08:36	SOTTILE GIUSEPPE	09:30	BERTELLI SEBASTIANO	09:11
29	G. POD. LE SBARRE 4	27:25	TESTAI GIAMPAOLO	08:55	GRECHI DAVIDE	08:55	CANNAZZA DARIO	09:37





MISTA								
1	SQUADRE SOC. MISTE	19:56	TARANTOLA MIRKO	06:17	BERTAGNA MANUEL	06:26	CIBEI MARGHERITA	07:15
2	SQUADRE SOC. MISTE	21:22	CAPPELLI NICOLA	07:09	BERTUCCELLI LUCIANA	07:44	SAGRAMONI MARCO	06:30
3	GS. PIEVE A RIPOLI 1	22:23	BAFUMI DANIELE	06:42	CHIORAZZO FRANCA MARIA	08:13	SOFTA LULZIM	07:29
4	TOSCANA ATL.EMPOLI NISSAN 2	22:35	CABRAS GIANLUCA	07:12	MANTELLI MARTINA	08:04	DE FILIPPO SALVATORE	07:21
5	ATL. FIRENZE MARATHON 2	22:44	BUSONI FRANCESCO	07:14	SIMONI LAURA	08:36	SANDRUCCI MARCO	06:56
6	SQUADRE SOC. MISTE	23:36	BIAGIONI DAVIDE	07:58	CECCHINELLI CHIARA	08:16	SISTI GIACOMO	07:24
7	POL DILL OMEGA	24:30	ULIVELLI LAURA	09:07	CATALDI SANDRO	07:56	GIGLIOLI LUCA	07:29
8	G.S. BELLARIA CAPPUCCINI 1	24:34	PAPERINI ALESSANDRO	08:15	PANELLA DINA	08:34	PEPORINI FEDERICO	07:47
9	SQUADRE SOC. MISTE	25:38	CECCONI VALENTINA	08:35	BARCAIOLI ELEONORA	08:30	PASI MARCO	08:35
10	TOSCANA ATL.EMPOLI NISSAN 1	25:57	LANDI FRANCESCO	08:04	CUZZOLA MARIA GIOVANNA	09:46	BACCHI GIOVANNI	08:09
11	G.S. BELLARIA CAPPUCCINI 2	26:51	NAMURI FRANCESCO MARIA	09:35	ROMBOLI FEDERICA	09:08	ALESSI MARCO	08:10
12	G.S. BELLARIA CAPPUCCINI 4	27:11	CETTUZZI CRISTIANA	09:16	PUCCI VERONICA	09:18	RISO LORENZO	08:39
13	LA GALLA 2	27:17	SOTGIA MICHELA	08:39	FELICI FABRIZIO	08:38	MANCINI FRANCESCA	10:01
14	SQUADRE SOC. MISTE	27:38	MOLINARO RAFFAELE	09:24	BAMBI CATERINA	09:05	CATALANO FRANCESCO	09:11
15	SQUADRE SOC. MISTE	28:35	ALDERICI DANIELA	10:17	OTTANELLI GIANLUCA	08:29	PIETRA VALENTINA	09:51
16	G. POD. LE SBARRE 5	29:37	PIERAGNOLI MIRCO	09:05	DI CESARE DANIELA	10:42	BALDINI SARA	09:52
17	GS. PIEVE A RIPOLI 3	29:45	MORELLI MIRCO	08:04	CENCI MARTINA	12:08	MARIOTTI FAUSTO	09:34
VET F								
1	SQUADRE SOC. MISTE	26:21	CRISTIANINI FLAVIA	08:52	SASSI ANTONELLA	09:05	CASAIOLI BARBARA	08:25
2	ATLETICA AMARANTO 16	26:54	NERI CRISTINA	09:14	BRUZZONE MICHELA	08:37	BERNARDINI SIMONETTA	09:05
3	IL GREGGE RIBELLE 1	29:38	LIVERANI PATRIZIA	09:58	CALZONI SIMONA	10:11	MAZZUOLI ANTONELLA	09:30
4	SEMPREDICORSA 8	29:49	PAZZINI EMANUELA	09:44	MAZZINI DONATELLA	09:37	FILIPPESCHI SILVIA	10:30
5	MONTECATINI MARATHON 1	29:56	PACINI TIZIANA	09:36	IACONIELLO GIOVANNA	10:47	CAPPELLI MIRTA	09:34
6	PISA ROAD RUNNERS CLUB 1	30:10	BORGHESI GIANNA	09:15	GRASSINI PAOLA	10:36	SABA ANGELA MARIA	10:21
7	ATLETICA AMARANTO 17	30:17	VIGNALI SILVIA	09:50	GEPPETTI SONIA	10:16	ISOLANI MANUELA	10:13
8	SQUADRE SOC. MISTE	30:51	LAZZINI PAOLA	09:50	FERRONI CATERINA	10:43	LUCACI MARICICA	10:21
9	SEMPREDICORSA 9	30:57	AMBROSIO RAFFAELLA	10:21	ORLANZA ALESSANDRA	11:00	BANDITELLI STEFANIA	09:37
10	MONTECATINI MARATHON 4	32:13	FERA PATRIZIA	10:31	IZZO ANNUNZIATA	11:02	SCHETTINO ANTONIETTA	10:41
11	ATLETICA AMARANTO 18	34:02	MALVENTI PATRIZIA	10:30	SEMERARO CARLA	11:41	MERLINO TIZIANA	11:53
12	G.S. BELLARIA CAPPUCCINI 3	34:49	MORELLI MARIANNA	11:54	TESTI SILVIA	11:39	CAPONI ANNA PAOLA	11:18





VET M								
1	G.P. PARCO ALPI APUANE 1	20:57	SIMI STEFANO	06:48	CHECCACCI LORENZO	07:16	MARSILI ANDREA	06:54
2	G.P. PARCO ALPI APUANE 2	21:33	MARINO MIMMO	06:58	DAVINI GIORGIO	07:17	MATTEUCCI NICOLA	07:20
3	IL GREGGE RIBELLE 2	21:40	PELLEGRINOTTI DAVID	07:14	LACHI ALESSIO	07:22	POSSUMATO LUCIANO	07:05
4	SQUADRE SOC. MISTE	21:43	FRANCHINI ANDREA	07:00	GERARD VINCENT	07:38	TREVE MATTIA	07:08
5	SEMPREDICORSA 2	22:03	LO CONTE MAURIZIO	07:33	COSTAGLI STEFANO	07:21	NAPOLI ALESSANDRO	07:11
6	ATLETICA AMARANTO 3	22:49	SUSINI DANIELE	07:28	SANDRI ALESSANDRO	07:39	MASCIA ROBERTO	07:45
7	LA GALLA 1	23:06	BAGAGLI GIANLUCA	07:50	MEOLI STEFANO	07:27	CARLOTTI CLAUDIO	07:51
8	G.P. PARCO ALPI APUANE 3	23:53	COGILLI PAOLO	07:40	ALDI GABRIELE	08:30	MATTEI MARCO	07:45
9	ATLETICA AMARANTO 4	23:55	MATTEOLI ALESSANDRO	08:15	BARDI DANIELE	08:00	MORELLI FABRIZIO	07:42
10	ATLETICA AMARANTO 5	24:14	LUCIOLI MASSIMO	08:06	SUARDI GABRIELE	08:10	BIANCOTTI MARINO	08:00
11	ATLETICA AMARANTO 8	25:15	MENGESHA ALEMSEGED	08:14	RICCI ALESSANDRO	08:15	COROZZI SILVANO	08:48
12	SEMPREDICORSA 5	26:05	MUGNAI CLAUDIO	09:11	RECCANELLO MICHELE	08:24	CARLUCCI CIRO	08:31
13	ATL. VINCI 6	26:13	BERTINI PAOLO	08:56	BELLETICH FABIO	09:43	GASPERINI MARCO	07:35
14	IL GREGGE RIBELLE 3	26:37	VITI LUIGI	08:45	VITI LUCA	09:12	PECCIANTI LUCA	08:42
15	SEMPREDICORSA 7	26:42	AIELLO MORENO	08:47	TOMMASINI RICCARDO	09:25	BOZZI FRANCESCO	08:32
16	SQUADRE SOC. MISTE	27:11	VENTURI FABIO	08:55	GIVARINI CARLO	08:52	VENTURINI ANDREA	09:25
17	ATLETICA AMARANTO 6	27:32	RUGGIERO MARCO	09:22	GUALTIERI ROBERTO	09:01	RAPONE ANTONIO	09:11
18	SQUADRE SOC. MISTE	27:52	MARCANTELLI ROBERTO	08:37	BARNI RICCARDO	10:25	GIANNETTI LUCA	08:52
19	SEMPREDICORSA 6	28:16	CAROTI ROBERTO	08:33	PAPERINI GIAMPAOLO	10:13	GERBI MARCO	09:32
20	ATLETICA AMARANTO 7	28:16	SPADONI FRANCESCO	08:57	BARONCINI RICCARDO	09:54	CIARDI DAVIDE	09:27
21	GRUPPO PODISTICO ROSSINI 1	28:32	CASELLA ALBERTO	09:47	MATTEUCCI SERGIO	09:22	CIPOLLI GIANNI	09:25
22	PISA ROAD RUNNERS CLUB 4	28:46	RACITI MARCO	09:05	FABBRI FRANCESCO	09:31	SABATINI ALESSANDRO	10:12
23	GRUPPO PODISTICO ROSSINI 4	29:57	BALDI FRANCESCO	09:19	BRACCIOTTI FEDERICO	10:21	FERRETTI VALERIO	10:18





