



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

Il 25 e 26 maggio, organizzata da DKR al campo XXV Aprile si svolgerà una 24 x 1 ora a cui pensiamo di partecipare. A breve partiranno le "convocazioni" tenetevi liberi! Per le gare dei GP invece ci vuole ancora un po' di pazienza perché i nodi da sciogliere, non sono ancora stati risolti.

Gran finale domenica a Brugherio per il CxT

Sale l'attesa per l'ultima prova del circuito 2024 che ci ha già regalato tante soddisfazioni con tanti podi di categoria che si dovrebbero concretizzare con la stesura delle classifiche finali al netto degli "scarti". Riusciranno i nostri eroi a recuperare le due posizioni che ci separano dal podio della classifica a squadre? Molto dipenderà da quanti saranno gli atleti in gara, noi invece schiereremo forze fresche con i debutti di Roberto Aniello e Mariano Biondelli.

Dove abbiamo corso

Grazie a Roberto Pellegrino, AL presente nella rinnovata Maratonina Città di Treviglio.

P.Gen	Pett	Atleta	P.Cat	P.Sex	Tempo
493	479	PELLEGRINO ROBERTO ITA, ATL. LAMBRO MILANO	76 SM50	426	01:54:03 +46:11



AL su Correre di febbraio

Si lo so, è un po' tardi, ma volevo segnalare che su Correre di febbraio si parla dell'Atletica Lambro.

La Metropoli

We are AL

È questo il motto dell'Atletica Lambro Milano: quasi trent'anni di storia, avventure, amicizie e divertimento, oltre che ovviamente di corsa raccontate dal suo presidente Fabio Maderna



Ne è passata di acqua sotto i ponti del fiume Lambro da quel lontano 29 novembre 1995, quando venne ufficialmente costituita l'Atletica Lambro Milano, come racconta l'attuale presidente Fabio Maderna. «La storia narra, anche ormai dei soci fondatori ne sono rimasti solo due, ma l'idea sia nata da un gruppo di amici, quasi tutti podisti, ma avevano una sana concezione dello sport, ma soprattutto della convivialità, all'insegna dello stare insieme senza particolari assilli per i risultati. E se non fosse stato così, io non avrei mai potuto far parte di questa fantastica società che mi ha accolto nel 1998. Nel 2002 sono stato nominato nel direttivo e nel 2003 gli allora soci decisero di affidarmi la presidenza. In questi 29 anni di vita, non credo di essere immodesto, l'Atletica Lambro si è ritagliata un posto importante fra le società podistiche milanesi del mondo master».

Parliamo della vostra gara, la Corrilambro.

«Come ben si può intuire anche dal nome del team, siamo molto legati al Parco Lambro di Milano, sede da sempre dei nostri allenamenti, tanto che nel 1999, come logica conseguenza, decidemmo di organizzare una gara al suo interno, appunto la Corrilambro. Come data fu scelta la prima domenica di maggio perché, all'epoca, era il primo giorno dell'anno in cui il parco veniva chiuso al traffico e così è stato fino al 2019. Per 21 anni la Corrilambro è stata il nostro fiore all'occhiello, poi il Covid ha cancellato l'edizione 2020 e per il momento rimane in nabuffina. Sono stati tanti campioni che hanno iscritto il loro nome nell'albo d'oro della gara, ma in questo momento tengo a ricordare le vittorie della nostra amica Cristina Lena nel 2007 e 2008».

Il running, in questi ultimi anni, ha stretto la mano ad altri mondi amici, quali ad esempio il trail e il triathlon. Lo avete fatto anche voi?

«Assolutamente sì. Tornando alla storia dell'Atletica Lambro, dai 25 soci dell'anno di costituzione siamo arrivati a un centinaio nel 2018 poi, come per tutte le società, l'avvento della Run Card e i problemi legati alla pandemia hanno ridimensionato il numero dei tesserati che quest'anno si è assestato sulla sessantina. Dal 2011 il nostro sodalizio è anche affiliato alla FITRI, la Federazione Italiana Triathlon».

Avendo aperto la sezione 3A1, per gli appassionati della tripla disciplina, negli ultimi anni è anche esplosa la "trail mania" e, specialmente nei mesi estivi, un nutrito numero di atleti abbandona le classiche gare podistiche per avventurarsi nella natura tanto che abbiamo costituito, oltre ai già esistenti campionati sociali per podismo e triathlon, anche quello del trail».

Quali sono i migliori risultati centrati dal club?

«Come già detto, le classifiche non sono mai state un obbligo per l'Atletica Lambro, però mi piace ricordare quando vinsemmo, in una edizione della mezza di Monza di un po' di anni fa, entrambe le graduatorie a squadre maschile e femminile. È invece storia recentissima il 5° posto, sempre nella classifica a squadre, alla mezza di Lodi 2023».

Un club, il vostro, che non solo corre e organizza...

«Siamo stati fin dall'inizio fra le società promotrici del circuito Corrimilano e la Corrilambro è sempre stata presente nel calendario gare, ma mi piace anche ricordare che una volta all'anno ci mettiamo al servizio dei podisti essendo fra le società che, praticamente da sempre, prestano volontariato alla maratona di Milano».

Dove vi allenate?

«Venendo incontro all'esigenza manifestata da alcuni soci di allenarsi insieme dal febbraio 2020 organizziamo gli allenamenti di gruppo tutti i martedì sera, sotto l'attenta guida del nostro coach Diego Abbasciantini, ovviamente al Parco Lambro. I training sono aperti a tutti quanti vogliono unirsi a noi. Stiamo anche maturando l'idea di un corso di Nordic walking».

Quali canali utilizzate per farvi conoscere?

«We are AL è il nostro motto. È recente e lo dobbiamo alla felice intuizione della nostra socia Jo Mazzelli, che ha curato il nostro "libro" sui social. Abbiamo anche inaugurato il nuovo sito internet dove cercheremo di essere puntuali nel raccontare tutte le nostre attività non solo sportive, ma anche quelle che organizziamo per saldare l'amicizia che ci lega. Se qualcuno volesse far parte della We are AL, si deve trovarci. (Rodolfo Lollini)»

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)

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