



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

A farla da padrone, anche questa settimana, è il Cross per Tutti con la 4° tappa di Paderno. Domenica prossima a Cinisello avremo bisogno di tutti per poter risalire la classifica a squadre!

A Paderno la 4^a prova del CxT

In 13 hanno onorato la prova di Paderno Dugnano che era anche valida come campionato regionale di cross sia individuale che a squadre e questo ha richiamato, nonostante le previsioni meteo pessime, un gran numero di partecipanti che puntavano ai titoli regionali di categoria, ma anche di squadra dove l'atletica paratico ha fatto "man bassa" salendo di colpo al 2° posto nella classifica di team. Da parte nostra abbiamo ridotto a 20 i punti dall'Atletica Cinisello, organizzatrice della prossima tappa. Qui di seguito il link allo scritto di Andrea Cavalli pubblicato sul nostro sito.

<https://www.atleticalambro.it/cross-x-tutti-quarta-tappa-paderno-dugnano-campionato-regionale-master/>

Complimenti a Silvia Bassanetti che ha ottenuto un prezioso terzo posto di categoria salendo sul podio "regionale" anche se, per motivi di lavoro, a rappresentarla è stata Vanessa Ortolani. Bentornato a Giuseppe Guastamacchia al suo esordio al CxT. Altra citazione è per Roberto Franciosi che, dopo tre sfortunate partecipazioni a Paderno concluse anzitempo per infortunio, domenica ha portato a casa la gara indenne!

Prima delle classifiche le foto di "gruppo"!





CLASSIFICA MASTER M/F

N°	TEAM	1^	2^	3^	4^	5^	6^	TOTALE
		PROVA	PROVA	PROVA	PROVA	PROVA	PROVA	
		CESANO M. 14/01/2024	CANEGRATE 21/01/2024	LISSONE 04/02/2024	PADERNO D. 11/02/2024	CINISELLO B. 18/02/2024	BRUGHERIO 03/03/2024	
1	MI352 - EUROATLETICA 2002	460	366	345	566	0	0	1737
2	BS562 - ATL. PARATICO	14	5	10	1034	0	0	1063
3	MI020 - ONDAVERDE ATHLETIC TEAM	268	215	91	242	0	0	816
4	MI075 - ATLETICA CINISELLO	192	182	178	161	0	0	713
5	MI296 - ATL. LAMBRO MILANO	170	139	217	167	0	0	693

Prima prova

POS	PETT	NOME	S	CAT	P CAT	SOCIETA'	TEMPO
19	105	CAVALLI ANDREA	M	SM55	7	MI296 - ATL. LAMBRO MILANO	00:25:08.315
25	381	PROIETTI ALBERTO	M	SM55	10	MI296 - ATL. LAMBRO MILANO	00:25:32.326
92	195	FRANCIOSI ROBERTO	M	SM60	22	MI296 - ATL. LAMBRO MILANO	00:29:55.298
95	4046	GUASTAMACCHIA GIUSEPPE	M	SM65	9	MI296 - ATL. LAMBRO MILANO	00:30:11.537
115	362	PELLEGRINO ROBERTO	M	SM50	40	MI296 - ATL. LAMBRO MILANO	00:32:12.013
122	275	MAGNANI MARINO	M	SM50	42	MI296 - ATL. LAMBRO MILANO	00:32:56.017





Seconda prova

POS	PETT	NOME	S	CAT	P CAT	SOCIETA'	TEMPO
40	498	VIEL MAURO	M	SM45	6	MI296 - ATL. LAMBRO MILANO	00:23:43.547
125	3403	GASPARETTO DECIO	M	SM45	31	MI296 - ATL. LAMBRO MILANO	00:30:19.252
128	2640	LUCIA ANTONELLO	M	SM40	28	MI296 - ATL. LAMBRO MILANO	00:31:25.755
130	283	MANGIONE GIUSEPPE	M	SM40	29	MI296 - ATL. LAMBRO MILANO	00:33:48.976





Terza prova

POS	PETT	NOME	S	CAT	P CAT	SOCIETA'	TEMPO
120	3407	ORTOLANI VANESSA	F	SF50	9	MI296 - ATL. LAMBRO MILANO	00:21:58.760
136	30	BASSANETTI SILVIA	F	SF60	3	MI296 - ATL. LAMBRO MILANO	00:22:42.752
143	94	CARMINATI CLAUDIA	F	SF40	9	MI296 - ATL. LAMBRO MILANO	00:23:10.750





Dove abbiamo corso

AL a Verona alla Giulietta & Romeo dove Massimo Longoni ha partecipato alla mezza maratona.

P.Sex	Pett	Atleta	P.Cat	Tempo
2756	3922	LONGONI MASSIMO ITA, ATL. LAMBRO MILANO	175 SM60	2:36:49 +1:35:34

Le prossime date del Cross per Tutti

3/3/24 Brugherio

Le iscrizioni alle tappe del CxT devono essere fatte entro il martedì sera sul sito FIDAL dalla Società. Come gli scorsi anni, fatta la prima iscrizione si ottiene pettorale e chip e per le gare successive non è necessaria l'iscrizione sul sito FIDAL, ma basta presentarsi la mattina della gara. In questo circuito non saranno accettate iscrizioni la mattina della gara e il costo, per gara, è di 5 euro.

Promo Sportlab

Sportlab è un'azienda attiva nella produzione di prodotti sportcare pensati per tutti gli sportivi, ma in particolare per runners e ciclisti quali creme preparatorie e defaticanti per muscoli, antisfregamento, bagnoschiuma e altro. Chi ha corso a novembre la mezza di Milano ha avuto modo di provare i loro prodotti perché erano presenti nel pacco gara. Alcuni campioni saranno disponibili domenica a Lissone.

Grazie a Ludo Rambelli Sportlab ha attivato sul sito www.sportlabmilano.com un codice di sconto riservato ai soci AL del 20% applicabile sull'intero ordine senza limiti di utilizzo. Il codice è valido fino al 31/12/2024.



CERTIFICATI MEDICI IN SCADENZA

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

Davide Del Bel Belluz (13/3/24)

Gloria Carboniello (6/3/24)

Alberto Proietti (2/3/24)

Gaetano Turi e Giorgio Gambino (21/2/24)

Auguri a.....

Giuseppe Guastamacchia (17)