ARG M								
1	SQUADRE SOC. MISTE	23:09	FREDIANI MILENO	07:38	OSIMANTI MARCO	08:00	BURCHI GIULIANO	07:33
2	ATLETICA AMARANTO 9	24:43	MALLOCI FLAVIO	08:07	CORSI FABIO	08:17	ORSI RENATO	08:20
3	ATLETICA AMARANTO 10	25:27	LENZI MASSIMO	08:33	TRAMONTI LEONARDO	08:41	FALLENI ANDREA	08:15
4	SQUADRE SOC. MISTE	26:41	BELLETTI FABIO	08:49	LANDUCCI CLAUDIO	09:12	COVARELLI MAURO	08:42
5	ATL. VINCI 4	26:47	BARBETTA GIUSEPPE	08:56	BALESTRI STEFANO	09:18	BOLOGNESI RINALDO	08:35
6	ATLETICA AMARANTO 11	28:02	GIACONI ALESSANDRO	09:22	SORRENTINO VINCENZO	09:45	FERRETTI VALTER	08:58
7	SQUADRE SOC. MISTE	29:15	CAPUANO GIOVANNI	08:58	MERLI DANIELE	11:06	DURANTE EMIDIO	09:13
8	MONTECATINI MARATHON 2	30:14	LAVORINI UMBERTO	10:47	DELLA ROCCA RENZO	09:53	TOGNOZZI STEFANO	09:35
ORO M								
1	SQUADRE SOC. MISTE	26:24	D'ALVANO MICHELE	09:21	MEI ROBERTO	09:07	OLIVARI FRANCO	07:58
2	SQUADRE SOC. MISTE	31:43	SALVADORI SIRIO	10:27	IACOPETTI GIUSEPPE	10:39	VITELLARO ROSARIO	10:39
3	SQUADRE SOC. MISTE	33:53	SARGENTI ARTURO	10:08	PIERULIVO ADRIANO	12:26	BIASCI GIORGIO	11:21
4	GS. PIEVE A RIPOLI 4	34:04	CENCI NORICO	12:15	SPERANZA MICHELANGELO	10:33	CECCONI MASSIMO	11:18



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**

San Martino alla Palma (FI) 13 luglio 2023

Trofeo 5 Martiri



Nel fresco della sera quasi in 200 di corsa. La località è stata all'altezza della sua fama di zona fresca e ventilata e che garantisce ottimi piatti presso l'omonimo circolo lontano dalla calura della piana. Così è stato che anche questo anno circa 200 podisti hanno scelto

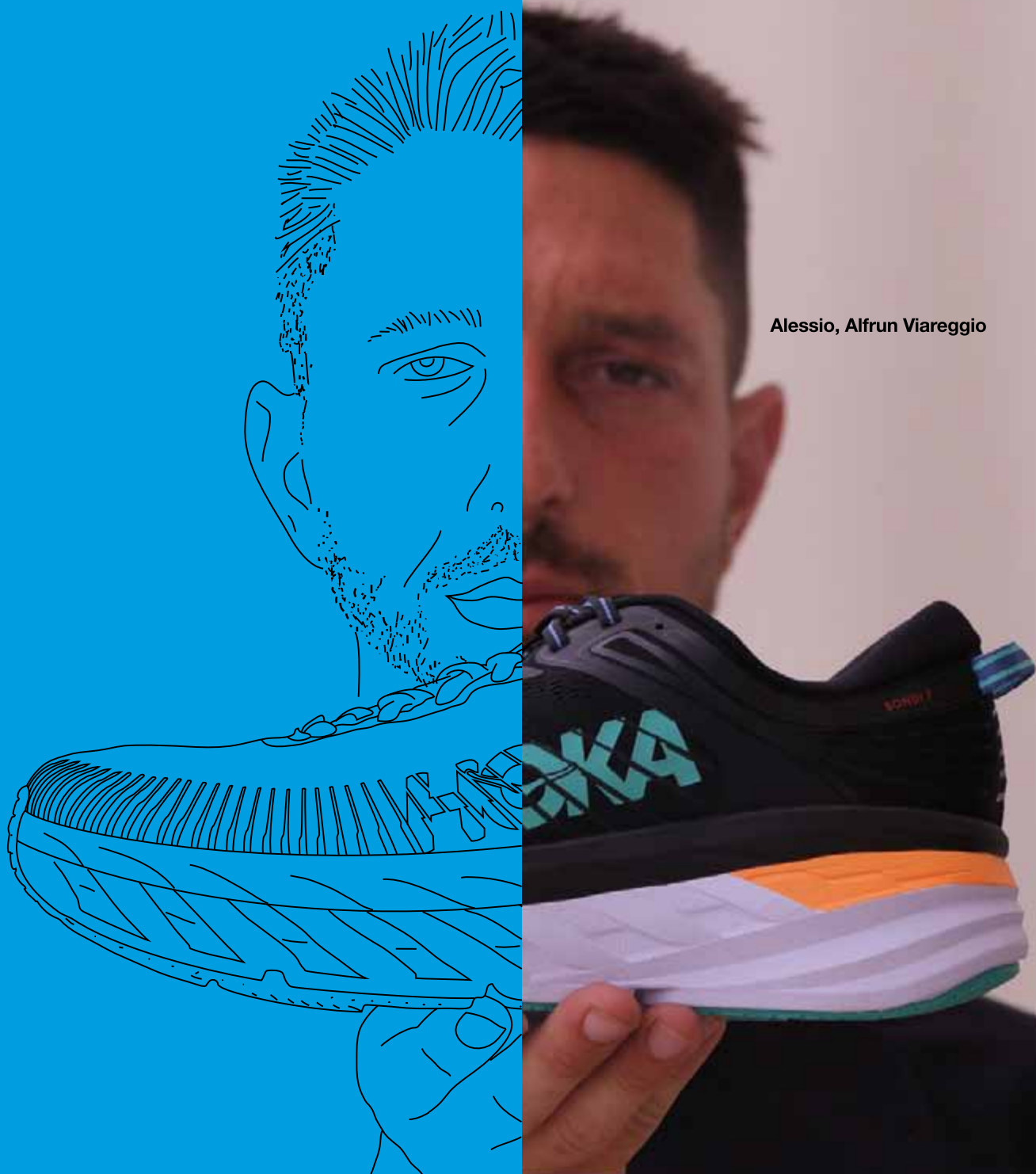




di gareggiare su questo percorso, sinceramente impegnativo, godendo della frescura della sera e dell'ottima organizzazione che tutti gli anni offre la ASD Il Ponte di Scandicci. La classifica a squadre è vinta dal Club Sportivo Firenze. Servizio fotografico a cura della ETS Regalami un sorriso.



