



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

Poco agonismo, ma buono, nel fine settimana.

Dove abbiamo corso

E' stato Marco Simonelli, nello scorso fine settimana, l'unico, almeno a quanto ci risulta, a cimentarsi in una gara, e che gara, partecipando alla Tre Campanili Half Marathon a Vestotene (Bs). Nel suo commento, maggiori info sulla gara.

Pos	Pet	Atleta	Totale	Tempo Reale	Sex	Cat	Anno	Società	PCat
208	397	SIMONELLI MARCO	2:29:39.90	02:29:14	M	SM50	1975	ATL. LAMBRO MILANO	43

"Domenica ho corso la 3 Campanili a Vestone, mezza maratona con 900mt di dislivello.

Ormai con questo caldo le uniche gare possibili sono in montagna e questa è davvero bella sia per il paesaggio che per l'organizzazione che coinvolge tutto il paese. Il percorso parte in leggera salita su asfalto fino al km6 poi si affronta una salita impegnativa (sentiero e strada asfaltata) fino a circa metà gara, poi saliscendi e discesa spacca gambe di 2km ca. in picchiata fino al ritorno in paese.

Percorso sempre ben segnalato e ristori ricchi di cibo e bevande. Fortunatamente non abbiamo preso pioggia né sul percorso né al traguardo."



Dove potremmo correre

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: ecco le prossime date:

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.

Sabato **20 settembre** alla **15^ 10KAPPA MONZA**. Iscrizioni su ENDU e info su 10kappa.it
Sempre **sabato 20 settembre** al Centro Sportivo comunale di Melzo la seconda edizione della **6H di CORSA E MUSICA**, una staffetta 12x30 organizzata da La Michetta. Che dite proviamo a fare una squadra?

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:

19/06/25 Andrea Riva

27/02/25 Silvia Capelli

Auguri a...

Marino Magnani (7)

