Atletica UISP on line

www.uisp.it

Anno 1° - n. 1 - gennaio 2010

Atletica UISP on line

Supplemento al n. 1 del gennaio 2010 di

Podismo & Atletica
La rivista dei runners

Reg. Trib. n. 5321 del 6.2.2004

Direttore Responsabile:
Ugo Bercigli

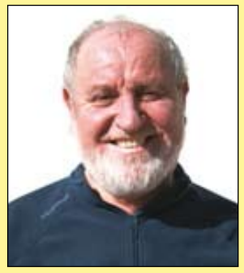
Redazione:
Fabio Fiaschi, Belinda Sorice,
Claudio Bernagozzi, Donatella Vassallo

Grafica ed impaginazione:
Andrea Grassi

Sede
via F. Bocchi 32 - 50126 Firenze
podismo@runners.it

Foto di copertina: Belinda Sorice

Gli organi direttivi



Presidente:
Antonio Gasparro - e-mail: a.gasparro@uisp.it

Direzione Nazionale:
Gasparro Antonio, Carati Franco, Marchioni Remo,
Fiaschi Fabio, Nasini Emiliano, Mainini Christian.

Consiglio direttivo:
Antonio Gasparro, Guido Amerini, Franco Carati, Riccardo Elia, Fabio Fiaschi, Giovanni Lucarelli,
Christian Mainini, Remo Marchioni, Loretto Masiero, Roberto Michel, Mario Muzzi, Emiliano Nasini,
Bruno Orlandini, Maurizio Pivetti, Edmondo Pugliese, Marcello Tabarrini, Maurizio Ventre.

Commissione pista:
Gasparro Antonio (Responsabile), Elia Riccardo, Pollina Rocco, Sicolo Michele,
Cacciamani Marco, Lucarelli Giovanni, Baldini Marino, Monti Giampiero.

Commissione podismo:
Nasini Emiliano (Responsabile), Masierio Loretto, Ventre Maurizio, Michel Roberto, Pugliese Edmondo, Muzzi Mario,
Amerini Guido, Pivetti Maurizio (Responsabile Camminate e non competitive), Orlandini Bruno (Responsabile Ambiente).

Commissione Giudici:
Mainini Christian (Responsabile), Marchioni Remo, Rocco Vincenzo, Tabarrini Marcello, Tomassoni Giuseppe, Rustici Giancarlo.

Commissione Comunicazioni:
Fiaschi Fabio (Responsabile), Grassi Andrea, Sorice Belinda, Settecase Chiara, Giansanti Andrea, Bernagozzi Claudio.

Vivicittà:
Gasparro Antonio - Internazionale: Gasparro Antonio - Rapporti Uisp e progetti di innovazione: Direzione Nazionale.

Sito Internet:
Vincenzo Rocco

Segreteria:
Largo Nino Franchellucci, 73 - 00155 Roma - Tel. 06/43984328 - Fax 06/43984320
Orario: lunedì ore 16:00 - 19:00 da martedì a venerdì ore 9:00 - 12:00

Editoriale

Il nuovo che avanza

Foto di Belinda Sorice

A inizio anno tocca anche a noi. Lo facciamo con la premessa che i bilanci non ci piacciono: puzzano di cultura aziendale, mentre nella vita quotidiana i conti non tornano quasi mai. Per fortuna. Eppure ogni tanto bisogna fermarsi per capire da dove si viene e dove si vuole andare.

L'UISP e la Lega Atletica, ci ricorda in una recente lettera il presidente Antonio Gasparro, già negli anni '70 hanno rivoluzionato il mondo del podismo inserendo manifestazioni come "Corri per il verde", "Corri per la salute", "Vivicittà" e i centri di formazione fisico-sportiva per i bambini fino ai 14 anni. "Non so se questo è stato poco o molto - ammette -, però sono a conoscenza che non è stato facile portare innovazioni in un mondo sportivo superconservatore". Che poi è lo stesso di un Paese che di fronte alla crisi resiste ma non crea (vedi l'ultimo rapporto Censis sulla situazione sociale in Italia). Il rischio è quello di percorrere strade sicure ma di arroccarsi nella difesa di valori che hanno ormai fatto il loro tempo. Detto in altri termini: di scavare una buca in un posto diverso scavando più a fondo sempre la stessa buca. È tempo, crediamo, di scavare una buca in un posto diverso. Di capire dove sta andando il mondo e di dare un nostro contributo per lasciarlo migliore a chi ci seguirà. Valorizzando, anzitutto, le attività ambientali legate all'atletica, come e più di quanto l'UISP non abbia fatto finora. Quindi spazio ai trail running, alle eco-maratone, alle ciaspolade, al trekking, al walking, alle camminate nella natura. E ancora, promuovendo le attività sportive giovanili attraverso i nuovi centri di formazione fisico-sportiva di atletica leggera, portando l'atletica per tutti nelle piazze. Ampliando il concetto stesso di atletica, perché le grandi rivoluzioni partono sempre dalle parole.

