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

AL presente a New York e Roma, che volete di più? Domenica invece saremo a Crema per l'ultima prova del GP AL 2026.

**Dove abbiamo corso**
Si è regalato un'esperienza indimenticabile Sergio Redaelli, correndo la maratona di New York.

| Sergio Giordano Redaelli | Place | Pace | Time |
|---|---|---|---|
| M51 ITA \| BIB 56411 | 43,902 | 11:39 | 5:05:17 |




Questo il racconto di Segio a Giuseppe Mangione: *ho avuto un po' di difficoltà già al 12 km con la schiena e poi stomaco dal 18 km. Poi sono iniziati i crampi e fra il 20° e 30° km è stato un calvario però sono felicissimo lo stesso per la gara en sé e l'emozione del clima che c'era attorno a noi.*

Andrea Cambriani, anche se non al 100%, non ha voluto mancare alla Corsa dei Santi nella sua Roma.

| POS. | NAZ | ATLETA | PETT | SQUADRA | CAT | P.CAT | TEMPO | REALTIME |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1856 | | CAMBRIANI ANDREA | 2844 | ATL. LAMBRO MILANO | SM50 | 228 | 57:36 | 56:19 |




**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.
Dominica 15 novembre, torna la Alpin Cup di 10 km nella versione competitiva e non.
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
08/09/26 Maurizio Monici
02/06/26 Luca Bersaglia

**Auguri a……**
Vanessa Ortolani e Edo Ponte (8)