



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

Archiviata anche la 2^a prova del GP AL 2026, mentre sono ancora in discussione le gare per il GP Trail e GP 3AL. Arriveranno anche quelle, come spero anche le istruzioni per il ristoro della maratona.

GP AL 2026: ad Arese divertimento e tanti PB

Se non fosse stata in concomitanza con il cambio dell'ora che ci ha obbligati a una levataccia, la scelta de La Velocissima di Arese sarebbe stata da 10 e lode e invece dobbiamo limitarci a un 10, però convinto. Dei diciassette iscritti, ad Arese si sono presentati in 15 causa defezioni di Roberto Aniello e Massimo Longoni. Nella foto che segue il Gruppo quasi al completo: unico assente Decio Gasparetto.



Dopo aver vinto la prima prova di Cinisello, Tom Collin si è ripetuto anche ad Arese facendo sua anche la 2^a prova del GP davanti ad Andrea Cavalli e ad Alberto Proietti. Alissa Sverzut iscrive invece per la prima volta il suo nome nell'albo d'oro delle gare del GP vincendo davanti a Vanessa Ortolani e Claudia Carminati. Questa la classifica completa con Andrea cavalli che ha sfiortato il podio di categoria. La gara di domenica è stata la prima valida per il premio ROBANIEL, ma di questo parleremo più diffusamente nella prossima AL NEWS.

POS	PET	COGNOME	NOME	S	ANNO	TEAM	CAT	P CAT	TEMPO	REALE
67	402	COLLIN	TOM JOSEPH M	M	1997	ATL. LAMBRO MILANO	SM	25	00:36:07	00:36:01
103	392	CAVALLI	ANDREA	M	1969	ATL. LAMBRO MILANO	SM55	4	00:38:11	00:38:06
111	391	PROIETTI	ALBERTO	M	1968	ATL. LAMBRO MILANO	SM55	5	00:38:37	00:38:28
198	394	PISTONI	ANDREA	M	1978	ATL. LAMBRO MILANO	SM45	19	00:41:32	00:41:20
210	388	SIMONELLI	MARCO	M	1975	ATL. LAMBRO MILANO	SM50	28	00:41:57	00:41:45

244	516	RANIERI	ANTONIO	M	1982	ATL. LAMBRO MILANO	SM40	35	00:43:03	00:42:53
249	399	RAMBELLI	LUDOVICO	M	1980	ATL. LAMBRO MILANO	SM45	29	00:43:22	00:43:12
319	397	GASPARETTO	DECIO	M	1979	ATL. LAMBRO MILANO	SM45	33	00:46:23	00:46:16
320	515	SVERZUT	ALISSA	F	1997	ATL. LAMBRO MILANO	SF	14	00:46:24	00:46:11
373	401	FERRARI	FABIO	M	1967	ATL. LAMBRO MILANO	SM55	29	00:49:52	00:49:38
377	398	FRANCIOSI	ROBERTO	M	1962	ATL. LAMBRO MILANO	SM60	22	00:49:58	00:49:47
386	400	TURI	GAETANO	M	1976	ATL. LAMBRO MILANO	SM50	51	00:50:38	00:50:27
389	389	ORTOLANI	VANESSA	F	1972	ATL. LAMBRO MILANO	SF50	7	00:50:56	00:50:46
391	393	CARMINATI	CLAUDIA	F	1982	ATL. LAMBRO MILANO	SF40	10	00:51:01	00:50:48
401	395	VIVENZI	GIULIO	M	1971	ATL. LAMBRO MILANO	SM55	32	00:51:51	00:51:38





Dove abbiamo corso

A Pioltello sabato è iniziato il Club del Miglio 2026 che quest'anno si disputerà solo su 4 prove. Poteva mancare Decio al primo appuntamento della stagione del miglio? No ed ecco il suo risultato. Decio è anche il primo a entrare nella classifica individuale Corri x 10 (vedi sotto)

GASPARETTO Decio	1979	SM45	MI296 ATL. LAMBRO MILANO	6:02.29
------------------	------	------	--------------------------	---------



Corri x 10

Con il Miglio di Pioltello è iniziato il Corri x10 un circuito di gare, competitive e non, a cui abbiamo aderito come Società insieme ad altre 10 squadre del milanese. L'iniziativa è nata per cercare di aggregare la partecipazione alle manifestazioni del circuito, ma non solo cercando, proponendosi in gruppo, di ottenere benefici economici (scontistica) sulle iscrizioni.