Lo faremo noi, con le nostre parole, a partire da questo primo numero, "s-bilanciandoci" in avanti con un interessante articolo su una proposta di contro-finanziaria più attenta ai diritti sociali, all'ambiente, al lavoro; con un'intervista a Bruno Orlandini sul tema della eco-sostenibilità; con l'impegno concreto dell'UISP nella campagna "100 piazze per il clima". E poi con le gare, la vittoria di Paolo Barghini alla Sahara Race 2009 e molto altro ancora. Che la strada sia lunga. Buon inizio a tutti.

La Redazione

Sbilanciamoci 2010: per un'Italia capace di futuro

di Donatella Vassallo

Varare una finanziaria significa decidere le sorti di una nazione. Senza la giusta lungimiranza rischi di non vedere al di là dell'emergenza del momento e di continuare a difendere gli interessi degli speculatori e dei palazzinari che stanno demolendo le basi materiali, etiche e sociali del Bel Paese. Dimenticando, ad esempio, che a differenza di altri Stati, la nostra crisi è strutturale e non congiunturale. E che, se non agisci a fondo, in lungo e in largo, metti solo delle pezze. Magari anche nel posto sbagliato.
Questa è la strada che l'ultima manovra del governo Berlusconi-Tremonti ha deciso di far imboccare all'Italia.
Nel nostro Paese la caduta del Pil tocca ormai il 6%, ma, mentre altri paesi investono in media oltre il 3% del loro Prodotto Interno Lordo per fronteggiare la crisi e rilanciare l'economia, noi abbiamo destinato delle briciole (non più dello 0,8% del Pil), e tutte le altre (poche) risorse destinate sono in realtà spostamenti di partite di bilancio, grazie ai tagli del FAS (Fondo Aree Sottoutilizzate), alle politiche sociali (Fondo Nazionale Politiche Sociali e Fondo per la non autosufficienza) ai vari interventi in materia ambientale (parchi, mobilità sostenibile, energie rinnovabili). Di contro, i tagli previsti nei prossimi tre anni a sanità, scuola, enti locali, previdenza e ambiente superano i 30 miliardi di euro.
Salari e redditi per i lavoratori dipendenti subiranno una drastica riduzione, nel 2010 finirà il periodo di cassa integrazione per centinaia di migliaia di lavoratori, la disoccupazione salirà dal 9,4% al 10,3%, molte decine di migliaia di piccole e medie imprese rischiano di chiudere e la crisi sarà ancora più pesante per le famiglie, per il loro standard di vita e per i consumi.
Grazie allo scudo fiscale si sdoganerà una cultura dell'illegalità già dilagante mentre si accentueranno le disuguaglianze economico-sociali e le tendenze anti-comunitarie. La politica in materia di immigrazione seguirà ancora le linee dell'esclusione e della xenofobia, facendo leva su un bisogno di sicurezza collettiva (vera o presunta) creato e amplificato dai media.
In materia di istruzione si taglieranno in un triennio oltre 100.000 unità tra docenti e personale tecnico, valorizzando un modello di insegnamento all'insegna del controllo burocratico e della cieca ubbidienza alle regole. L'università seguiterà ad annaspare nei pochi fondi disponibili (l'Italia stanzia per questo settore circa lo 0,9% del proprio Pil rispetto all'1,5% della media Ocse) dimenticando che senza la garanzia di un accesso democratico e meritocratico al sapere perderemo ogni possibilità di far ripartire l'ascensore sociale, bloccando il Paese nella trasmissione di privilegi corporativistici.
Le politiche ambientali, destinatarie di appena lo 0,5% della manovra complessiva, privilegeranno il sostegno alle Grandi Opere (Tav e Ponte sullo Stretto) e il rilancio del nucleare anziché gli interventi a favore delle fonti rinnovabili, della mobilità sostenibile, della ordinaria manutenzione e della prevenzione degli ecodisastri.
Eppure possono esserci modelli alternativi di sviluppo, solo a volerli. Lo dimostra la campagna "Sbilanciamoci!" che lo scorso 1° dicembre ha presentato, con coraggio e intraprendenza, il suo Rapporto di oltre 120 pagine con proposte alternative alla finanziaria e alle altre misure anticrisi presentate nel 2009 dal governo per uscire dalla crisi economica. 40 miliardi da spendere in due anni per sostenere un'economia diversa, imperniata sui principi della sostenibilità ambientale, della qualità sociale, della cooperazione e del servizio pubblico.

