



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

La stagione agonistica, ma non solo, è ripartita alla grande

Dove abbiamo corso

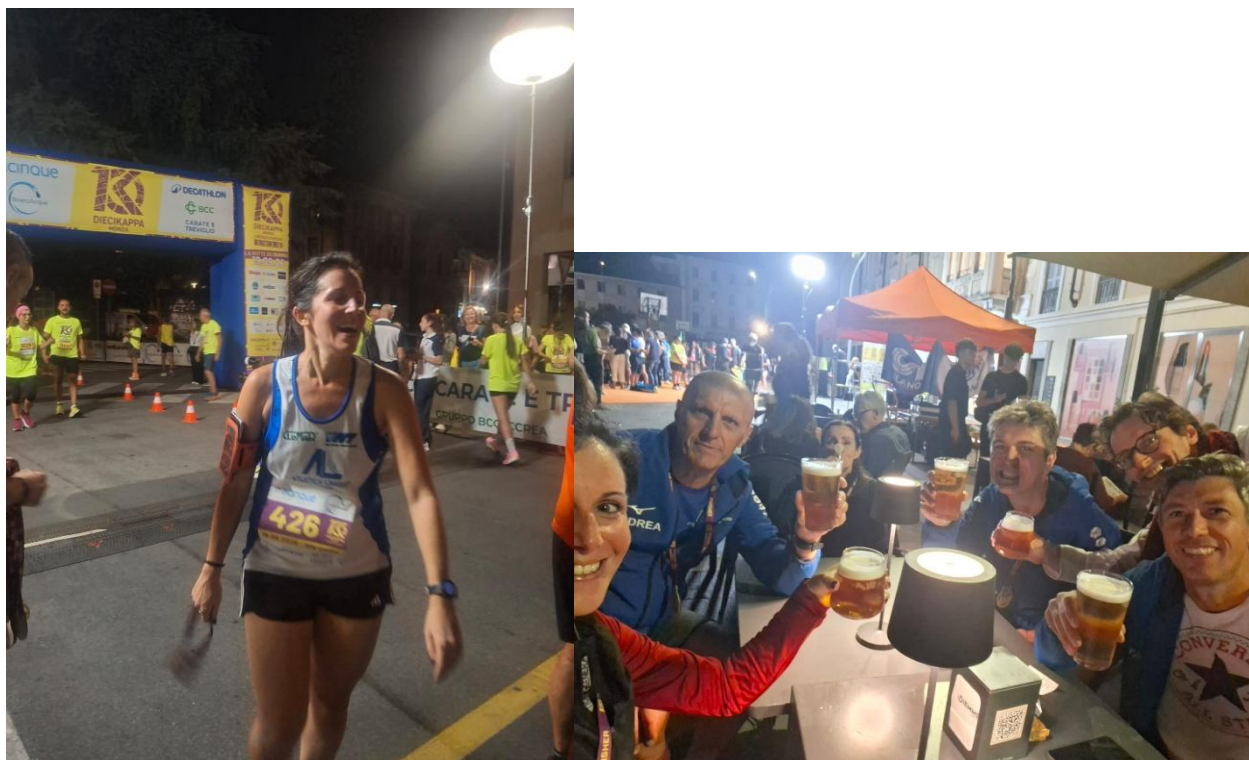
Sabato sera un nutrito gruppo, vedi foto, AL ha partecipato a Monza alla 10K.



Ottimo risultato per Andrea Cavalli, terzo di categoria, ma, ovviamente, complimenti a tutti e grazie a Barbara per le foto che seguono.

P.Gen	Pett.	Atleta	Anno	Cat.	P.Cat	P.Sex	Race time	Tempo reale
51°	439	CAVALLI ANDREA 31° - M - ATL. LAMBRO MILANO	1969	SM55	3° SM55	46°	00:40:48 +7:51	00:40:43
122°	463	PISTONI ANDREA 31° - M - ATL. LAMBRO MILANO	1978	SM45	17° SM45	111°	00:45:15 +12:17	00:44:58
134°	155	SIMONELLI MARCO 31° - M - ATL. LAMBRO MILANO	1975	SM50	21° SM50	122°	00:45:56 +12:58	00:45:36
222°	464	RAMBELLI LUDOVICO 31° - M - ATL. LAMBRO MILANO	1980	SM45	28° SM45	197°	00:49:46 +16:49	00:49:26
273°	314	Turi Gaetano 31° - M - ATL. LAMBRO MILANO	1976	SM50	41° SM50	241°	00:53:19 +20:22	00:52:59
362°	426	BRAMBILLA MARIKA 31° - F - ATL. LAMBRO MILANO	1989	SF35	9° SF35	63°	01:01:43 +28:46	01:01:02





Dopo aver conquistato Parma la scorsa settimana, Giuseppe Mangione e Sergio Redaelli si sono ripetuti nella 20 km competitiva della Salomon Running e con loro Enio Balestreri e Roberto Pellegrino.

