



Notiziario ufficiale dell'ATLETICA LAMBRO MILANO
a cura di Fabio Maderna

ATLETICA LAMBRO: sede via E Folli 8, Milano.
CODICE FIDAL MI296 - CODICE FITRI 1719
e-mail: info@atleticalambro.it sito: www.atleticalambro.it
Codice IBAN: IT 39 P 01030 01600 000008463546

Cross per Tutti 2023: le premiazioni ed una errata corrige

Eh si, la scorsa settimana ho commesso un grossolano errore tagliando la classifica della cat. SM50 alla 10^a posizione e togliendo il meritato riconoscimento a Marino Magnani, presente a 5 delle 6 prove. Mi scuso con Marino e con voi ed ecco la classifica completa SM50

CLASSIFICA FINALE SM50									
N°	ATLETA	TEAM	1ª PROVA CANEGRATE 22/01/2023	2ª PROVA CESANO 29/01/2023	3ª PROVA LISSONE 05/02/2023	4ª PROVA CINISELLO 19/02/2023	5ª PROVA PADERNO 26/02/2023	6ª PROVA BRUGHERIO 05/03/2023	TOT
1	FIGAROLI MASSIMO	MI307 - C.B.A. CINISELLO BALSAMO ATL.	44	36	36	40	33	37	193
2	CAVALLI ANDREA	MI296 - ATL. LAMBRO MILANO	42	35	31	38	31	35	181
3	MAZZOLENI FERRACINI IVAN	BG962 - BERBENNO RUNNERS	39	30	32	37	32	36	176
4	DI PALMO FRANCESCO	MI020 - ONDAVERDE ATHLETIC TEAM	41	32	30	36	30	34	173
5	SFRANZIONE MARCO	RR001 - RUN CARD	36	29	27	34	0	32	158
6	DONEDA MIRCO	BG282 - ATL. CASTEL ROZZONE	34	27	28	33	27	28	150
7	ROMANO FAUSTO	MI352 - EUROATLETICA 2002	31	28	29	32	26	27	147
8	SCAFUTI RENATO	MI352 - EUROATLETICA 2002	32	24	26	31	28	0	141
9	BRUNATI MARIO	MI922 - ATLETICA DESIO ASD	30	23	25	29	24	0	131
10	VIGANO' MASSIMO	MI075 - ATLETICA CINISELLO	29	22	24	28	0	26	129
11	MOTTI GUIDO	MI020 - ONDAVERDE ATHLETIC TEAM	27	19	23	26	19	25	120
12	REPOSSI DOMENICO SIMONE	MI053 - U.S. VIRTUS BINASCO ATL.	23	17	19	21	18	23	104
13	OLIVA MASSIMO	MI022 - CANOTTIERI MILANO	21	16	16	20	21	18	96
14	TOGNON MARCO	MI759 - LA FENICE	13	12	12	17	0	16	70
15	REANI GIANMARCO	MI075 - ATLETICA CINISELLO	14	11	0	14	13	13	65
16	LATTUADA MAURIZIO	MI020 - ONDAVERDE ATHLETIC TEAM	10	8	9	15	12	14	60
17	BUZZINI GIORGIO	MI335 - ATL. MUGGIO'	16	10	0	16	8	6	56
17	LENTINI ROBERTO	MI102 - P.B.M. BOVISIO MASCIAGO	11	7	11	13	14	0	56
19	ARDOINO GIULIANO	MI093 - SEZ. ATL. ORATORIO CORNAREDO	6	4	8	10	9	7	40
20	LEONI CHRISTIAN	MI093 - SEZ. ATL. ORATORIO CORNAREDO	5	0	7	8	5	9	34
21	CAPELLI PAOLO	MI075 - ATLETICA CINISELLO	0	6	3	7	6	10	32
22	DOTOLI DANILO	MI770 - ATLETICA MENEGHINA	4	5	5	6	3	5	25
23	MAGNANI MARINO	MI296 - ATL. LAMBRO MILANO	3	2	6	5	4	0	20
24	GATTINONI RUBEN	CO790 - TEAM PASTURO ASD	2	3	2	3	2	4	14
25	BOCCHIOLA PAOLO	MI352 - EUROATLETICA 2002	1	1	1	1	1	2	6

E per chiudere definitivamente il Cross per Tutti 2023 le foto delle premiazioni di venerdì sera.