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

Poggio a Caiano (FI) 13 luglio 2023

Torneo dei Rioni



È stata allestita la competizione riservata al podismo nell'articolo calendario del Torneo dei Rioni di Poggio a Caiano. Il programma che si sviluppa dal 27 giugno al 21 Luglio prevede un torneo di calcio a 5, gare di pesca, ciclismo, calcio e podismo sotto l'egida della UISP e del Comune. Suddivisi in 6 rioni gli atleti si sono sfidati in questa gara che prevedeva la partenza dal Poggetto ed arrivo via

Candeli/Via Garibaldi. Servizio fotografico a cura della ETS Regalami un sorriso

Questi i risultati:

miglior podista uomo

Andrea Tronci,

miglior podista donna

Carolina Di Gregorio,

classifica rioni podismo:

- 1) Poggetto
- 2) Bonistallo
- 3) Santa Cristina
- 4) Candeli
- 5) Centro storico



Castiglione dei Pepoli (BO) 15 luglio 2023

Spagnoli e Di Pardo vincono la Notturna della Portaccia

di Vezio Trifoni


La 9° edizione della Notturna della Portaccia a Castiglione de' Pepoli ha dato spettacolo sia al maschile che al femminile. Lo start e l'arrivo in Piazza della Libertà per tre giri di complessivi 11,2 km. In entrambe le gare erano assenti per infortunio i vincitori della passata edizione. Marco Di Pardo (Cesare Battisti Vernio) secondo nel 2022 diventava il favorito ma Fabio Molinari (Energia For Sport) partiva forte e insieme a due compagni staccava il favorito che comunque rimaneva in scia per i primi due giri poi nell'ultimo si avvicinava e proprio a 100 metri dal traguardo riusciva a

superare Molinari in una volata davvero spettacolare. Al terzo posto arrivava Andrea Baruffaldi (Interforze Modena) a 1' 17" dal vincitore. Nel femminile gara a due tra Anna Spagnoli (Atletica Faenza)

e Elisa Ragazzi (Modena Runners Club) con la seconda che rimaneva in testa tallonata dall'ex azzurra. Nell'ultimo giro la Spagnoli staccava la diretta avversaria e arrivava da sola al traguardo tra gli





applausi dei tanti appassionati presenti per questa gara molto seguita dal pubblico. Al secondo posto Elisa Raggi e al terzo arrivava Sara Nanni (Francesco Francia). Nella categoria assolute vince Giulia Aimola mentre tra le veterane Tiziana Sportelli. Al maschile vince tra gli assoluti Armando Falbo (Pontelungo Bo) mentre tra i veterani A è stato Massimo Sargenti (Modena Runners) a conquistare il gradino più alto del podio mentre tra i Veterani B Antonio Petrillo (Narnali) è stato il più veloce. Premio speciale al super maratoneta Giojio

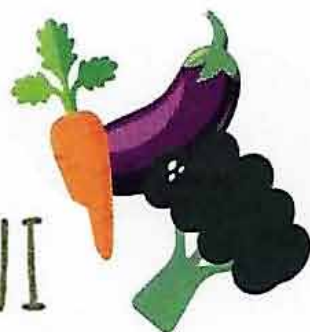




Pelagalli per le sue 516 maratone corse. A premiare il vice Sindaco Tommaso Tarabusi e l'assessore allo sport Elena Roccaforti insieme ad Andrea Benni, deus ex machina dell'organizzazione, e Alessia Righetti che ha consegnato per conto dell'oreficeria Stefanini ai vincitori l'orologio Festina. Foto dell'Ets Regalami un Sorriso con il supporto della Uisp di Bologna, della polizia locale, dei Carabinieri, della Croce Rossa e dei tanti volontari presenti a presidiare gli incroci. A intrattenere gli spettatori e i podisti la musica di radio Fresh.



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](https://www.instagram.com/marty_nutrizione)



Massa 16 luglio 2023 - km 9,2

Strafossone



Nella campagna tra Carrara ed il mare ottima organizzazione di questo 18^a Strafossone. Gara nata nell'omonimo borgo di Fossone nel mese di agosto e poi spostata a luglio per problemi organizzativi, ma che mantiene inalterato il successo di partecipazione. Sotto le redini di Giorgio Malacarni sono stati circa 200, tra competitivi e camminatori, quelli che si sono cimentati sul doppio giro in stradine di campagna che il sole non ha certo risparmiato mettendo a dura prova i podisti che però potevano trovare sollievo in frequenti posti di ristoro ed in docce volanti che davano non poco sollievo alla calura. Dinamica cerimonia di premiazione che ha consentito per le ore 11 di poter salutare tutti e, come ha fatto la maggioranza, dirigersi verso il mare. Servizio fotografico a cura della ETS Regalami un sorriso.



Classifiche di categoria

Strafossone



DONNE 18 A 35 ANNI

1	CIBEI MARGHERITA	ATLETICA ALTA TOSCANA	0:32:29
2	GULINO NINA	ATL. CASTELLO	0:35:26
3	BOTTI MARIA VITTORIA	ATLETICA ALTA TOSCANA	0:37:25

UOMINI 18-29 ANNI

1	GRIECO VINCENZO	ATL. CASTELLO	0:28:23
2	CASSI SAMUELE OSKAR	TOSCANA ATLETICA JOLLY	0:28:52
3	PIEROTTI MIRCO	G.P. PARCO ALPI APUANE	0:30:53
4	DEL FREO NICOLA	RUN CARD	0:31:33
5	PICCINOTTI LORENZO	SPEZIA MARATHON DLF	0:34:04

UOMINI 30-39 ANNI

1	DOLCI MIRKO	GRUPPO SPORTIVO LUCCHESE	0:28:55
2	PEPOLI DAVIDE	IMPERIALI ATLETICA	0:30:21
3	VANNI NICOLA	G.P. PARCO ALPI APUANE	0:30:39
4	TUCCIA PIERLUIGI	AVELLINO RUNNER	0:31:41
5	DELLA BARTOLA EMANUELE	ORECCHIELLA GARFAGNANA	0:32:25
6	FERRARI TIZIANO	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0:33:17
7	DEL PANTA NICCOLO'	UNIONE SPORTIVA NAVE	0:33:41
8	CARULLI NICCOLO'	ATL.PIETRASANTA VERSILIA	0:34:51
9	ORSI FEDERICO	ATLETICA AMARANTO	0:34:55
10	GOMARA ROBERTO RENEE	STRACARRARA	0:35:22
11	BERTOLI MATTEO	ATL.PIETRASANTA VERSILIA	0:35:36





12	RE NICCOLÒ	RUN CARD	0:35:41
13	PEVERINI DAVID	PISTOIAATLETICA 1983	0:36:49
14	MASTRINI MARVIN	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0:37:50
15	PUCCIARELLI LUCA	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0:38:12
16	MURO ALESSANDRO	RUNNING STATION TEAM	0:39:25
17	MORETTI ANDREA	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0:41:23
18	LEONE ROBERTO	SPEZIA MARATHON DLF	0:41:25

DONNE 36 A 49 ANNI

1	BERTOLOTI ELENA	ATL. CASTELLO	0:34:31
2	BERTOLINI FRANCESCA	CIRCOLO MINERVA	0:39:00
3	DIELI CLAUDIA	RUN CARD	0:40:23
4	GNETTI BENEDETTA	CORRILUNIGIANA	0:41:20
5	SHISHKINA OXANA	ORECCHIELLA GARFAGNANA	0:41:35
6	PIZZI TIZIANA	A.FA.P.H.	0:42:18
7	PIETRA VALENTINA	GOLFO DEI POETI ARCIGNI	0:43:27
8	TOMMASI PAOLA	RUN CARD	0:46:37

UOMINI 40-49 ANNI

1	VAIANA NICOLA	G.S. FULGOR PRATO SESIA	0:30:53
2	BADIANI FEDERICO	MONTECATINI MARATHON	0:31:03
3	TOGNARI ROBERTO	G.P. PARCO ALPI APUANE	0:31:49
4	AGRUSTI VINCENZO	ATLETICA CASCINA	0:32:19
5	COCCHI DAVIDE	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0:32:31
6	DELLA BONA ANDREA	A.FA.P.H.	0:33:42
7	CIREGIA NICOLA	ATL.PIETRASANTA VERSILIA	0:34:12
8	RIGGIO CARMELO	A.FA.P.H.	0:34:19
9	BIAGIONI DAVIDE	STRACARRARA	0:36:27
10	MATTEI LUCA	ATL.PIETRASANTA VERSILIA	0:36:42
11	SQUERI STEFANO	CORRILUNIGIANA	0:37:46
12	LOMBARDI ANDREA	ONLYSPORT	0:37:53
13	MENICHELLI FRANCESCO	RUN CARD	0:38:17
14	FERRARI MATTEO	SPEZIA MARATHON DLF	0:38:37
15	BRIBIGLIA FRANCESCO	GOLFO DEI POETI ARCIGNI	0:40:05
16	OTTANELLI GIANLUCA	CORRILUNIGIANA	0:40:17
17	CATTANI DANIELE	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0:40:39
18	MANNELLA ALBERTO	STRACARRARA	0:41:00

