



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](mailto:info@atleticalambro.it) sito: [www.atleticalambro.it](http://www.atleticalambro.it)  
Codice IBAN: IT 39 P 01030 01600 000008463546

Un fine settimana più animato quello passato con AL impegnata in due gare. Firmata la convenzione con la Take Care di seguito i dettagli. Sta prendendo piede l'idea di svolgere il GP 3AL su due gare e dovremmo quasi esserci sulla scelta.

### Dove abbiamo corso

AL presente a Piacenza, per la mezza, con Aurora Fiorentino e Giorgio Gambino. Nella foto Aurora con Massimo, il marito, futuro AL?

P.Gen	Pett	Atleta	Sesso	P.Cat	P.Sex	Tempo	Tempo reale
1290	191	<b>FIorentino AURORA</b> ITA, ATL. LAMBRO MILANO	F	30 SF50	173	1:59:57 +57:18	1:59:05
1344	1021	<b>GAMBINO GIORGIO</b> ITA, ATL. LAMBRO MILANO	M	121 SM55	1159	2:01:38 +58:59	2:00:44



In 5 hanno affrontato la trasferta in quel di Lecco per partecipare alla UTLAC, ma alla 250 e nemmeno alla 120, ma alla 15 per un totale di 13,5 km con 740 mt di dislivello e dai commenti direi che non è stata una passeggiata. Da segnalare il 3° posto di categoria di Roberto Franciosi!

POS	PETT	ATELTA	TEMPO	S	CAT	ANNO	SOCIETA'	P CAT
134	3063	RAMBELLI LUDOVICO	2:18:37.99	M	M40-49	1980	ATL. LAMBRO MILANO	23
188	3068	PISTONI ANDREA	2:41:31.17	M	M40-49	1978	ATL. LAMBRO MILANO	33
189	3076	SIMONELLI MARCO	2:41:31.41	M	M50-59	1975	ATL. LAMBRO MILANO	14
229	3029	FRANCIOSI ROBERTO	3:05:48.44	M	M60-69	1962	ATL. LAMBRO MILANO	3
230	3094	MAGNANI MARINO	3:05:50.07	M	M50-59	1973	ATL. LAMBRO MILANO	21



Sempre attiva la nostra Gloria Carbioniello che domenica ha partecipato alla Strawoman.



### Convenzione Take Care

E' in vigore la convenzione con la Take Care, in V.le Sarca 336, per i servizi di poliambulatorio che potete trovare su poliambulatorio-takecare.it. Prevista una scontistica dal 10 al 30 %, se interessati contattatemi. Presso la Take Care è possibile effettuare anche le visite medico sportive agonistiche al prezzo di 65 euro però con l'aggiunta, per chi lo volesse, della valutazione della corsa attraverso tecnologia 3D.

### Corri x 11

Con il Miglio di Pioltello è iniziato il Corri x11 un circuito di gare, competitive e non, a cui abbiamo aderito come Società insieme ad altre 11 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 11 sono 13, 6 Competitive e 8 Non Competitive di cui due staffette:

DATA	TIPO	GARA	SOC ORG	KM
22.05	C	ESET 5k Run		5K
27/5	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
13.09	NC	19° Trofeo Montestella	GS Montestella	5K
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 ESET del 22 maggio invece lo sconto è del 20%. Chi si volesse iscrivere su ENDU mi contatti per il codice sconto da inserire entro martedì prossimo.

### 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.

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

A Magenta il **31 maggio** si correrà la **Magenta Run 10k**

Il **4 giugno** l'imperdibile appuntamento con il **Palio dell'Ortica** con iscrizione di Gruppo.

Poi il **7 giugno** l'appuntamento è con la **10km del Parco Nord**, mentre il **14** torna il **Trofeo Sempione**.

**Sabato 3 ottobre ad Asti** appuntamento con il GP Trail e la gara scelta è il **Trail della Barbera** e la distanza scelta è la 10 km con un dislivello di + 450. Valuteremo la possibilità di raggiungere Asti noleggiando un pullman. **L'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:

03/06/26 Alissa Sverzut

02/06/26 Luca Bersaglia

28/05/26 Massimo Longoni

### Auguri a.....

Paola Manca (11) e Decio Gasparetto (13)