



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

Che pazzesco fine settimana abbiamo vissuto! Perché? Leggete e ve ne convincerete!

### **24x1 ora: una bellissima esperienza....**

Di sport, amicizia, di squadra vera. Ci siamo stancati, ma anche divertiti, vedi foto sotto, e questa era la cosa più importante. Già, c'era anche una classifica, che riporto per dovere di cronaca e perché siamo contenti del risultato ottenuto. Nell'allegato trovate le singole prestazioni dei nostri/e 24 staffettisti/e. A breve sul nostro sito saranno disponibili le tante foto e i filmati realizzati durante le 24 ore.



## DKRace 24ore X 1 - 25/26 maggio 2024 (Milano)

ASS.	Nome Team	Pett.	T.Giri	T.Km	Tot.ore
1	THE RUNNING CLUB	4	948	379,2	24:00:19,9
2	DKR BOYS	5	920	368	24:00:41,4
3	PRO SECCO	1	822	328,8	24:00:36,4
4	DRINK KENYA DRUNK	13	812	324,8	24:00:24,9
5	I LUPI DEL SEMPIONE	8	789	315,6	24:01:28,7
6	VEGAN POWER TEAM	2	756	302,4	24:00:25,9
7	RED SNAKES MILANO	14	756	302,4	24:01:36,2
8	DKR C	15	747	298,8	24:00:46,7
9	ATLETICA LAMBRO	10	743	297,2	24:00:30,2
10	ORTICA TEAM UOMINI	12	698	279,2	24:00:22,3
11	DKR GIRLS	6	692	276,8	24:00:55,4
12	MAURY FRIENDS	7	680	272	24:01:08,2
13	PWR GIRLZ TEAM	9	678	271,2	24:00:51,9
14	MBRUNNERS	3	649	259,6	24:01:48,7
15	ORTICA TEAM GIRL	11	631	252,4	24:01:58,7

### Gli irriducibili dal Passatore

Hanno coronato un sogno lungo 100 km Giorgio Gambino e Massimo Longoni che sabato pomeriggio sono partiti da Firenze alla volta di Faenza e hanno aggiunto il loro nome all'albo degli AL che hanno portato a termine il Passatore. Grandissimi!

P.Gen	Bib	Athlete	P.Cat	P.Sex	O.Time	R.Time
1640	821	<b>GAMBINO GIORGIO</b> ITA, ATLETICA LAMBRO MILANO	232 SM55	1362	15:07:09 +7:56:11	15:05:14
2477	1427	<b>LONGONI MASSIMO</b> ITA, ATLETICA LAMBRO MILANO	233 SM60	1970	18:40:54 +11:29:56	18:37:50



## Dove abbiamo corso

Sabato a Carate Brianza ennesima tappa del Club del Miglio, disertata da Giuseppe Guastamacchia per un infortunio e che quindi ha visto la sola partecipazione di Decio che poi, domenica mattina, ha corso una frazione della staffetta.

Serie 5 - 1 Miglio U

Centro Sportivo Carate Brianza - 25 mag 2024 - 17:25

Clas.	Pett.	Atleta	Anno	Cat.	Società	Prestazione
1	136	<a href="#">OLTOLINA Diego</a>	1970	SM50	MI074 ATL. U.S. NERVIANESE 1919	5:36.18
2	137	<a href="#">PALMIERI Martino</a>	1955	SM65	MI352 EUROATLETICA 2002	5:42.40
3	50	<a href="#">VENA Marcello</a>	1974	SM50	MI265 ROAD RUNNERS CLUB MILANO	5:43.93
4	56	<a href="#">CREMONESI Giancarlo</a>	1966	SM55	MI700 GRUPPO PODISTICO MELZO A.S.D.	5:46.39
5	74	<a href="#">BASILE Massimiliano</a>	1974	SM50	MI798 MILANO ATLETICA	5:50.31
6	127	<a href="#">MACRI' Francesco</a>	1954	SM70	PV599 ATL. PAVESE	5:51.45
7	94	<a href="#">BOSIO Davide</a>	2006	JM	CR810 ASD NUOVA VIRTUS CREMA	5:52.17
8	124	<a href="#">LAZZARIN Roberto</a>	1971	SM50	MI588 ATL. GISA	5:53.49
9	24	<a href="#">GASPARETTO Decio</a>	1979	SM45	MI296 ATL. LAMBRO MILANO	5:54.30



Federico Cassoli e Tom Collin, reduce dalla 24 x 1 ora, insieme a Bruna, hanno partecipato alla Polimirun

P.Gen	Pett	Atleta	P.Cat	P.Sex	Tempo
267	13779	<b>CASSOLI FEDERICO</b> ITA, ATL. LAMBRO MILANO	32 SM45	245	00:46:16 +16:55
487	13911	<b>COLLIN TOM JOSEPH M</b> BEL, ATL. LAMBRO MILANO	115 SM	396	00:59:09 +29:48



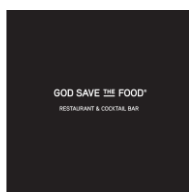
Un altro che non si stanca mai è Roberto Aniello che dopo aver corso sabato l'ora forse più calda della staffetta, domenica ha partecipato a un trail come ci scrive  
*“Domenica mattina, con le gambe ancora pesanti per l'ora di corsa del giorno precedente, sono andato a Capriata d'Orba, vicino Alessandria, per fare il trail Villa Fortunata. È una gara organizzata da un imprenditore navale genovese (fortunatamente non indagato) con partenza dalla sua villa megagalattica. Non è un vero trail perché quasi tutto su asfalto, ma ci sono molte dure salite. Due percorsi, km 21 e 10,500, io ho fatto il secondo. Roberto”*

**wedospport**.CHRONO

26/5/2024  
 13:06  
 Pag.3 di 5

**Classifica completa provvisoria**

Trail Villa Fortunata				Gara 2: Percorso Corto - Km.10				
Ordine arrivo	Sex	Pos. /Sex	Pett.	Atleta	Naz	Tempo	Distacco	
101	F	20	775	Bertocchi Daniela	ITA	1:00:04	15' 51"	
102	M	82	536	Cardone Francesco	ITA	1:00:05	23' 51"	
103	M	83	512	Aniello Roberto	ITA	1:00:12	23' 58"	



## **Proposta gare**

**Venerdì 14 giugno** segnalo, per un'esperienza diversa un **5000 in pista a Cinisello Balsamo**, stadio Gaetano Scirea. Il meeting avrà inizio alle ore 18,00, ma non conosco gli orari precisi. Le iscrizioni si fanno dal sito FIDAL, per cui chi volesse partecipare me lo comunichi.

Mi è stato segnalato, e lo propongo volentieri, il CIRCUITO E...STATE CORRENDO con 4 tappe: il 18/6 a Nerviano, il 21/6 a Senago, il 25/6 a Saronno e il 28/6 a Garbagnate. I percorsi variano fra i 5 e 6 km a tappa sia per la competitiva (partenza ore 20,30) e la non competitiva. Se ne volete sapere di più <https://estatecorrendo.blogspot.com/>

## **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:

21/6/24 Andrea Riva

13/6/24 Giulio Vivenci

12/6/24 Claudia Carminati

7/6/24 Massimo Longoni

## **Auguri a.....**

Massimiliano Maticena (27)