19	ORCHI LUCA	ATL.PIETRASANTA VERSILIA	0:41:28
20	SENA PASQUALE	IL PONTE SCANDICCI	0:42:36
21	BENACCI FRANCESCO	GOLFO DEI POETI ARCIGNI	0:42:47
22	TONINI DANIELE	STRACARRARA	0:42:56
23	COPPOLA DANIEL	STRACARRARA	0:43:38
24	SPIACCI STEFANO	ATL. CASTELLO	0:44:08
25	INCERTI GIACOMO	STRACARRARA	0:44:09
26	SACCHELLI FABIO	ATL.PIETRASANTA VERSILIA	0:44:26
27	DELLA PERUTA DAMIANO	SPEZIA MARATHON DLF	0:45:23
28	CENTINI CRISTIAN	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0:45:55
29	FREGOSI SIMONE	A.FA.P.H.	0:47:25
30	BENACCI ANDREA	GOLFO DEI POETI ARCIGNI	0:49:33
31	CRUCIANI MAURIZIO	ATLETICA ALTA TOSCANA	0:49:40
32	RIOTTA STEFANO	RUN CARD	0:59:09

DONNE 50 E OLTRE

1	BONATI DEBORAH	STRACARRARA	0:38:37
2	CORSINI MIRELLA	STRACARRARA	0:41:18
3	FARINA ANTONELLA	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0:41:55
4	ALDERICI DANIELA	STRACARRARA	0:46:15
5	TRAMONTANO ROBERTA	IL PONTE SCANDICCI	0:46:18
6	LIVERANI PATRIZIA	IL GREGGE RIBELLE	0:47:02
7	SANTINI CHIARA	ATL. ARCI FAVARO	0:47:37
8	CECCHINELLI TIZIANA	ATL. ARCI FAVARO	0:50:37
9	BRUNI SIMONA	LA GALLA	0:55:54





10 GIANNONI ARIANNA PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA 0:59:12

UOMINI 50-54 ANNI

1	ROSSETTI GIANCARLO	RUNNING STATION TEAM	0:34:40
2	MASTRINI SIMONE	RUN CARD	0:35:02
3	CECCONI MAURIZIO	ORECCHIELLA GARFAGNANA	0:35:50
4	DERI DAVIDE	ATL.PIETRASANTA VERSILIA	0:36:13
5	SANDRI ALESSANDRO	ATLETICA AMARANTO	0:36:16
6	MARTINI ANTONIO	ORECCHIELLA GARFAGNANA	0:36:30
7	MUSETTI GIANPIERO	POL. PONTREMOLESE	0:36:36
8	CIRIVELLO GIUSEPPE	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0:37:41
9	BOTTI GIOVANNI	GAS RUNNERS MASSA	0:39:05
10	VANNINI FABIO	ATL. CASONE NOCETO	0:40:47
11	BUTERA PAOLO	ATL.UISP MARINA DI CARRARA	0:41:23
12	BACCI MARCHINI RICCARDO	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0:41:35
13	CAROBBI LORENZO	ATL. CASTELLO	0:43:12
14	MARIOTTI DAVIDE	POLISPORTIVA TORRILE	0:44:00
15	LIBERATORI EMILIANO	A.FA.P.H.	0:45:06
16	SAETTINI JURI	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0:46:35
17	VENTURINI ANDREA	STRACARRARA	0:47:38
18	POMO CLAUDIO	RUN CARD	0:47:52
19	GATTI FABIO	RUN CARD	0:50:24

UOMINI 55-59 ANNI

1	RICCI STEFANO	ORECCHIELLA GARFAGNANA	0:32:45
2	FANANI MICHELANGELO	ORECCHIELLA GARFAGNANA	0:33:46
3	LACHI ALESSIO	IL GREGGE RIBELLE	0:34:08
4	GIUSTI PAOLO	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0:34:43
5	MASONI MATTEO	ATL. CASTELLO	0:35:25
6	RUGANI IVANO	RUN CARD	0:35:46
7	BENENTE FABRIZIO	CAMBIASO RISSO RUNNING TEAM GE	0:35:51
8	BICHI ROMANO	A.FA.P.H.	0:35:52
9	CONVALLI FRANCESCO	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0:36:41
10	MACRÌ MARCO	RUNCARD	0:36:49
11	STEFANINI MORENO	G.P. LA STANCA VALENZATICO	0:37:16
12	MAZZANTI PAOLO	G.S. DILETTANTISTICO ITALPOSE	0:37:32
13	MUTTI MARIO	ATL.PIETRASANTA VERSILIA	0:37:52
14	GERMINIASI MASSIMILIANO	POLISPORTIVA MADONNETTA	0:38:37
15	POGGETTI DANIELE	ORECCHIELLA GARFAGNANA	0:38:44
16	MARCANTELLI ROBERTO	MONTECATINI MARATHON	0:39:03
17	PERCOPO MASSIMO	POLISPORTIVA MADONNETTA	0:39:07
18	MARRE' LUIGI EMILIO	STRACARRARA	0:39:58
19	VICARDI CORRADO	POL. CARUGATE	0:40:26
20	DATI PIER ALESSANDRO	STRACARRARA	0:41:03
21	PEZZINI ROBERTO	RUN CARD	0:45:26
22	FRANDI LUCIO	GOLFO DEI POETI ARCIGNI	0:45:39
23	IACOVINO MICHELE	PODISTICA CHIESANUOVA	0:46:12
24	CAMERINI CORSO	UNIONE SPORTIVA NAVE	0:46:41
25	SCAPPAZZONI MASSIMO	SPEZIA MARATHON DLF	0:50:36
26	MENGHINI FRANCESCO	ATL. ARCI FAVARO	0:53:51
27	ROMANO RICCARDO	GOLFO DEI POETI ARCIGNI	1:13:58

UOMINI 60-64 ANNI

1	SACCARDI ANTONIO	STRACARRARA	0:34:46
2	MALLOCI FLAVIO	ATLETICA AMARANTO	0:35:44
3	CERVONE ERMANNO	ATLETICA ALTA TOSCANA	0:35:58



4	ORSI RENATO	ATLETICA AMARANTO	0:36:21
5	MUSETTI MORENO	A.S.D. POLIZIA MUNICIPALE CARRARA	0:36:25
6	BIANCHI LUCIANO	G.P. PARCO ALPI APUANE	0:36:40
7	GAGLIARDI RODOLFO	CREMONACORRE	0:38:08
8	MATTEONI ADRIANO	ORECCHIELLA GARFAGNANA	0:38:10
9	MANSI MARCO	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0:39:50
10	FOLEGNANI MAURIZIO	G.P. PARCO ALPI APUANE	0:39:53
11	MATTEUCCI SERGIO	GRUPPO PODISTICO ROSSINI	0:40:52
12	CAMAORA ACHILE IVANO	A.S. ATLETICA SARZANA	0:43:06
13	ORLANDINI MASSIMO	A.S.C.D. SILVANO FEDI	0:44:38
14	FILATTIERA ROBERTO	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0:47:34
15	FRIGERI ALBERTO	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0:59:12

UOMINI 65 A 69 ANNI

1	SANTI FABRIZIO	G.P. PARCO ALPI APUANE	0:36:51
2	TRAMONTI LEONARDO	ATLETICA AMARANTO	0:38:58
3	CAPPELLI GINO	G.P. PARCO ALPI APUANE	0:39:14
4	GIORGI ROBERTO	ATL. PIETRASANTA VERSILIA	0:44:53
5	RAITI MARCO	ATL. UISP MARINA DI CARRARA	0:47:58
6	BALDINI MASSIMO	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0:59:12

UOMINI 70 E OLTRE

1	MASTROBERARDINO MARIO	PRO AVIS CASTELNUOVO MAGRA	0:40:16
2	PUNTELLI EURO	RUNNING STATION TEAM	0:41:16
3	D'ALVANO MICHELE	ATLETICA CASCINA	0:41:39
4	VITELLARO ROSARIO S.	MARCIATORI ANTRACCOLI	0:46:41





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.