P.Gen	Pett.	Aiuta	Anno	Cat.	P.Cat	P.Sex	Race time	Tempo reale	
169°	630	BALESTRERI ENIO IT • M • ATL. LAMBRO MILANO	1972	SM50	21° SM50	155°	01:44:36 +35:15	01:44:15	►
214°	121	PELLEGRINO ROBERTO IT • M • ATL. LAMBRO MILANO	1972	SM50	30° SM50	197°	01:47:36 +38:16	01:47:15	►
247°	120	MANGIONE GIUSEPPE IT • M • ATL. LAMBRO MILANO	1981	SM45	34° SM45	228°	01:49:43 +40:22	01:49:21	►
411°	390	REDAELLI SERGIO GIORDANO IT • M • ATL. LAMBRO MILANO	1975	SM50	65° SM50	350°	02:03:12 +53:51	02:02:37	►



L'ultima segnalazione è per Gloria Carboniello che venerdì scorso ha partecipato ai Giardini Montanelli alla Pigiam Run (nella foto con la nostra amica Roberta Bellodi dell'Ortica)



Mezza di Crema – iscrizioni di Gruppo con prezzo bloccato fino al 15 ottobre

Sono aperte le adesioni per le iscrizioni alla Mezza di Crema del prossimo 8 novembre, valida come ultima prova del GP AL 2026. Abbiamo ottenuto dalla società organizzatrice una proroga fino al 15 ottobre della quota attuale di 28 euro. Mandatemi le adesioni (anche chi aveva anticipato i tempi e l'aveva comunicato insieme a quella del trail, grazie).

Ovviamente, come da tradizione, stiamo già organizzando per fermarci a festeggiare il post gara.

Appuntamento il 24/10 con la Vittoria for Woman Run

Torna anche quest'anno al camp XXV aprile la manifestazione che Vittoria Assicurazioni, con in testa il nostro Luciano Chillemi, organizza per **racogliere fondi per la prevenzione ed erogazione di visite senologiche gratuite in occasione della campagna Nastro Rosa promossa da LILT in ottobre.**

Le iscrizioni, entro il 23/10 ore 14, potete farle a [questo link](#). Speriamo di essere in tanti!

[Vittoria for Women Run 2026 | njuko.com](https://www.njuko.com/Vittoria-for-Women-Run-2026)

**CORRI
PER LA
PREVENZIONE!**

sabato

24

ottobre

2026

**PARCO
MONTE STELLA
Campo Sportivo
XXV Aprile
ORE 8:30**

VITTORIA

for Women

RUN

2026

Vittoria

Assicurazioni

CHI PROTEGGE SE STESSO, PROTEGGE GLI ALTRI.

LILT MILANO

LABORATORIO PER LA TUTTA PREVENZIONE
prevenire è vivere

CHABERTON

LAURETIANA

ELAH

NOVI

PATROCINIO

Comune di Milano

**Corsa non competitiva
cronometrata di Vittoria Assicurazioni**

**Visite senologiche gratuite a cura
dei medici di LILT**

Kit di gara in regalo

**Per iscrizioni online inquadra il
QRcode entro il 23/10/2026**

**Percorso adulti 7 km o 4 km
Percorso bimbi fino a 12 anni 1,6 km**

**Intrattenimento e tanti gadgets per
grandi e piccoli**

**Quote adulti €15 | bambini € 6
l'intero ricavato sarà devoluto a LILT**

**Per ulteriori info invia mail a:
vittoriaforwomenrun@vittoriaassicurazioni.it**

Corri x 11

L'AL partecipa al Corri x11 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.

Ovviamente per accedere ai vantaggi bisogna che le iscrizioni siano fatte a livello società.

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. Queste le prossime gare:

DATA	TIPO	GARA	SOC ORG	KM
25.10	C	Laus HM		21 e 10k

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.

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.

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.

L'8 novembre Mezza di Crema valida come terza prova del GP AL (vedi sopra per iscrizioni)

CERTIFICATI MEDICI IN SCADENZA

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

09/10/26 Andrea Cambriani

07/10/26 Anna Fregonara

05/10/26 Ludovico Rambelli

28/09/26 Decio Gasparetto

18/09/26 Aurora Fiorentino e Massimo Zanasso

08/09/26 Maurizio Monici

02/06/26 Luca Bersaglia