



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

Sceglia la seconda gara del GP AL, i risultati del fine settimana e le proposte per correre e divertirci assieme.

### GP AL 2024 ecco la 2<sup>a</sup> gara

Sarà la 10km del Parco Nord in programma domenica 9 giugno la seconda prova del GP AL. Nuovo percorso, omologato, con nuova partenza e, scrive la Libertas, più veloce. Partenza gara alle ore 9,00 costo iscrizione 10 euro al netto del contributo AL per gara GP di 5 euro. Iscrizioni di Gruppo entro il 25 maggio. Mandate le vostre adesioni sin da ora!

### Dove abbiamo corso

Sabato a Cormano si è disputato il Miglio Ambrosiano, valido come 4<sup>a</sup> prova del Club del Miglio una prova, quasi in notturna per l'altra partecipazione alle gare "di contorno". Presenti i soliti noti, Giuseppe e Decio che, anche a Cormano, non hanno gareggiato nella stessa batteria. Ecco i loro risultati con Giuseppe che si riscatta con il 3<sup>o</sup> posto di categoria.

3	19	<a href="#">GUASTAMACCHIA Giuseppe</a>	1958	SM65	MI296 ATL. LAMBRO MILANO	6:06.27
4	24	<a href="#">GASPARETTO Decio</a>	1979	SM45	MI296 ATL. LAMBRO MILANO	5:42.73



Mauro Viel, domenica a Torino ha corso la 10 km inserita ne La Mezza di Torino, dove ha confermato l'ottimo stato di forma portando a casa un secondo posto di categoria. Felice per il risultato, ma soprattutto per aver corso con sua sorella (con Mauro nella foto)

P.Gen      Bib      Athlete      P.Cat      P.Sex      O.Time

22

2021

VIEL MAURO

ITA, ATL. LAMBRO MILANO

2

SM45

22

0:36:48

+5:00



Chiudiamo con la partecipazione di Giuseppe e Roberto alla tapasciata di Lomazzo la 4 Passi tra i Boschi. Avranno corso i 7, 12 o 12 km? Chi può dirlo? L'impressione è che si siano divertiti - vedi foto.



### **Proposta gare**

Il 5 maggio al Parco di Monza 4<sup>a</sup> DKRace gara di 10 km. Per info [www.dkrace.it](http://www.dkrace.it)  
Sempre a maggio, **ma il 10**, torna la **Stranotturna Cerchiatese**, una non competitiva di 7 km a Cerchiate.

Il **25 maggio** sarà festa e sudore con la Strarogoredo la, ormai classica, non competitiva di 5 km che si snodano per il quartiere di Santa Giulia con ritrovo ore 15,00 e partenza ore 17. Costo 7 euro, iscrizioni di gruppo.

**Giovedì 6 giugno** l'appuntamento sarà con un rinnovato Palio dell'Ortica che si correrà, per la prima volta, al Parco Lambro essendo il Saini indisponibile per lavori. Non prendete impegni, non possiamo mancare nel "nostro" parco. Partenza ore 20,15 iscrizioni, come al solito, di gruppo. Aderite, aderite.

**Venerdì 14 giugno** segnale, per un'esperienza diversa un **5000 in pista a Cinisello Balsamo**, stadio Gaetano Scirea, seguiranno info più dettagliate.

### **Promo Sportlab**

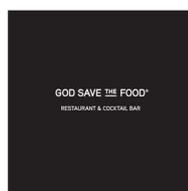
Sportlab è un'azienda attiva nella produzione di prodotti sportcare pensati per tutti gli sportivi, ma in particolare per runners e ciclisti quali creme preparatorie e defaticanti per muscoli, antisfregamento, bagnoschiuma e altro. Chi ha corso a novembre la mezza di Milano ha avuto modo di provare i loro prodotti perché erano presenti nel pacco gara. Grazie a Ludo Rambelli Sportlab ha attivato sul sito [www.sportlabmilano.com](http://www.sportlabmilano.com) un codice di sconto riservato ai soci AL del 20% applicabile sull'intero ordine senza limiti di utilizzo. Il codice è valido fino al 31/12/2024.

### **CERTIFICATI MEDICI IN SCADENZA**

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

Andrea Pasini (15/5)

Massimo Longoni (7/5)



Sara Capucci e Rossana Ruozzo (16/3)

**Auguri a.....**

Daniele De Gaspari (20)

Kanako Nasu (21)