Queste, in concreto, le loro proposte:

- promuovere adeguate politiche del lavoro e allargare lo spettro di applicazione degli ammortizzatori sociali a tutti i lavoratori delle piccole medie e imprese e ai co.pro./interinali, eccetera, sulla base delle regole esistenti per i lavoratori a tempo indeterminato delle grandi imprese (cassa integrazione e copertura fino a 8 mesi all'80% dello stipendio);

- promuovere un piano nazionale di "piccole opere" e per l'ambiente attraverso una serie di interventi legati ai lavori pubblici nel campo energetico, della mobilità, del riassetto del territorio. Ecco alcuni obiettivi da realizzare entro il 2011: 500.000 impianti fotovoltaici, 500 treni per i pendolari, 20 progetti di mobilità sostenibile (1.000 piste ciclabili, 5.000 vetture in car sharing, 2.000 nuove vetture per il trasporto pubblico locale) nelle grandi città, la messa in sicurezza di almeno 9.000 scuole italiane che non rispettano le principali norme in materia (legge 626, ecc.). Questi interventi sostengono le imprese e creano posti di lavoro;

· promuovere un allargamento delle politiche di welfare - non con interventi caritatevoli come la social card e i bonus bebé - ma attraverso interventi e servizi sociali mirati, permanenti e continuativi, come l'apertura di 5.000 nuovi asili nido, di 1.000 strutture di servizio su base territoriale a favore di disabili e anziani non autosufficienti, l'introduzione dei Livelli Minimi di Assistenza già previsti dalla legge 328 del 2000, la promozione del diritto allo studio (borse, alloggi, ecc.); si tratta di politiche che in un'accezione ampia del welfare comprendono anche le politiche per la cooperazione allo sviluppo, la pace, il servizio civile;

- sostenere il sistema delle imprese attraverso politiche di incentivo nel campo dell'innovazione e della ricerca, di sostegno all'accesso al credito, di aiuto (con interventi di defiscalizzazione o bonus) finalizzato al mantenimento dell'occupazione e alla stabilizzazione dei rapporti di lavoro precario, alla promozione di patti territoriali per il sostegno al sistema locale delle imprese;

- arginare il crescente impoverimento del paese e rilanciare la domanda interna con il sostegno al potere d'acquisto dei lavoratori, delle famiglie e dei disoccupati attraverso - oltre a tutte le politiche di welfare precedentemente elencate - una serie di misure:

a) l'introduzione della 14ª per i pensionati sotto i mille € lordi mensili,

b) la restituzione del fiscal drag ai lavoratori dipendenti;

c) la reintroduzione del Reddito Minimo d'Inserimento (cancellato nella 14ª legislatura) per i disoccupati e per chi non gode di altre forme di ammortizzatori sociali.

E i modi per trovare le risorse:

- accentuare la lotta all'evasione fiscale e politiche di giustizia fiscale. È impossibile quantificare gli introiti dalla lotta all'evasione fiscale, ma sicuramente si possono quantificare le risorse che in due anni entrerebbero dalle seguenti misure;

- innalzamento della tassazione delle rendite al 23%;

- aumento dell'imposizione fiscale al 45% per i redditi oltre i 70.000 € e al 49% per i redditi oltre i 200.000;

- introduzione o accentuazione di una serie di tasse di scopo (SUV, diritti televisivi sullo sport spettacolo, porto d'armi, pubblicità).
In due anni queste misure produrrebbero 8 miliardi di entrate;

- introdurre una tassa straordinaria e una tantum per i grandi patrimoni (sopra i 5 milioni di euro, il 10% più ricco della popolazione) che rappresenti una sorta di contributo straordinario in una fase di difficoltà per il paese da quelle categorie sociali che rappresentano la parte più ricca del paese. Si tratta in sostanza di una tassa patrimoniale il cui obiettivo sarebbe la raccolta, con un'imposizione minima del 3 per 1000, di un introito di 10 miliardi e 500 milioni di €;

· puntare sulla riduzione delle spese militari. Si tratta di una scelta obbligata rispetto a Forze armate sovradimensionate rispetto ai loro compiti costituzionali e agli obblighi internazionali. La sola cancellazione del programma di acquisizione del cacciabombardiere JSF produrrebbe un risparmio in 10 anni di ben 16 miliardi di euro, mentre la riduzione del 20% delle spese militari, sempre in due anni, un risparmio di ben 6 miliardi di €;

- rinunciare al programma delle grandi opere, che in larga misura sono inutili, costosissime e in gran parte sbagliate. Rinunciare al progetto sul ponte sullo Stretto e alle altre grandi opere previste (tra le quali, da non dimenticare, anche se per il momento senza oneri finanziari, le centrali nucleari) comporterebbe un risparmio di 3,5 miliardi in due anni;

- intervenire su quella parte della spesa pubblica che potrebbe essere ridotta. Indichiamo due misure che potrebbero essere perseguite: il passaggio nella Pubblica Amministrazione all'open source che porterebbe un risparmio di ben 4 miliardi su due anni (contratti e acquisizioni di licenze) e l'abolizione dei contributi alle scuole private (ben 1 miliardo e 400 milioni in due anni) a favore degli investimenti di queste risorse nel sistema pubblico dell'istruzione.
Si può fare, solo a volerlo.

Atletica UISP: il nuovo impegno per organizzare attività eco-sostenibili a partire dal trail running

Intervista a Bruno Orlandini

Lo scorso novembre si è tenuta una riunione nazionale della Lega atletica leggera Uisp nella quale si è affrontato il tema dell'eco-sostenibilità. Ce ne parla il responsabile delle attività in ambiente della Lega atletica Uisp.