Polisportiva l'Giglio: Beau Geste!



Ringrazio la Polisportiva l'Giglio per l'inatteso e per questo ancora più gradito regalo per essere stato presente alla loro gara a Castelfiorentino. Questa sera prima della partenza di San Martino alla Palma mi hanno voluto omaggiare. Grazie!

Il link alle foto della loro gara:

https://www.regalamiunorriso.it/3%20STAFFETTA%20URBAN%20RUNNING_gara-983341---24-1.html

Ai bei gesti della serata posso aggiungere anche il pensiero che ha avuto Stefano Coletti nel volermi omaggiare di una bottiglia di vino offerto dall'organizzazione Podismo Il Ponte.

Pensate che ero oramai quasi partito per tornare verso casa che mi ha rincorso per darmi una bottiglia di vino in regalo! Grazie di cuore, gesto gradito!

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



Dalla Cina con amore...

Se fai del bene non puoi che ricevere amore



Un regalo simbolico che racchiude dentro di sé le tradizioni millenarie della Cina. A farmene dono è stata la moglie di Fabio Segalla, che proprio per amore si è trasferito da Scandicci a Pechino. Fabio mantiene costantemente i rapporti con gli affetti più cari attraverso internet e tra questi c'è ovviamente la corsa avendo militato per tanti anni come podista presso la ASD Il Ponte.

Negli anni è diventato anche il nostro corrispondente sportivo e ci aggiorna costantemente delle realtà podistiche cinesi.

Ed ecco che mi giunge un prezioso regalo fatto proprio dalla moglie di Fabio che venuta a conoscenza della nostra attività benefica ha voluto condensare il tutto in un simbolico dono.

Se fai del bene non puoi che ricevere del bene, questo è il pensiero che

sta alla base del regalo che è un prodotto artigianale realizzato nella provincia di Suzhou.

Si tratta di una tela trappuntata a mano sorretta da legno di bamboo e rappresenta appunto due Panda. Niente è lasciato al caso ed il simbolismo è profondo: il panda è un animale sacro bene augurante ed il legno è fatto appunto di bamboo il cibo del panda.

Grazie di cuore!

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



Lizzano in Belvedere (BO) 20 agosto 2023

Campionato Nazionale UISP di corsa in montagna 2023



La massima rassegna UISP di corsa in montagna, dopo la prima edizione del 6 luglio 2014 con la "Corsa nel Verde" sempre in questa area, ritorna domenica 20 agosto 2023 sulle strade ai piedi del Corno alle Scale con la ASD Runners Maratoneti Berzantina società collaboratrice di UISP APS - SdA Atletica Leggera e UISP Emilia Romagna APS nell'organizzazione del Campionato.

L'incarico è stato affidato alla "5 Passi in Val Carlina" giunta alla sua 14a edizione, manifestazione voluta da Federico Pasquali, vera "anima" dell'iniziativa in ricordo del padre Giorgio, Presidente dell'ASD Runners Maratoneti Berzantina oltre ad essere attivissimo consigliere con deleghe allo Sport e all'Ambiente del Comune di Lizzano che patrocina l'iniziativa.

Nell'alternanza delle zone di partenza con la vicina Vidiciatico quest'anno tocca alla Piazza Marconi di Lizzano in Belvedere, da dove gli atleti prenderanno il via alle ore 9,00 con davanti il tracciato, bellissimo e impegnativo, di 18,5km con un dislivello di 692 metri, sempre ben segnalato e presidiato nei punti più importanti.

L'edizione 2022, con partenza da Vidiciatico, ha visto 136 atleti classificati e le vittorie di Jacopo Mantovani, atleta del CSI Sasso Marconi e dominatore su queste strade, e di Sara Colzi del GS Lammari.

Nella giornata prevista anche una ludicomotoria di 9km che si avvierà subito dopo lo start della competitive; a seguire le gare riser-

vate ai più giovani su distanze in base all'età.

La "5 Passi in Val Carlina", oltre agli aspetti sportivi, turistici e conviviali si caratterizza per altri due momenti di grande valenza.

Il primo è la partecipazione all'evento dell'AGD, Associazione Giovani Diabetici, di Bologna (<https://www.agdbologna.com>) che da anni è impegnata per sostenere la ricerca per la cura del Diabete tipo 1 pediatrico.

La seconda è la collaborazione, in pratica dalla prima edizione, con "Regalami un Sorriso onlus" (<https://www.regalamiunsorriso.it>), importante realtà toscana che anche tramite i servizi fotografici alle manifestazioni raccoglie fondi per donare defibrillatori e attrezzature salva vita alle associazioni sportive.

Il Regolamento del Campionato Nazionale UISP di corsa in montagna è consultabile al link <https://www.uisp.it/atletica2/files/principale/campionati-nazionali/2023/montagna/reg-montagna.pdf> mentre quello della gara al link <https://www.irunning.it/resources/regolamenti/reg-41765.pdf>.

Le iscrizioni sono già aperte su <https://www.irunning.it/gara.php?id=41765&ts=19541#>.

Per informazioni: Federico Pasquali 347-2393667, via maila info@5passiinvalcarlina.it, sul web <https://5passiinvalcarlina.it/> o su Facebook <https://www.facebook.com/cinquepassi.invalcarlina>

Claudio Bernagozzi

*Resp. Com. UISP APS - SdA atletica leggera
comunicazione.atleticaleggera@uisp.it*



**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](https://www.instagram.com/fit_your_buddy)**

fityourbuddy

Donne e Corsa

Sabrina Poponcini

Riuscire a riprendere l'attività dopo un lungo periodo di stop e ritrovare le sensazioni positive della corsa

Una tua presentazione...

Ciao! Mi chiamo Sabrina Poponcini e sono nata ad Arezzo quasi 51 anni fa. Lavoro in un'azienda che si occupa di edilizia industriale, lavoro tanto e il mio lavoro mi piace!





Parlaci un po' di te.

Fin da adolescente ho sempre fatto attività fisica, ho giocato a basket fino ai 17 anni, poi palestra, corsi di ogni genere, dalla fit box al pilates. Ogni tanto andavo a correre ma senza l'idea di partecipare a gare, per un breve periodo ho avuto la febbre per il tennis, mentre la mountain bike ormai sono tanti anni che mi accompagna.

Circa 7 anni fa però mi sono dovuta un po' fermare per un mal di schiena che senza una causa scatenante mi impediva di fare qualsiasi cosa, o meglio, riuscivo solo ad andare un po' in bicicletta senza troppi dolori.

Quando è arrivata la corsa nella tua vita?

Poi stanca di stare quasi ferma e di sentire sempre dolore, nel 2021, seguita da un bravo fisioterapista, ho iniziato un percorso di rieduca-

zione posturale, con costanza ho fatto tanta ginnastica mirata a risolvere il mio problema e finalmente, ad aprile 2022, ho infilato le scarpette e piano piano ho cominciato a correre.



La prima volta che sono uscita ho percorso 6 km in 46 minuti e mi sono venute le lacrime agli occhi per la felicità, perché ce l'avevo fatta e stavo bene! Km dopo km mi sono data un obiettivo, la mezza maratona, così mi sono iscritta alla Maratonina di Arezzo.

Come ti alleni?

La gioia di allenarmi e vedere che piano piano riuscivo a correre senza fastidi, e soprattutto l'emozione che ho provato all'avvicinarsi della gara nemmeno fossi una professionista... l'ansia della sera prima, quando pensi ormai quello che è fatto è fatto, il timore di non farcela e di non sapere da inesperta come affrontare i 21 km, mi hanno dato una grande spinta. Con tutte queste emozioni il 30 ottobre 2022 ho raggiunto il mio primo obiettivo, ho finito la mia prima "mezza"!

