



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

E' stato un lungo fine settimana iniziato con la partecipazione al Palio dell'Ortica, come sempre una grande festa. Partita anche la stagione dei trail.

Dove abbiamo corso

Dicevamo del Palio dell'Ortica, ed ecco il Gruppo quasi al completo, manca Salvatore che era già andato a "testare" il percorso con altri amici.

Quest'anno abbiamo fatto gruppo con I Marziani e con loro e i RRCM abbiamo siamo arrivati primi con 77 presenze. Il cesto (nella foto sotto la premiazione), che ha ritirato Flavio, Presidente de I Marziani, è stato devoluto all'Opera San Francesco.

Le foto della serata sono disponibili su Podisti.net. Questo il link per il mio scritto sul Palio [.:Podisti.Net.: - E' sempre una grande festa il Palio dell'Ortica](http://Podisti.Net)





Domenica, trasferta piemontese per Andrea Pistoni, Antonio Ranieri e Ludo Rambelli che hanno partecipato in zona Biella, al Trail Oasi Zegna cimentandosi sulla distanza dei 15 km (+ 900 mt di dislivello positivo).

Pos	Pettorale	Atleta	Naz	Tempo	
				Totale	/KM
220	794	PISTONI ANDREA		2:43:00.83	10' 52"
221	776	RAMBELLI LUDOVICO		2:43:01.65	10' 52"
222	954	RANIERI ANTONIO		2:43:01.75	10' 52"

Eccoli prima della partenza



Non ci sono foto post gara, ma sono tornati tutti e tre vivi e vegeti!

Sempre domenica, ma al Parco Nord di Cinisello Balsamo, i fratelli Scianca erano i soli a rappresentare l'AL alla 10 km del Parco Nord.

P.Gen	Pett	Atleta	Sesso	P.Cat	P.Sex	Tempo	Tempo reale
479	33	SCIANCA MARCO ITA, ATL. LAMBRO MILANO	M	28 SM65	368	01:09:21 +36:50	01:08:38
480	50	SCIANCA MAURO ITA, ATL. LAMBRO MILANO	M	9 SM70	369	01:10:28 +37:57	01:09:46





Dove potremmo correre

Altra proposta serale per giovedì 26 giugno, con il 5° Giro del Curone non competitiva di 5 km con partenza alle 19,45. Ritrovo all'Esagono in via P. Neruda a Peschiera Borromeo. Iscrizioni 5 euro pasta party finale e per tutti un melone.

**MAMMA
FARINA**
CUCINA GENUINA

Go IN UP

Siccome qualcuno ha manifestato interesse, ecco le date del circuito di gare in salita organizzato da Affari & Sport. Per le iscrizioni www.kronoman.net

Sei tappe, sei salite al tramonto, con il primo appuntamento di **giovedì 12 giugno** la tappa apripista **Civate – San Pietro al Monte** con il supporto di SEC Civate.

Giovedì 19 giugno sarà il turno della 3^a tappa **Valbrona – Alpe di Piano** organizzata in collaborazione con Unione Sportiva Valbronese.

Giovedì 26 giugno la terza tappa **Chiuso-Camposecco**, organizzata in collaborazione con gli SkyLario Runners.

Giovedì 3 luglio al via la quarta tappa **Galbiate – Monte Barro**, organizzata dal GPL Galbiate.

Giovedì 10 luglio la penultima tappa **Valmadrera – Preguda** organizzata in collaborazione con Cascina don Guanella.

Giovedì 17 luglio la sesta ed ultima tappa **Versasio – Rifugio Stoppani** con gli amici di SkyLario Runners.

GP 2025

Ecco le gare del GP AL 2025 decise dal Direttivo:

- **16/2** la prima prova – **FATTA!**
13/4 la gara di 10 km sarà la Innovation Run in quel di Bergamo. **FATTA!**
- **19/10** per la mezza maratona si torna a Cremona. Iscrizioni di Gruppo fino 31 agosto al prezzo di 30 euro. Adesioni entro il 20 agosto poi, come al solito, ognuno fa per sé!

La gara del GP Trail sarà il **28/9 a Saltrio (Va)** per la Orsa – Pravello trail sulla distanza dei **16 km**. <https://orsapravellotrail.it/eventi/trincea/>

In 13 hanno aderito all'iscrizione agevolata del 5 maggio. Chi si volesse ancora iscriverne, lo faccia sapere per avere uno sconto del 10% sulla future quote di iscrizione.

COSTO ISCRIZIONE

18€ dal 6 maggio
20€ dal 16 giugno
30€ dal 1 settembre
35€ 27 e 28 settembre

Per il GP 3AL la scelta della prima gara è caduta sul **triathlon sprint del 2 giugno** all'Idroscalo di Milano **FATTA!**

CERTIFICATI MEDICI IN SCADENZA

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

25/06/25 Federico Cassoli

19/06/25 Andrea Riva

27/02/25 Silvia Capelli

Auguri a...

Mauro Scianca (11)