Dove abbiamo corso

Roma-Milano. Non si tratta di un Freccia Rossa, ma delle città dove hanno corso gli AL e, come sempre quando c'è di mezzo una maratona, questa ha la priorità nei resoconti.

Marco Simonelli e Maurizio Monici, ecco chi sono i “gladiatori” che hanno conquistato Roma domenica!

Bib	Athlete	O.Time
3802	MONICI MAURIZIO ITA, ATL. LAMBRO MILANO	03:56:54 -
195	SIMONELLI MARCO ITA, ATL. LAMBRO MILANO	03:57:11 -

Ecco il commento di Marco alla gara: *“Domenica 19 ho corso la maratona di Roma, inutile dire che il percorso è di un fascino unico, ma anche parecchio duro, molti saliscendi e pavè. E' stata una bellissima esperienza, è davvero una delle maratone più belle in Italia perchè anche l'organizzazione è all'altezza dello scenario. Tanti ristori e spugnaggi lungo il percorso, pur essendo quasi 30000 atleti tutto è filato liscio. Anche il maraton village, al ritiro del pettorale, organizzato benissimo e senza code.*

La cosa più bella poi è il tifo lungo le strade e una città che davvero si ferma per la maratona, senza litigi e insulti inutili per la strada. Ciao a tutti!”



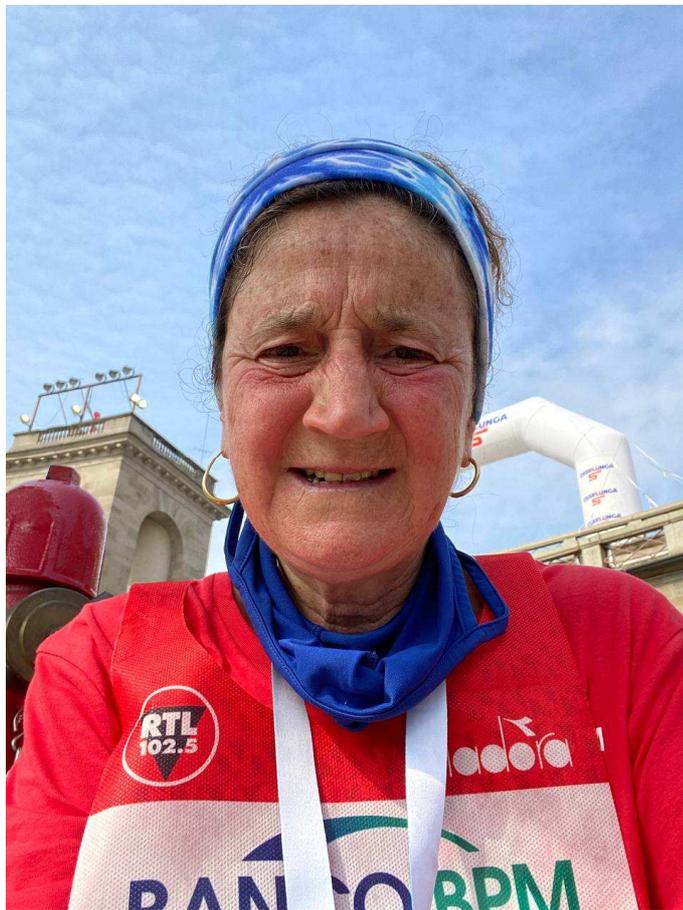
Più numerosa la partecipazione alla Stramilano Half Marathon con nove partecipanti e fra loro registriamo il debutto, con l'AL, di Massimiliano Maticena (il più veloce!) e Michele De Chiara, ma anche il ritorno di Patrizio Todisco tornato a indossare la nostra maglia. Ecco tutti i risultati:

POS	PET	COGNOME	NOME	TEAM	NAZ	CAT	PCAT	TEMPO
482	972	MATACENA	MASSIMILIANO	ATL. LAMBRO MILANO	ita	SM40	69	01:29:17
515	935	COLLIN	TOM	ATL. LAMBRO MILANO	bel	SM	136	01:29:56
1285	2734	TODISCO	PATRIZIO	ATL. LAMBRO MILANO	ita	SM55	93	01:41:46
1540	6654	DE CHIARA	MICHELE	ATL. LAMBRO MILANO	ita	SM50	238	01:45:28
2122	5464	GAMBINO	GIORGIO	ATL. LAMBRO MILANO	ita	SM55	184	01:52:12
2372	5094	ANIELLO	ROBERTO	ATL. LAMBRO MILANO	ita	SM65	24	01:55:22
3376	6522	COLOMBO	ALDO OTTAVIO	ATL. LAMBRO MILANO	ita	SM60	155	02:10:39
3699	6321	SCIANCA	MARCO	ATL. LAMBRO MILANO	ita	SM60	172	02:24:48
3731	6574	SCIANCA	MAURO	ATL. LAMBRO MILANO	ita	SM65	57	02:28:34

Sotto Roberto Aniello ci regala il suo commento alla gara e poi le foto che ho fatto a Tom e a Giorgio mentre non ho potuto immortalare, causa memoria piena del cellulare, Patrizio, lo stesso Roberto e i fratelli Scianca: mi spiace! Ah c'è anche la foto di Gloria Carboniello che ha partecipato alla Stramilano di 10 km.

“Era da più di 4 anni che non facevo una mezza maratona, precisamente da febbraio 2019 a Treviglio, conclusa in 1.44’. Poi, malattie e infortuni mi hanno impedito di allenarmi in modo decente per queste distanze. Anche adesso non ero molto allenato, ma dovevo fare un test perché mi sono iscritto un po’ avventatamente al 70.3 (o mezzo ironman) di Venezia Jesolo del 7 maggio. L’ultima Stramilano l’avevo corsa nel 2014, quando avevo fatto da pacemaker delle 2 ore insieme ad Angelo Rossi: altri tempi... L’aspetto migliore di questa gara, secondo me, è il percorso, sia perché quasi piatto - a parte i bastioni di Porta Volta e di Porta Venezia - sia per i lunghi rettilinei e le poche curve. Anche l’organizzazione quest’anno era praticamente perfetta. Essendo incerto sulla mia tenuta alla distanza, sono partito con prudenza e man mano ho aumentato il ritmo, chiudendo in poco meno di 1.53’ (ma non capisco perché nelle classifiche non mettano solo il real time, come invece ho visto fare per la maratona di Roma). Sono quindi soddisfatto del mio rientro sulla mezza, peccato solo per la mancanza di un ritrovo con gli altri soci, ma per fortuna all’arrivo c’era il nostro impeccabile Presidente”.





Allenamenti di Gruppo!

Anche se è un po' di tempo che non ne parliamo, ma l'allenamento del martedì sera al Parco Lambro è un appuntamento fisso e questi i partecipanti di ieri sera. Ovviamente la partecipazione è sempre aperta a tutti!



Dove potremo correre:

Edo Medidiani mi ha segnalato, per domenica 23 aprile, la 2^a Stralimito a Limito, una corsa non competitiva di 5,2 km aperta a tutti. La particolarità è che il ritrovo è alle 14 e la partenza alle 15!

Una data da segnare in rosso sul calendario è **sabato 27 maggio** quando la “sezione di Rogoredo” dell'AL organizzerà la **StraRogoredo**.

Altra data da bloccare è **l'8 giugno** quando si svolgerà **il Palio dell'Ortica!**

CERTIFICATI MEDICI IN SCADENZA

Queste le visite mediche per le quali FIDAL segnala la prossima scadenza o che sono già scadute:

Rossana Ruozzo (3/3/23)

Sara Capucci (24/2/23)

Nello Nolis (23/2/23)

Fabio Ferrari (26/1/23)

Silvia Capelli (15/11)

Gianluca Guglielmo (27/10)

Auguri a.....

Patrizio Todisco (20) e Luciano Chillemi (24)