Da circa un mese mi alleno



seguendo un piano con la consulenza di Antonio De Francesco, della Fulvio Masini Consulenti sportivi, non perché voglio raggiungere chissà quali obiettivi, ma per stare bene, per evitare infortuni inutili correndo nel modo sbagliato e per ottimizzare le mie ore di allenamento al fine di avere più resistenza e più velocità... anche perché ora sono una schiappa!

Trail o strada?

Dall'anno scorso non ho mai smesso di correre, prediligo l'asfalto, solo un paio di volte ho partecipato a gare con percorsi nel bosco e dislivelli di +700.

Il tuo sogno si chiama?

Correre... perchè mi da soddisfazione, mi da piacere, mi libera dai malumori e amplifica i miei buon umori, mi fa sentire fortunata di poterlo fare perchè ci sono stati que-

gli anni cui non potevo e fortunata perché tanti vorrebbero e non possono. Quando corro sto bene, l'ho capito da quando, benché ami tanto la musica, correndo non sono più riuscita a tenere le cuffie alle orecchie! Dopo ogni allenamento mi sento soddisfatta, anche quando magari ho fatto tanta fatica perché penso che la volta dopo ne farò di meno.



Il mio sogno è riuscire a finire una maratona e mi piace l'idea di avere un obiettivo per migliorarmi, è una sfida con me stessa!

Segui una alimentazione o degli allenamenti specifici?

Non seguo un'alimentazione specifica, però cerco di mangiare correttamente, ma questo l'ho sempre fatto anche quando non correvo.

Il tuo rapporto con i social?

Non sono molto social, ho solo un profilo instagram sul quale non pubblico quasi nulla, però mi piace seguire chi parla di running, chi corre, chi da suggerimenti utili.

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

Per tutte queste emozioni e sensazioni positive inviterei tutti ad iniziare a correre, perché non è impossibile, basta iniziare piano piano, a volte certo che è fatica, a volte sarebbe più facile non alzarsi presto la mattina o non infilare le scarpette dopo le 21 la sera, ma se parti quando torni stai tanto di gran lunga meglio di come stavi prima di partire!



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>



Donazioni Regalami un Sorriso**Defibrillatore****182**

Consegnato il defibrillatore numero 182 alla Pubblica Assistenza Prato sezione La Briglia

La ETS Regalami un sorriso ha consegnato ad una delegazione della Pubblica Assistenza di Prato Sezione La Briglia il defibrillatore numero 182. Si tratta di un momento importante, dice Piero Giacomelli Presidente del sodalizio pratese, perché questo è un immediato ritorno in solidarietà dell'amore dei podisti che hanno contribuito all'acquisto di questa macchina salvavita. Ricordiamo che Regalami un sorriso effettua i servizi fotografici alle corse podistiche ed il ricavato viene totalmente utilizzato per azioni benefiche.

Ringraziamenti

-- CROCE ROSSA ITALIANA Comitato Nazionale --
-- Protocollo informatico n. 2023/19444/CN/U del 11/07/2023 --

**Croce Rossa Italiana
Corpo Militare Volontario
Centro di Mobilitazione Tosco Emiliano**



Firenze
Prot n. /
Riferimento: msg del
Allegati:
Oggetto: **Ringraziamento
Donazione defibrillatore DAE
semiautomatico**

A:
Pietro GIACOMELLI
Presidente ETS
"Regalami un sorriso" ONLUS
foto@pierogiacomelli.com

Gentilissimo Presidente,

a seguito dei contatti intercorsi con il Ten Col me CRI Silvano FERRACANI, volontario della componente ausiliaria di FF AA. della Croce Rossa Italiana, in servizio presso il Centro di Mobilitazione Tosco Emiliano, formalizzo la nostra disponibilità a ricevere l'apparecchio defibrillatore DAE semiautomatico quale atto di donazione da parte della Vostra associazione.

In qualità di Comandante del Centro di Mobilitazione Tosco Emiliano, dove l'apparecchio troverà utile collocazione, non posso che ringraziare Lei e tutto il suo sodalizio che ha identificato il Corpo Militare Volontario della Croce Rossa Italiana come utile interlocutore per questo gesto davvero encomiabile.

Avere a disposizione ausili, come quello oggetto della donazione, permette al nostro Comando di rafforzare la possibilità d'assicurare l'assistenza sanitaria alle FF.AA. per i numerosi interventi quotidiani in cui siamo chiamati a tutela della sicurezza delle nostre comunità.

Pertanto, nell'esprimere la sincera riconoscenza per il bellissimo gesto, che apprezziamo in maniera particolare, La prego di estendere i nostri saluti e ringraziamenti anche a tutti gli appartenenti alla vostra Associazione.

Con viva cordialità



IL COMANDANTE SV
del Centro di Mobilitazione Tosco Emiliano
Magg.com CRI Riccardo TOTI

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	ENTRATE	31/12/2022	31/12/2021
A) USCITE DA ATTIVITÀ DI INTERESSE GENERALE			A) ENTRATE DA ATTIVITÀ DI INTERESSE GENERALE		
1) Materie prime, sussidiarie, di consumo e di merci	1120,80	1736,79	1) Entrate da quote associative e apporti dei fondatori	0,00	0,00
2) Servizi	8578,04	10386,24	2) Entrate dagli associati per attività mutuali	0,00	0,00
3) Godimento beni di terzi	0,00	0,00	3) Entrate per prestazioni e cessioni ad associati e fondatori	0,00	0,00
4) Personale	0,00	0,00	4) Erogazioni liberali	27098,47	25717,16
5) Uscite diverse di gestione	15868,23	5113,95	5) Entrate del 5 per mille	12503,31	12207,61
Totale	25567,07	17236,98	6) Contributi da soggetti privati	2000,00	0,00
			7) Entrate per prestazioni e cessioni a terzi	0,00	0,00
B) USCITE DA ATTIVITÀ DIVERSE			8) Contributi da enti pubblici	0,00	0,00
1) Materie prime, sussidiarie, di consumo e di merci	0,00	0,00	9) Entrate da contratti con enti pubblici	0,00	0,00
2) Servizi	0,00	0,00	10) Altre entrate	0,02	0,00
3) Godimento beni di terzi	0,00	0,00	Totale	41601,80	37924,77
4) Personale	0,00	0,00	Avanzo/disavanzo attività di interesse generale (+/-)	16034,73	20687,79
5) Uscite diverse di gestione	0,00	0,00			
Totale	0,00	0,00	B) ENTRATE DA ATTIVITÀ DIVERSE		
			1) Entrate per prestazioni e cessioni ad associati e fondatori	0,00	0,00
C) USCITE DA ATTIVITÀ DI RACCOLTA FONDI			2) Contributi da soggetti privati	0,00	0,00
1) Uscite per raccolte fondi abituali	0,00	0,00	3) Entrate per prestazioni e cessioni a terzi	0,00	0,00
2) Uscite per raccolte fondi occasionali	732,00	6897,24	4) Contributi da enti pubblici	0,00	0,00
3) Altre uscite	0,00	0,00	5) Entrate da contratti con enti pubblici	0,00	0,00
Totale	732,00	6897,24	6) Altre entrate	0,00	0,00
			Totale	0,00	0,00
D) USCITE DA ATTIVITÀ FINANZIARIE E PATRIMONIALI			Avanzo/disavanzo attività diverse (+/-)	0,00	0,00
1) Su rapporti bancari	897,72	923,14	C) ENTRATE DA ATTIVITÀ DI RACCOLTA FONDI		
2) Su investimenti finanziari	0,00	0,00	1) Entrate da raccolte fondi abituali	0,00	0,00
3) Su patrimonio edilizio	0,00	0,00	2) Entrate da raccolte fondi occasionali	0,00	0,00
4) Su altri beni patrimoniali	0,00	0,00	3) Altre entrate	0,00	0,00
5) Altre uscite	0,00	0,00	Totale	0,00	0,00
Totale	897,72	923,14	Avanzo/disavanzo attività di raccolta fondi (+/-)	-732,00	-6897,24
			D) ENTRATE DA ATTIVITÀ FINANZIARIE E PATRIMONIALI		
E) USCITE DI SUPPORTO GENERALE			1) Da rapporti bancari	0,00	0,00
1) Materie prime, sussidiarie, di consumo e di merci	0,00	0,00	2) Da altri investimenti finanziari	0,00	0,00
2) Servizi	0,00	0,00	3) Da patrimonio edilizio	0,00	0,00
3) Godimento beni di terzi	0,00	0,00	4) Da altri beni patrimoniali	0,00	0,00
4) Personale	0,00	0,00	5) Altre entrate	0,00	0,00
5) Altre uscite	0,00	0,00	Totale	0,00	0,00
Totale	0,00	0,00	Avanzo/disavanzo attività finanziarie e patrimoniali (+/-)	-897,72	-923,14
TOTALE ONERI E COSTI	27196,79	25057,36	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	Entrate da disinvestimenti in immobilizzazioni o da flussi di capitale di terzi	31/12/2022	31/12/2021
1) Investimenti in immobilizzazioni inerenti alle attività di interesse generale	3628,51	2064,69	1) Disinvestimenti di immobilizzazioni inerenti alle attività di interesse generale	0,00	0,00
2) Investimenti in immobilizzazioni inerenti alle attività diverse	0,00	0,00	2) Disinvestimenti di immobilizzazioni inerenti alle attività diverse	0,00	0,00
3) Investimenti in attività finanziarie e patrimoniali	0,00	0,00	3) Disinvestimenti di attività finanziarie e patrimoniali	0,00	0,00
4) Rimborso di finanziamenti per quota capitale e di prestiti	0,00	0,00	4) Ricevimento di finanziamenti e di prestiti	0,00	0,00
Totale	3628,51	2064,69	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
			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	Proventi figurativi	31/12/2022	31/12/2021
1) da attività di interesse generale		0,00	1) da attività di interesse generale		0,00
2) da attività diverse		0,00	2) da attività diverse		0,00
Totale	0,00	0,00	Totale	0,00	0,00

