



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

In attesa della prova unica che sabato assegnerà i titoli di Campioni Sociali della sezione AL Trail, il fine settimana passato è stato uno di quelli “tranquilli”.

### Dove abbiamo corso

E' tornato, dopo la lunga pausa estiva, il Club del Miglio con la prova di Chiavenna, penultima del Club 2024. Al Miglio della Brisaola, presenti i nostri “milers” Giuseppe e Decio. Al momento non sono state ancora pubblicate le classifiche per cui ci accontentiamo delle foto di sabato e fra queste quella del podio di Giuseppe, 3° nella sua categoria!





AL presente anche a Meda, per la Meda Urban Race, che ha corso Roberto Pellegrino.

P.Gen	Pett	Atleta	P.Cat	P.Sex	Tempo
310	354	<b>PELLEGRINO ROBERTO</b> ITA, ATL. LAMBRO MILANO	49 SM50	268	01:56:14 +44:55



## **Le prossime gare del GP, ma non solo (per i distratti, per non dimenticare e una novità)**

Decisa la terza e ultima prova del **GP AL 2024**: sarà la **Milano21** che si svolgerà il **24 novembre**. Considerato le varie opzioni di prezzo (39 euro fino al 30/6, 45 fino al 31/10 e 49 fino al 21/11). L'Organizzazione ha comunicato le agevolazioni per i gruppi e cioè che ogni 10 iscrizioni l'11 è gratuita. Alla luce di questo e senza ledere aspetti economici di chi si è già iscritto, faremo iscrizioni di Gruppo entro il 15 ottobre, ma solo se si raggiungeranno almeno 11 adesioni e i 45 euro risparmiati saranno "spalmati" sul costo delle altre iscrizioni (es. se fossero 11 il risparmio sarebbe di 4 euro).

### **Proposta gare**

**Domenica 20 ottobre a Milano** appuntamento con la **Corribicocca**. Possiamo fare iscrizioni di gruppo entro il 17/10 a 18 euro. Chi fosse interessato, scriva.

**Sempre il 20 ottobre a Peschiera Borromeo** la De Drè al Castel manifestazione non competitiva con percorsi di 7, 14 e 20 km. Partenza ore 8,30 info su [www.a3m.it](http://www.a3m.it)

### **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, antifregamento, 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:

29/09/24 Mariano Biondelli

24/09/24 Roberto Aniello

21/09/24 Andrea Cambriani

13/06/24 Giulio Vivenzi

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

Amilcare Sada (7), Giorgio Gambino e Giulio Vivenzi (11), e Federico Cassoli (12)