Il circuito prevede una classifica per società e una individuale riservata ai soli tesserati delle Società che hanno aderito e che sono: Athletic Team Pioltello, Canottieri Milano, La Michetta, Libertas Sesto S. Giovanni, Ortica team, QT8 Run Milano, REDS Runners, Sport Club Melegnano, GS Zelofoamagno e GS Montestella.

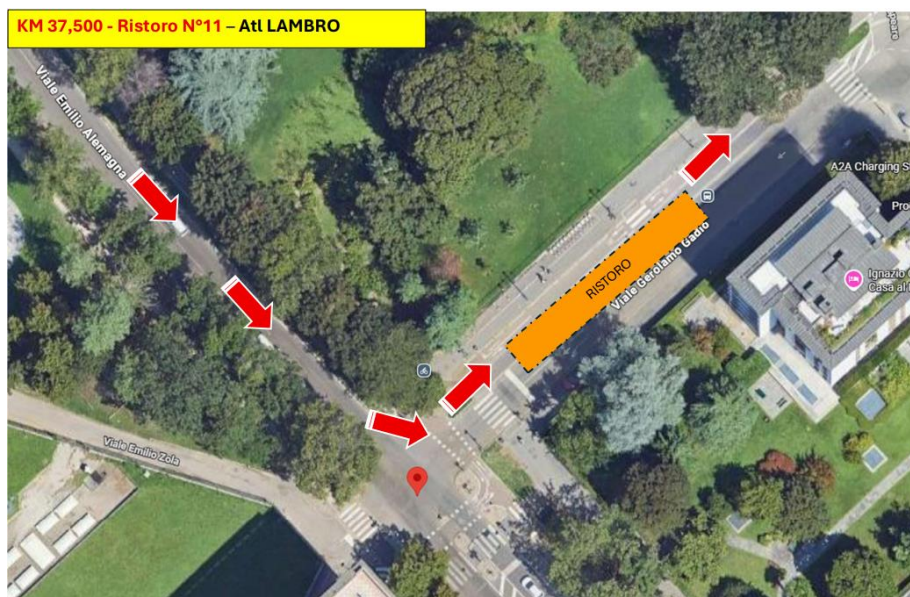
Le gare del CORRI X 10 sono 13, 6 Competitive e 7 Non Competitive di cui due staffette:

DATA	TIPO	GARA	SOC ORG	KM
28.03	C	Miglio di Piero	Athletic Team	1,609
19.04	C e NC	Memorial Berghi	QT8 Run Milano	5K
23.05	C	ESET 5k Run		5K
fine maggio	NC	Memorial Fabio Rossi	GS Zelofoamagno	Staffetta
04.06	NC	Palio dell'Ortica	Ortica Team	6K
07.06	C e NC	La 10 K del Parco Nord	Libertas Sesto	10k
23.07	NC	Pozzuolo Summer Run	ASD REDS RUNNERS	6-11K
04.09	NC	Stramelegnano	Sport Club Melegnano	7K
20.09*	NC	12x30'	La Michetta	Staffetta
25.10	C	Laus HM		21 e 10k

Ovviamente per accedere ai vantaggi bisogna che le iscrizioni siano fatte a livello società. Per la prossima gara in programma, il Memorial Berghi del 19 aprile, abbiamo 2 gratuità ogni 10. Per la EST del 23 maggio invece lo sconto è del 25%.

Maratona di Milano

Come squadra, il prossimo 12 aprile, avremo il compito di gestire il ristoro al km 37,5 in zona piazza Castello ed esattamente noi saremo qui!



E questo il kit per i volontari

IL NUOVO KIT DEI VOLONTARI 2026



Dove potremmo correre

Oltre a partecipare tutti i sabati alla **Parkrun al Parco Nord** di Milano (ingresso via Suzzani partenza ore 9,00) ecco alcune proposte per trovarci assieme:

Il **19 aprile** nuova gara di 5km al Parco delle Cave dove si svolgerà il primo memorial Berghi mentre il **22** propongo un meeting in pista sui 5000 mt a Cinisello Balsamo, primo memorial Osanna Restelli, un'amica dell'AL.

Il 16 maggio, sabato, l'appuntamento è con la StraRogoredo, 5 km non competitivi, con partenza alle 17,00.

Un'altra 5km interessante è quella che il **22 maggio** si svolgerà a Melegnano.

A Magenta il 31 maggio si correrà la **Magenta Run 10k** poi il 7 Giugno l'appuntamento è con la **10km del Parco Nord**, mentre il 14 torna il **Trofeo Sempione**.

8 novembre Mezza di Crema valida come terza prova del GP AL

CERTIFICATI MEDICI IN SCADENZA

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

05/12/25 Edoardo Ponte