Area volantini





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.

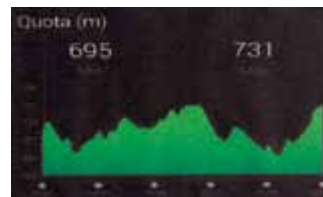
COSTO ISCRIZIONI

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
Motiva 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

LUGLIO
23
2023

MEMORIAL LAURO GHILARDI

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

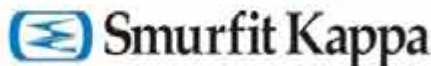
- ai primi 3 gruppi più numerosi
- G.P. montagna a Campocatino



partnershipforleadership



alpenplus
OUTDOOR · SPORT · FASHION



Apuana Marmi
VAGLI

Toscopaper



APRI
NUOVE SOLUZIONI



IMPRESA COSTRUZIONI SPA
GUIDI GINO



Ortodonzia e Implantologia



AUTOSAS.IT



AURORA
MONTALE ASD

Gruppo
Podismo Trekking Comitato
Croce D'Oro Montale



UISP
sportpertutti



CENTRO
SPORTIVO
ITALIANO



Pro Loco Fagnano, 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,
Fagnano 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

Comune di
CHIESINA UZZANESE

NELL'AMBITO DELL'ESTATE CHIESINESE ORGANIZZA

CONSORZIO
DI BONIFICA



«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 2023

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

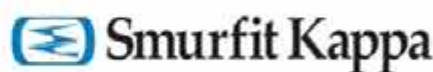
dalla 1° alla 20° classificata

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



AUTOSAS.IT



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^o-20^o | ADULTI DONNE 1^o-10^o | VETERANI UOMINI 1^o-10

VETERANE DONNE 1^a-3^a | ARGENTO UOMINI 1^o-5^o | ARGENTO DONNE 1^a-3^a | ORO UOMINI 1^a-3^a

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



Club Ausonia asd



Via G. Matteotti, 18 - Sesto F.no (Fi) - info@clubausonia.it - www.clubausonia.it - clubausonia@pec.it

Il due Agosto, triste anniversario della strage del 1980 alla Stazione di Bologna, con questa circostanza l'impegno del movimento podistico che, fin dal primo anniversario, è sempre stato presente per portare solidarietà ai familiari e per chiedere giustizia, il gruppo Club Ausonia - Circolo Rinascita di Sesto Fiorentino, creatori e organizzatori dell'iniziativa fino dalla prima edizione raggiungendo Bologna in staffetta e coinvolgendo anche altri gruppi locali.

Organizza la 43^a Staffetta Podistica

2 agosto una data da non dimenticare

Sesto F.no - Bologna

con il patrocinio del:

Comune di Sesto Fiorentino, Comune di Calenzano,
Comune di Barberino, Comune di Firenzuola

Ritrovo: Martedì 1 Agosto 2023

P.zza del Comune di Sesto F.no 16,30 e partenza h. 17,00

1^a Staffetta Sesto Fiorentino – Calenzano km 5

2^a Staffetta Calenzano – Croci di Calenzano km 11

3^a Staffetta Croci di Calenzano – Barberino di Mugello km 9

4^a Staffetta Barberino di Mugello – Traversa (Passo della Futa) km 16

I podisti che vorranno partecipare alle staffette, dovranno essere autosufficienti per quanto riguarda i mezzi di trasporto, si ricorda che ogni podista è responsabile di se stesso per quanto concerne la condotta nel pieno rispetto del codice stradale, la società non risponde di eventuali danni a persone cose ed animali durante e dopo la fine della **staffetta solo rappresentativa**, assistenza delle Istituzioni dei Comuni che partecipano.

Ristori alternativi lungo il percorso sono a cura del Club Ausonia, Comune di Calenzano - Comune di Barberino - La Traversa Passo della Futa.

Iscrizione: GRATUITA

riconoscimento alla partecipazione maglietta commemorativa

Informazioni: Franco Tiberio cell. 377 4828127

Fratoni Maurizio cell. 335 5760288



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!!

3^ SUNRISE RUN

Start ore 06:12

SABATO 5 AGOSTO 2023

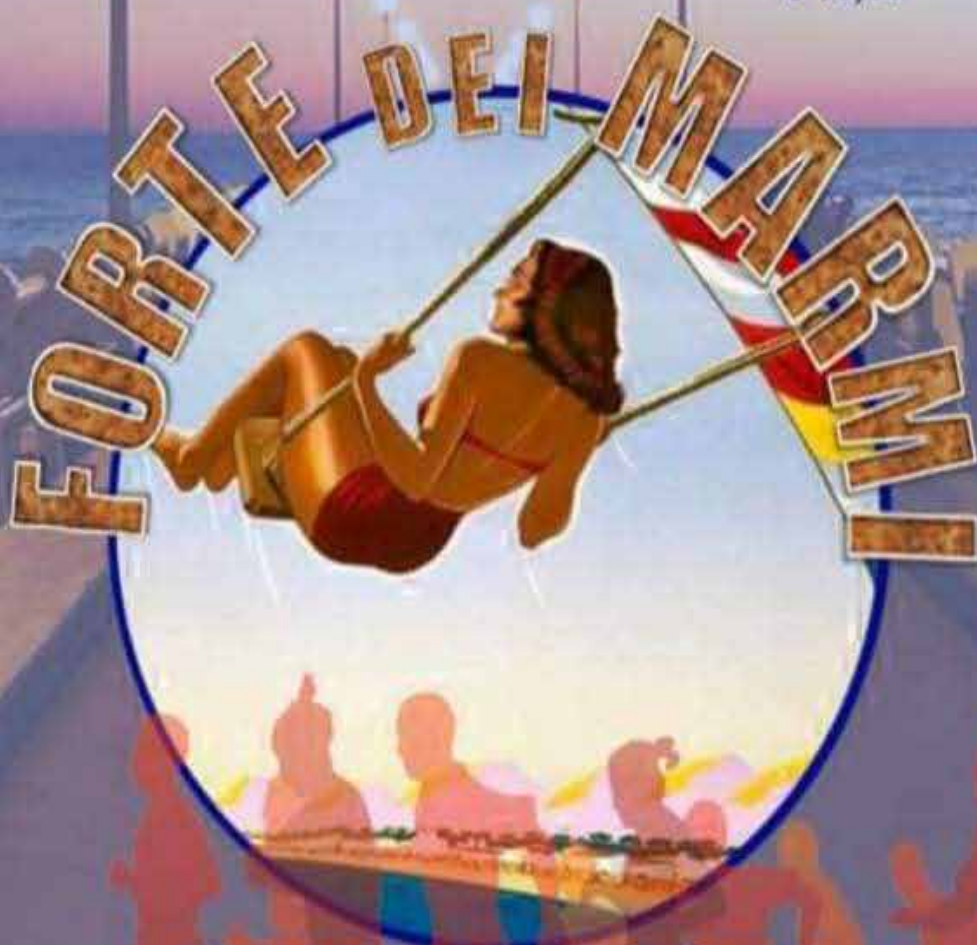
CORSA O CAMMINATA A PASSO LIBERO di 5 Km.