Cos'è il Trial Running Uisp?
È una gara, una semplice camminata o entrambe insieme che si svolgono quasi interamente in ambienti naturali, quali sentieri, carraie o strade bianche ed è consentito il passaggio su asfalto solo per piccoli tratti.

Cosa si propone di fare?
L'obiettivo è quello di organizzare un Calendario Nazionale, già nel 2010 possiamo arrivare a coordinare più di 50 eventi spalmati su tutto il territorio nazionale (non mi risulta che vi siano calendari Nazionali organizzati dalle altre Leghe).

Perchè ha scelto l'ambiente come priorità?
Sono anni che si organizzano gare in montagna, più o meno codificate all'interno dell'Uisp, in questi ultimi anni molti sono stati gli atleti che hanno scelto di correre a contatto con l'ambiente, abbandonando sempre di più le corse su strada, alla ricerca di nuovi stimoli che non sono quelli di arrivare primo in tutti i modi possibili, magari cercando delle scorciatoie poco lecite, ma di correre solo per se stessi avendo come unico "avversario" l'ambiente.

Tutte le iniziative Uisp di atletica, da oggi in poi, si svolgeranno rispettando questo "regolamento" oppure si tratta di raccomandazioni che voi lanciate?
Come pensate di far rispettare a tutti questo regolamento?
Diciamola tutta, Vivicittà insegna, con il trail running vogliamo ripercorrere quella filosofia, e saremo certamente facilitati nel nostro compito perché l'approccio dei trailer nel contesto ambientale è davvero eco-sostenibile ed è indubbio che da questa esperienza partirà una sorta di contaminazione per far si che Vivicitta non resti nel mondo dell'atletica un evento sporadico. Per le corse di trail running le linee guida devono essere applicate in toto, per le corse su strada saranno delle indicazioni. Per avere il polso della situazione sul movimento dei trail basta viaggiare in internet e rendersi conto di cosa stiamo parlando. Si scrive da più parti che noi potremmo essere l'associazione di riferimento in campo nazionale e pertanto non possiamo perdere tale occasione, avere un banner sul nostro sito rafforzerebbe il nostro movimento non tanto come Lega ma come Uisp.

Foto di Belinda Sorice

La Ciaspolada ospita il Campionato Nazionale UISP 2010

Era il 1972, quando Alessandro Bertagnolli, ex direttore dell'Azienda Per il Turismo della Val di Non, osservò alcuni cacciatori della zona marciare spediti con racchette ai piedi sulla coltre nevosa per portare ristoro ai caprioli affamati. Da lì gli venne l'idea di trasformare quel mezzo di locomozione in un evento ludico: una gara, appunto, con le ciaspole, oggi diventata la regina delle manifestazioni sportive del Trentino, con la presenza di oltre 20 nazioni e il record di quasi 7.000 partecipanti. Una manifestazione capace da sola di garantire oltre la metà delle presenze turistiche dell'inverno in Val di Non.

Dopo più di trent'anni, si rinnova l'appuntamento con la gara, previsto, come sempre, per il prossimo 6 gennaio. La novità di questa 37ª edizione sarà il connubio con Comitato UISP Trentino pronto ad accogliere gli atleti alla partenza a Romeno. Il traguardo sarà invece raggiunto dopo circa 7/8 km in piazza Don Antonio Stefanelli a Fondo; un arrivo diverso rispetto a quello tradizionale di piazza San Giovanni, interessata da opere di ampliamento. Ad accogliere gli oltre 7.000 partecipanti previsti dall'Organizzazione sarà quindi il PalaAnaunia, lo splendido palazzetto dello sport del comune di Fondo.

Tecnicamente il Campionato Nazionale UISP prevede ben 11 categorie, dagli Juniores ai Master 70, che vedranno premiati i primi 3 classificati, ai quali aggiungere le premiazioni di Società, con 11 compagini a premio con prodotti tipici locali.

Dichiara il Presidente del Comitato Trentino dello Sport Per Tutti, Cristina Boniatti, che essere partner della Ciaspolada è come pensare di poter vincere una gara e realizzare che la gara l'hai vinta davvero: "Certamente la manifestazione è conosciuta come la più importante gara di ciaspole al mondo, ma anche il nostro è l'Ente di Promozione Sportiva più numeroso in Italia e pertanto sono sicura che l'unione di due grandi realtà che collaborano per un comune obiettivo quale quello del rispetto della salute, dell'ambiente, della solidarietà e del turismo sostenibile sia la più grande vittoria a cui un Comitato come quello di Trento poteva aspirare".

Non solo sport ma anche valorizzazione del territorio e dell'ambiente sono quindi le componenti essenziali della gara e, a tal proposito, il Comitato Trentino UISP - particolarmente sensibile alla questione (vedi Progetto MontagnAmbiente ed Energia) - in collaborazione con la Società Podistica Novella, oltre a diffondere la bellezza del territorio alpino trentino, promuove un utilizzo sostenibile del trasporto, delle risorse idriche e sensibilizza alla raccolta differenziata. Il Comitato sta, infatti, pensando di monitorare l'evento con dei sondaggi che permettano di verificare se una manifestazione di così ampia portata, sebbene legata ad uno sport del tutto sostenibile, crei comunque un indotto di criticità rispetto all'equilibrio naturale.

