



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

In pochi giorni due grandi feste di sport: giovedì sera il Palio dell'Ortica e domenica la 10km del Parco Nord con tanti podi AL!

10 km del Parco Nord e i risultati della seconda prova del GP AL

La foto che segue è un'immagine fantastica del grande Gruppo che si è presentato al via domenica mattina alla 10 km del Parco Nord e nella foto non è presente Alberto Proietti, arrivato solo poco prima della partenza e Gloria Carboniello che ha dovuto rinunciare alla gara all'ultimo.



Nuovo il percorso che è stato reso più veloce e probabilmente è davvero così se confrontiamo il tempo 2023 di Mauro Viel (38'53") con quello di quest'anno, nonostante una mattinata dove il caldo e l'umidità si sono fatti pesantemente sentire.

La gara: questi i risultati, purtroppo in classifica non compare Mauro Scianca che, come aveva anticipato, ha abbandonato la gara dopo il primo giro. Bottino di podi di categoria con la vittoria di Nello Nolis, i due secondi posti di Mauro Viel e Andrea Cavalli e il terzo di Silvia Bassanetti, tutti immortalati nelle foto di Roberto Mandelli che trovate più avanti.

GP AL: Mauro Viel, Andrea Cavalli e Nello Nolis, questo il "podio" della gara maschile con Mauro che bissa il successo di Lissone mentre il podio femminile vede al primo posto Vanessa Ortolani, anche lei bissa il successo di Lissone, seguita da Silvia Bassanetti e Camilla Manca.

Per problemi di tempo qua trovate qualche foto di quelle scattate da me e i podi, come detto, ma su Podisti.Net è pubblicato un corposo servizio fotografico di Mandelli e della Bocchiola.

| POS | PET | COGNOME | NOME | ANNO | TEAM | CAT | PCAT | TEMPO |
|-----|-----|------------|---------------|------|--------------------|------|------|----------|
| 12 | 201 | VIEL | MAURO | 1979 | ATL. LAMBRO MILANO | SM45 | 2 | 00:36:07 |
| 46 | 203 | CAVALLI | ANDREA | 1969 | ATL. LAMBRO MILANO | SM55 | 2 | 00:38:59 |
| 102 | 211 | NOLIS | NELLO | 1954 | ATL. LAMBRO MILANO | SM70 | 1 | 00:43:05 |
| 106 | 456 | PROIETTI | ALBERTO | 1968 | ATL. LAMBRO MILANO | SM55 | 11 | 00:43:16 |
| 149 | 205 | SIMONELLI | MARCO | 1975 | ATL. LAMBRO MILANO | SM45 | 16 | 00:45:39 |
| 197 | 212 | GASPARETTO | DECIO | 1979 | ATL. LAMBRO MILANO | SM45 | 20 | 00:47:34 |
| 204 | 298 | PISTONI | ANDREA | 1978 | ATL. LAMBRO MILANO | SM45 | 22 | 00:48:00 |
| 212 | 329 | VIVENZI | GIULIO | 1971 | ATL. LAMBRO MILANO | SM50 | | 00:48:17 |
| 250 | 206 | ORTOLANI | VANESSA | 1972 | ATL. LAMBRO MILANO | SF50 | 5 | 00:50:29 |
| 287 | 213 | ANIELLO | ROBERTO | 1956 | ATL. LAMBRO MILANO | SM65 | 12 | 00:53:01 |
| 289 | 207 | MAGNANI | MARINO | 1973 | ATL. LAMBRO MILANO | SM50 | 42 | 00:53:19 |
| 290 | 209 | FRANCIOSI | ROBERTO | 1962 | ATL. LAMBRO MILANO | SM60 | 18 | 00:53:21 |
| 294 | 208 | BASSANETTI | SILVIA | 1964 | ATL. LAMBRO MILANO | SF60 | 3 | 00:53:27 |
| 347 | 202 | SAMPIETRO | ALESSANDRO | 1972 | ATL. LAMBRO MILANO | SM50 | 48 | 00:58:11 |
| 371 | 210 | MANCA | ELENA CAMILLA | 1968 | ATL. LAMBRO MILANO | SF55 | 11 | 01:01:02 |
| 391 | 214 | CARMINATI | CLAUDIA | 1982 | ATL. LAMBRO MILANO | SF40 | 7 | 01:04:31 |
| 407 | 462 | LONGONI | MASSIMO | 1964 | ATL. LAMBRO MILANO | SM60 | 27 | 01:12:08 |
| 408 | 6 | SCIANCA | MARCO | 1959 | ATL. LAMBRO MILANO | SM65 | 19 | 01:12:35 |

In queste foto il post gara

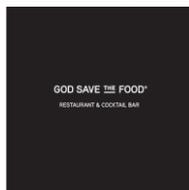


E queste le foto dei podi di categoria



Dove abbiamo corso

Giovedì sera al Parco Lambro per il Palio dell'Ortica dove ci siamo presentati in 23 e fra noi alcune rappresentanti del neonato gruppo di nordic walking come testimoniato dalle foto che seguono. Come sempre il Palio ci ha regalato una bella serata di sport e amicizia quest'anno, almeno per me, con anche un po' di nostalgia per la Corrilambro visto che il percorso era per il 90% di fatto, il nostro. E' stato anche un grandissimo piacere rivedere Andrea Pennella, presene anche lui al Palio. Qua la consegna dei pettorali



Mentre questa la foto prima della partenza senza Silvia Capelli e Tom Collin.



E questo il gruppo nordic!



Proposta gare

Mi è stato segnalato, e lo propongo volentieri, il CIRCUITO E...STATE CORRENDO con 4 tappe: il 18/6 a Nerviano, il 21/6 a Senago, il 25/6 a Saronno e il 28/6 a Garbagnate. I percorsi variano fra i 5 e 6 km a tappa sia per la competitiva (partenza ore 20,30) e la non competitiva. Se ne volete sapere di più <https://estatecorrendo.blogspot.com/>

Passata l'estate, segnalo la DIECIKAPPA Monza in programma il 21 settembre. Info su www.10kappa.it

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. 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:

21/6/24 Andrea Riva

13/6/24 Giulio Vivenci

12/6/24 Claudia Carminati

Auguri a.....

Mauro Scianca (11) e Andrea Pistoni (16)