RITROVO: PONTILE DI FORTE DEI MARMI ORE 05:30

COLAZIONE E MAGLIETTA TECNICA

AI PRIMI 150 ISCRITTI

€ 10,00



MEMORIAL ROBERTO PUPPO
MEMORIA DI ROBERTO PUPPO
AL TEAM PIU' NUMEROSO



ISCRIZIONI: www.endu.net

INFO: Graziano Poli 347 379 6343 - www.gpparcoalpiapuane.it

47° Campionato Italiano della **Bugia** 5-6 Agosto 2023



PiastreChef
LE PIASTRE



Sezione Verbale
Selezione
Pistoia-Abetone



L'Accademia della Bugia APS e la ASD Silvano Fedi, nell'ambito dell'edizione numero 46 della Pistoia-Abetone, in programma il 25 giugno,

ORGANIZZANO:

un premio speciale e una selezione di concorrenti per il **47° Campionato Italiano della Bugia** che si terrà a Le Piastre i giorni 5-6 agosto.

Come partecipare. Gli aspiranti partecipanti dovranno inviare una bugia nelle modalità e nei tempi stabiliti dal presente bando.

Possono concorrere tutti gli iscritti alla 46° Pistoia-Abetone compilando l'apposito modulo e inviandolo all'indirizzo accademiabugia@gmail.com entro il giorno **20 luglio 2023**.

Il vincitore si aggiudicherà un premio speciale, che verrà consegnata il giorno 6 agosto alle in piazza della Chiesa di Le Piastre durante lo svolgimento del 47° Campionato Italiano della Bugia. La giuria si riserva di assegnare altri premi qualora ritenuti degni di merito. La stessa il vincitore potrà partecipare al 47° Campionato Italiano della Bugia (**per il regolamento si rimanda al sito www.labugia.it**), rappresentando la Pistoia-Abetone. Sarà offerto, a cura dell'organizzazione, vitto e alloggio per una notte.

Note. Il Campionato Italiano della Bugia nasce nel 1966. Le motivazioni che hanno portato alla creazione di questa sezione sono da ricercare nelle antiche tradizioni piastresi, quando si era soliti ritrovarsi davanti a un fuoco a raccontare storie che mescolavano realtà e fantasia.

Ricordiamo che al Campionato Italiano della Bugia non si può partecipare raccontando freddure, barzellette, giochi di parole e altro di diverso dalle Bugie.

Per qualsiasi richiesta di informazioni e assistenza anche nella realizzazione della propria bugia, si può contattare l'Accademia della Bugia all'indirizzo e-mail accademiabugia@gmail.com



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



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

Vigè regolamento Corrilunigiana

38° CAMINADA DI "SAN CASSIANO"



12° Memorial Angelo Ballerini
3° Memorial Maurizio Vallerini



DOMENICA 13
AGOSTO 2023

IL RITROVO è fissato
alle ore 16:00
presso il campo sportivo
di Gragnola (MS)



CONTRIBUTO DI PARTECIPAZIONE ALLA GARA
ADULTI 8€ - BAMBINI 4€

CATEGORIE E PREMI:

UOMINI: I PRIMI 3 ASSOLUTI

Tutti i bambini da 0 a 9 anni
Ragazzi da 10 a 14 anni i primi 5
Ragazzi da 15 a 17 anni i primi 5
CAT. da 18 a 29 i primi 3
CAT. da 30 a 39 i primi 5
CAT. da 40 a 49 i primi 7
CAT. da 50 a 54 i primi 7
CAT. da 55 a 59 i primi 5
CAT. da 60 a 64 i primi 5
CAT. da 65 a 69 i primi 5
CAT. da 70 e oltre i primi 3

DONNE: LE PRIME 3 ASSOLUTE

Tutte le bambine da 0 a 9 anni
Ragazze da 10 a 14 anni le prime 5
Ragazze da 15 a 17 anni le prime 5
CAT. da 18 a 35 le prime 5
CAT. da 36 a 49 le prime 6
CAT. da 50 a 59 le prime 6
CAT. da 60 e oltre le prime 5

MAGLIA RICORDO DELLA MANIFESTAZIONE
AI PRIMI 150 ISCRITTI

PARTENZE:

Bambini fino 9 anni ... Km 0,8 ore 17.15
Ragazzi fino 17 anni non competitiva Km 4 ore 17.45
Uomini e Donne da 18 anni in poi ... circa 8 Km ore 17.45

LA MANIFESTAZIONE AVRA' LUOGO ANCHE IN CASO DI BRUTTO TEMPO

Per Info: Luca 320 4623129 Roberto 329 0920687 Graziano 347 3796343

ISCRIZIONI: E Mail servizio.iscrizioni@gmail.com

REGOLAMENTO: www.gpparcoalpiapuane.it

GARA APPROVATA DALCOMITATO UISP DI PISTOIA



LA PRO LOCO PIAN DEGLI ONTANI
 Con l'approvazione del settore Atletica della UISP di Pistoia
 e la collaborazione tecnica della A.S.C.D. "SILVANO FEDI"

ORGANIZZA per:

Martedì 15 AGOSTO 2023

13° SCARPINATA DEL FATTUCCHIO

"2° MEMORIAL PIERO NESTI"

Gara Podistica Competitiva di km 11,5 e Ludico Motoria di km 11,5 e km 5,5

PROGRAMMA

RITROVO: ore 8,00 Presso Loc. Il Balzone Pian Degli Ontani "Presso Impianti Sportivi"
PARTENZA: ore 9,30 in Piazza dell'Acerone Pian degli Ontani
CATEGORIE: UOMINI: ASSOLUTI 18-49 anni, VETERANI 50-59 anni, ARGENTO 60-69 anni, ORO 70 anni e oltre
 DONNE: ASSOLUTE 18-49 anni, VETERANE 50-59 anni, ARGENTO 60 anni e oltre
PRE-ISCRIZIONI: sono aperte a tutti i tesserati e non con certificato di idoneità fisica. Si ricevono fino a domenica 13 agosto: per singoli sul sito www.cronorun.it, le società possono inviare la lista completa degli atleti alla mail iscrizioni@cronorun.it
ISCRIZIONI: aperte fino a 30 minuti della partenza presso il campo gara
QUOTA DI ISCRIZIONE: € 7,00 (solo per i tesserati alla UISP € 5) con diritto al premio di iscrizione – € 2,00 senza diritto al premio iscrizione (solo per i partecipanti alla ludico motoria).

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

PREMI INDIVIDUALI

ISCRIZIONE: Pacco gara con borraccia

PREMI INDIVIDUALI:

<u>ASSOLUTI UOMINI</u>	<u>ASSOLUTI DONNE</u>	<u>VETERANI UOMINI</u>	<u>VETERANE DONNE</u>	<u>ARGENTO UOMINI</u>	<u>ARGENTO DONNE</u>	<u>ORO UOMINI</u>
1°/25° premi a scalare	1° /10 premi a scalare	1°/15 premi a scalare	1°/10° premi a scalare	1°/10° premi a scalare	1°/5° premi a scalare	1°/5° premi a scalare

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

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 presentare tesserino assicurativo e/o certificato medico.
 I cartellini gara devono essere compilati in tutte le parti con NOME, COGNOME, ANNO DI NASCITA, SOCIETA' 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 E' PER LA MAGGIOR PARTE STERRATO MA PER LA PARTE ASFALTATA E' APERTO AL TRAFFICO: RISPETTARE IL CODICE STRADALE

PER INFORMAZIONI Telefonare al: 366 3507854 PRO LOCO PIAN DEGLI ONTANI

EMAIL: prolocovalsestaione@gmail.com

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