Per maggiori informazioni sulla gara rimandiamo al sito **www.ciaspolada.it** e, per gli aggiornamenti, **www.uisptrentino.org**

Foto di Fabio Marranci

Diventare campioni per un dente rotto

Paolo Barghini e la Sahara Race 2009

Un proverbio tagil afferma che nel deserto piove quando deve piovere, non un minuto prima, non un minuto dopo. Bisogna saper aspettare il momento giusto. Né prima, né dopo.
Paolo Barghini ha aspettato 6 giorni e 250 km prima di aggiudicarsi, lo scorso ottobre, la Sahara Race 2009, definita dal Times una delle dieci gare di endurance più importanti del mondo. "Una gara oltremodo folle", per dirla con le parole di uno dei concorrenti. Si tratta di attraversare il Deserto Bianco egiziano in autosufficienza, vivendo per 250 km solo con quello che contiene il tuo zaino e con una temperatura esterna che sfiora i 50 gradi. L'arrivo è fissato a Il Cairo, sotto le piramidi, sempre che quando arrivi non le scambi per un miraggio.
Il 49enne carrarese c'è arrivato dopo cinque tappe di 37,500, 42, 44, 40,500, 87 chilometri, ma il suo viaggio è iniziato molto tempo prima. Per caso, come molte delle cose più importanti che capitano nella vita.

Quel giorno del 2004 in cui incontra dal dentista l'ironman Ferdinando Vatteroni: grazie a lui capisce che, nonostante i buoni risultati fin lì raggiunti nelle maratone e ultramaratone (da "tapascione" di qualità, N.d.A.), per essere atleti bisogna fare altro. Si affida alle sue mani per preparare la Marathon de Sables entrando così nel vortice di integratori, di analisi cliniche e di tabelle di allenamento che non lasciano nessuno spazio all'improvvisazione. La strada è segnata: dalla Marathon de Sables alla 100 km del Passatore per arrivare alla Libyan Challenge: sarà il deserto a convincerlo che è a lui che deve ormai dedicarsi. Nel 2008: deserto del Gobi e Sahara Race. Qui arriva terzo assoluto, una gara perfetta, dirà: no, non ancora.
Sarà il 2009 a consacrarlo davvero campione, lì nello stesso posto, dove il tramonto infuoca le dune e dove non manca il tempo per far sapere come si sta a chi ci segue da casa, anche via mail. Nell'infinito c'è spazio per tutto.
Eccolo il suo racconto, tra storia e leggenda.

25 ottobre

"Ok, la prima è fatta. E sono riuscito a fare un disastro. Mi sono perso di nuovo a circa 3 km dalla fine della prima tappa. Ero insieme allo spagnolo e all'americano e non mi preoccupavo di vedere il percorso ma solo di seguire loro. Così abbiamo fatto una bella frittata. La corsa è stata comunque durissima: i primi 3 sono grandi atleti e soprattutto mi ha sorpreso il canadese che avevo conosciuto in Gobi e non pensavo così forte. Siamo andati ad un ritmo folle: se non mi fossi perso avrei fatto la tappa in circa 3h30'. Vi assicuro che sulla sabbia morbida e con un caldo di 45 gradi è veramente un ritmo pazzesco. Ho cercato di stare con i primi anche rischiando qualcosa ma è andata com'è andata. Domani è un'altra tappa, durissima, 44 km su sabbia morbida. Il percorso non è lo stesso dello scorso anno quindi vediamo cosa mi aspetta. Per chi sa leggere le frequenze cardiache per capire lo sforzo di oggi la mia frequenza media è stata 170: la frequenza per me di una mezzamaratona. Il deserto bianco rimane uno spettacolo incredibile e io spero di batterlo un'altra volta. Spero di non avere speso troppo ma oggi sperando di fare una bella corsa era giusto rischiare qualcosa. Un saluto a tutti! Vi ringrazio per le e-mail e per i vostri incitamenti che mi aiutano un sacco nei tanti momenti difficili. Ciao! Paolo".

