AL News
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

Come recita il post pubblicato sulla nostra pagina facebook: la stagione delle maratone è iniziata e, aggiungo, prosegue alla grande. Ma non solo maratone……..

Dove abbiamo corso
Ecco i quattro "moschettieri" AL che domenica hanno partecipato alla maratona di Venezia con Decio Gasparetto, quuesta volta in veste di tifoso.

Alla fine tutti e quattro hanno conquistato la laguna e la meritata medaglia

P.Gen	Pett.	Atleta	Anno	Cat.	P.Cat	P.Sex	Race time	Tempo reale
498°	7562	ROLLO MAURIZIO IT • M • ATL. LAMBRO MILANO	1970	SM55	28° SM55	470°	03:21:52 +1:14:21	03:20:49
1837°	5774	BALESTRERI ENIO IT • M • ATL. LAMBRO MILANO	1972	SM50	255° SM50	1624°	03:58:57 +1:51:27	03:54:39
1855°	5765	PELLEGRINO ROBERTO IT • M • ATL. LAMBRO MILANO	1972	SM50	259° SM50	1641°	03:59:18 +1:51:47	03:55:00
2028°	6167	MANGIONE GIUSEPPE IT • M • ATL. LAMBRO MILANO	1981	SM45	257° SM45	1787°	04:02:32 +1:55:01	03:56:10

Unico rappresentante alla Laus Half Marathon di Lodi, Giorgio Gambino

P.Gen	Pett.	Atleta	Anno	Cat.	P.Cat	P.Sex	Race time	Tempo reale
765°	828	GAMBINO GIORGIO IT • M • ATL. LAMBRO MILANO	1967	SM55	77° SM55	692°	02:01:05 +55:26	02:00:27

Ad Arezzo, domenica, all'interno della Maratonina Città di Arezzo, si sono svolti i campionati bancari italiani di mezza maratona e 10k e nella gara femminile, Silvia Capelli si è laureata campionessa italiana di categoria.

35		CAPELLI SILVIA	INTESA SANPAOLO	SF40	1	53:53

Questa è invece la “folta” rappresentanza AL che domenica ha scelto di allenarsio al Parco Nord in un allenamento di gruppo con l’obiettivo maratona di Firenze.

Sabato, io e Vanessa Ortolani abbiamo partecipato alla Vittoria for Woman Run sulla distanza di 7km.

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.
L’8 novembre Mezza di Crema valida come terza prova del GP AL. Sabato 19 dicembre segnalo l’Allenamento di Natale di Affari & Sport

CERTIFICATI MEDICI IN SCADENZA
Queste le visite mediche per le quali FIDAL segnala la prossima scadenza o che sono già scadute:
17/11/26 Roberto Aniello
16/11/26 Marco Scianca
12/11/26 Silvia Capelli
22/10/26 Silvia Bassanetti
08/09/26 Maurizio Monici
02/06/26 Luca Bersaglia

Auguri a……
Francesco Tamburrino (27) e Roberto Pellegrino (1/11)