26 ottobre

"E anche la seconda è andata. La notizia è che oggi non mi sono perso. Quinto alla fine della tappa, vicino al quarto. I primi tre con il mio attuale stato di forma rimangono imprendibili. Non sono molto più forti di me, ma per tenere il loro ritmo dovrei rischiare e avendo ormai 50 minuti o più di svantaggio è inutile rischiare. Oggi la tappa è stata durissima soprattutto per la lunghezza, 44 km, e il caldo allucinante. A questo aggiungete che stanotte ha piovuto e c'era anche un po' di umidità. Ho iniziato lentamente cercando di non sprecare troppe energie. E, nonostante tutto, non ho perso troppo. L'inizio della tappa era su sabbia morbida e

Foto tratte da www.4deserts.com e www.dreamscomealive.com

quindi molto faticosa da correre. La seconda parte con le dune, tremenda. Un mix terribile con il caldo. Ho corso la tappa assieme allo spagnolo che poi visto che è arrivato terzo al mondiale di corsa in montagna, sulle dune mi ha dato qualche minuto. Ma vediamo come va a finire. La tappa di domani è di 42 km: ogni giorno può succeder di tutto. I miei piedi fortunatamente hanno poche vesciche grazie alle scarpe Diadora che si stanno rivelando fantastiche. Anche le barrette della Multipower sono veramente fantastiche. Nel deserto, correndo, ingoiare una barretta non è facile, ma queste che sto usando sono veramente buone. Insomma nonostante tutto il morale è buono. Grazie per le e-mail e un saluto grande dal deserto".

27 ottobre

"Oggi ho corso alla grande. Come riuscivo a fare lo scorso anno in questo tremendo deserto: alla fine secondo. Probabilmente ho recuperato anche qualche posizione in classifica. Finalmente sono stato bene, ho trovato il mio ritmo e ho macinato i chilometri come ancora non mi era riuscito. Sono partito prudente e ho spinto solo dopo il check-point 2. Ho ripreso i primi che erano in crisi e a quel punto ho spinto senza rischiare troppo. La corsa è dura, il caldo tremendo. La pioggia che è caduta il primo giorno ha alzato l'umidità e con 45 gradi e la sabbia è un mix tremendo. Domani

spero di avere la stessa condizione e di riuscire a portare a termine la tappa senza spendere troppe energie in vista della tappa lunga. Insomma nessun problema oggi. Purtroppo non sono riuscito a adattarmi al deserto abbastanza velocemente e le prime due tappe hanno compromesso la classifica finale. La perdita di tempo nella prima tappa per aver sbagliato strada ha peggiorato la situazione, ma vediamo come finisce. Un ringraziamento a tutti, le vostre e-mail mi fanno un piacere enorme e mi spingono a tenere duro nei tanti momenti difficili".

28 ottobre

"Secondo di nuovo. Oggi è stata una grande tappa. Ogni giorno che passa mi sento meglio. La tappa era come al solito tremenda: 40 km di sabbia rovente, 49 gradi e niente vento. Ma era una tappa per corridori e sono andato alla grande. Potevo anche

provare a vincere la tappa ma, visto che posso ancora arrivare sul podio, ho preferito non spendere troppe energie e arrivare a un minuto dal primo. A questo punto sono terzo, lontano dal primo e a dieci minuti circa dal secondo, sul quarto ho una trentina di minuti. Domani la tappa é di 87 km, lunghissima soprattutto con questo caldo incredibile, molto dipende da come riesco ad interpretarla, comunque la forma è finalmente arrivata, peccato per i 30 minuti persi nella prima tappa altrimenti potrei anche pensare a vincere, ma meglio accontentarsi e non rischiare. La fame si fa sentire ormai e recuperare diventa difficile. grazie ancora per le e-mail e per il tifo non sapete quanto mi sproni nei tanti momenti difficili. Vediamo domani cosa succede e grazie ancora di tutto".

29 - 30 ottobre

"Ieri ho fatto un capolavoro. Non pensavo che si potesse andare così forte nel deserto: 87 km di sabbia con 45 gradi in meno di 10 ore. Una cavalcata fantastica attraverso il deserto nero. La strada mi è sembrata tutta in discesa. Sono partito subito forte guardando l'austriaco che aveva 10 minuti di vantaggio su di me e lo spagnolo che era dietro di 40 minuti. Il tedesco primo in classifica ha attaccato subito dopo la partenza. Sono andato tranquillo e dopo il secondo c-p al 20° km ho spinto staccando gli altri e raggiungendo al 30° km il tedesco. Siamo andati di comune accordo fino al 40° km e dopo il c-p mi sembrava in difficoltà e l'ho attaccato a fondo. Era un tratto di dune morbide, era mezzogiorno e il caldo tremendo. Dopo 10 minuti non l'ho più visto, ma non ho mollato, sempre a spingere. Al 50° km sono passato in poco più di 5 ore. Una media incredibile se pensate che è fatta sulla sabbia, con lo zaino e dopo aver percorso 150 km nei giorni precedenti. Non ho più mollato, con il solo pensiero di vincere la tappa lunga, la più prestigiosa di tutta la corsa. Superare i corridori che erano partiti 3 ore prima di me che sembravano fermi era una sensazione incredibile; uno dopo l'altro senza mai mollare, fino a superarli quasi tutti. Quando alle 6 è arrivato il buio ero a soli 5 km dall'arrivo e ho tirato i remi in barca. La fatica si faceva sentire ma non meno la voglia di vincere. E poi l'arrivo, il trionfo. Tutti mi aspettavano e tutti dicevano che avrei vinto non solo la tappa ma anche la gara. E allora e iniziata l'attesa ...dieci minuti aspettando l'arrivo dell'austriaco che è arrivato dopo 50' minuti e poi il tedesco che aveva un'ora di vantaggio e che è arrivato dopo circa tre ore. Fantastico! Ho vinto la Sahara Race 2009 alla grande. Sono un campione. Scusate se me lo dico da solo :-))). Un bacio a tutti voi e grazie per il tifo, tutti voi avete vinto con me. Grazie, grazie, grazie".

Donatella Vassallo

GARA NAZIONALE F.I.D.A.L.

KM 21,097

CAMPIONATO REGIONALE UISP

LA GARA E' APERTA AI PORTATORI DI HANDICAP

FISIO CENTRO DI TERAPIA FISICA E RIABILITAZIONE

PHOTO WEB SERVER www.photogiacomelli.com

Una parte del ricavato andrà in beneficienza al gruppo **REGALAMI UN SORRISO** di Piero Giacomelli

PER INFORMAZIONI: www.mezzamaratonafucecchio.it
Libraschi Tel. 339 2579833 - Fontanelli Tel. 333 9052289
Bachini Tel. 348 0431844
Ufficio Stampa Boschi 338 7483148
Referenti settore disabili: Baronti 368 3179122 - Calogero 349 6953366

L'Atletica Fucecchio ed il G.S. Pieve a Ripoli, insieme al bronzo Olimpico dei 3000 siepi Alessandro Lambruschini, organizzano per il 28 Febbraio 2010, la quinta edizione della Mezza Maratona città di Fucecchio di km 21,097 e una ludico motoria di km 5 e 10. Possono parteciparvi tutti coloro che abbiano compiuto il 18° anno di età tesserati FIDAL – UISP o altre federazioni o altri enti di promozione sportiva, nel rispetto delle convenzioni stipulate con la FIDAL.
Le iscrizioni si chiuderanno il 26 Febbraio 2010 alle ore 24:00 e la consegna dei pettorali avrà luogo il giorno sabato 27 Febbraio 2010 dalle ore 16:00 alle ore 19:00 presso piazza Montanelli e la domenica mattina dalle ore 7:30 alle ore 9:00 nei pressi della partenza.
Verranno allestiti stend di articoli sportivi ed effettuate dimostrazioni di step e spinnig da parte di palestre locali, oltre a spettacolari giochi di musici e sbandieratori delle contrade del Palio di Fucecchio. La mattina della gara, saranno a disposizione degli atleti spogliatoi, docce e massaggi pre/post competizione, effettuati da fisioterapisti specializzati di FISIO 3 di Menichetti Maurizio ex fisioterapista della Nazionale Italiana di Atletica Leggera.
Per informazioni sulle strutture convenzionate: 0571-245744 (Terreni)
Iscrizioni gratuite per i portatori di handicap

Saranno premiati
i primi 100 Assoluti, 60 Veterani, 40 Argento
Le prime 25 donne assolute e 10 donne veterane

Campionato Regionale UISP
Saranno premiati con Medaglia i primi 3 di ogni categoria in base al regolamento UISP

Ai primi 700 iscritti alla mezza maratona: T-Shirt
dal 701° in poi: pacco alimentare

per le società con **più di 10 iscritti** alla mezza maratona una iscrizione gratuita

per le società con **più di 20 iscritti**: prosciutto

rimborsi spese per le società fuori regione:
da 20 a 29 iscritti euro 50, da 30 a 39 euro 80, con più di 40 euro 100

SAI BANCASAI Fondata nell'anno 2001 — GRUPPO FONDIARIASAI — AGENZIA DI FUCECCHIO
TESORINO
VITE
inkospor integratori da professionisti inkospor.it
auser risorsAnziani Fucecchio
Picchiotti CASA FONDATA NEL 1870
nesti & nelli s.r.l. CONCESSIONARIA TOYOTA

MEZZA MARATONA CITTA' DI FUCECCHIO

SCHEDA DI ISCRIZIONE

Entro il **20 Febbraio 2010** **Euro 15,00** compreso cauzione cip Euro 5,00	dal **21 Febbraio 2010** al **26 Febbraio 2010** **Euro 20,00** compreso cauzione cip Euro 5,00	**Iscrizione alla gara non competitiva con pacco gara** **Euro 3,00** fino a 15 minuti prima della gara

Cognome _____ Nome _____ Sesso M ☐ F ☐
Via _____ N. _____ C.A.P. _____ Città _____ Prov. _____
Tel. _____ Cell. _____ Taglia _____
Data di Nascita _____ Luogo di Nascita _____ Prov. _____
Società _____ N. Tessera _____ Tipo Tessera _____
E.mail _____

Modalità di iscrizione:
Le iscrizioni apriranno il 01 Dicembre 2009
e chiuderanno il 26 Febbraio 2010 alle ore 24,00

☐ Via Fax: al numero 0571 261203
☐ Via Internet: sul sito: www.mezzamaratonafucecchio.it
e-mail: info@mezzamaratonafucecchio.it

È obbligatorio riempire la scheda di iscrizione in tutte le sue parti e spedire il tagliando di avvenuto pagamento al numero di Fax 0571 261203

Modalità di pagamento:
☐ Assegno o vaglia postale
☐ Conto Corrente Postale n. 68514959
☐ Bonifico Bancario MPS
Codice IBAN: IT15H0103037870000001722496
intestato a: Comitato Promotore Mezza Maratona Città di Fucecchio
c/o Viale B. Buozzi c/o Stadio Comunale 50054 FUCECCHIO (FI)

Dichiaro inoltre di accettare il regolamento della Mezza Maratona Città di Fucecchio

Data _____ Firma _____

Elisa Cusma trionfa a S.Agata Bolognese

Dopo le abbondanti nevicate e gelate dei giorni scorsi, il giorno di S. Stefano ha concesso finalmente un giorno di tregua, l'ideale per la Victoria S. Agata, storica Società UISP con all'attivo una grande attività soprattutto giovanile ma con importanti risultati anche tra Amatori e Master, di mettere in onda la 43ª edizione della Podistica di S. Stefano, in collaborazione con Comune e Pro Loco.
La gara, valida come ultima prova della Coppa UISP Provinciale di Corsa su strada, ha visto al via quasi 400 atleti, con la parte dei favoriti decisamente accreditata a Elisa Cusma tra le donne e all'idolo di casa Paolo Natali tra i maschi.
Pronti via ed un gruppo di 11 unità fa subito andatura, ad un buon passo nonostante il freddo che mantiene tempertura a 3-4 gradi sopra lo zero; cede prima Moro, quindi Bruzzi, Benedetti e Testa.
Al secondo passaggio dal via, Natali si produce nell'allungo che lo porta ad ottenere quel margine che poi manterrà fino all'arrivo.
Classifica che vede quindi primo Paolo Natali (Atl. Marathon Firenze) in 24'39", seguito da Antonio Santi (Fratellanza) in 24'46", quindi Gabriele Valli (Corradini) in 24'53", poi Massimo Tocchio (Gabbi) in 24'59" e al quinto posto Davide Uccellari (Fratellanza) con il tempo di 25'08".
Tra le donne gara di testa di Elisa Cusma e Chiara Nichetti che transitano appaiate al primo giro; poi la forte portacolori dell'Esercito già al secondo passaggio allunga e si aggiudica la gara con un buon 27'33".

Alle sue spalle Chiara Nichetti (27'56") mentre sul terzo gradino sale Laura Ricci (Corradini) in 29'13".
Belle anche le gare tra gli Amatori, con vittoria finale di Gianni Bruzzi davanti a Galassini e Barbieri; tra i Veterani invece gara a tre tra gli "inossidabili" Tirabassi, Materia e Campanini, nell'ordine all'arrivo.
Bondioli, Pigoni e Cremonini salgono invece sui tre gradini del podio tra gli Amatori Donne, mentre Ricchetti, Lambertini e Pinzi si impongono tra le Veterane femminili.
Avvincenti come sempre anche le gare tra i più giovani, valide per i Campionati UISP di categoria con ben 170 Atleti al via su percorsi adatti alle varie età.
Molto partecipata anche la 16ª Camminata di S. Stefano, una ludico motoria su 4 percorsi di 3, 6, 11 e 14 km con ben 1800 podisti al via; molto apprezzati i premi di partecipazione ai singoli come i sostanziosi premi alle Società sulla somma degli iscritti, consegnati sul palco dal Sindaco di S. Agata, Daniela Occhiali e da Giorgia Verasani, Assessore allo Sport della cittadina.
Con S. Agata si chiude un anno denso di importanti appuntamenti per la Coppa UISP Provinciale di Corsa su strada, con le premiazioni già programmate per il 20 febbraio presso il Centro Pederzini a Calderara.
Foto, Classifiche ed ulteriori informazioni a breve sul sito www.uispbologna.it/uisp/Atletica-e-podismo/Home.html

Claudio Bernagozzi
UISP Lega Atletica Bologna

La terra dopo Copenhagen: se 100 piazze per il clima non bastano

di Donatella Vassallo

Che a Copenhagen tirasse una pessima aria era evidente. A un giorno dalla chiusura del vertice Onu sul clima, così si era espresso il presidente Lula: "Se non arriva un angelo o un saggio in questa assemblea è difficile che si arrivi ad un accordo. Io però credo nei miracoli, che possono succedere". Malgrado il clima pre-natalizio, però, nessun intervento divino. Solo un "accordo imperfetto" che somiglia alla presa di coscienza di un alcolista della propria malattia. Pur sempre un inizio di guarigione, se vogliamo vedere il bicchiere mezzo pieno.
Il compromesso, giunto dopo 12 giorni di tira e molla tra i rappresentanti dei 193 Paesi presenti, significa: abbiamo capito che i cambiamenti climatici non sono frutto dei vaneggiamenti dei climatologi e che la febbre del pianeta non può e non deve aumentare oltre i 2 gradi. Il come e il quando farlo resta affidato alla buona volontà dei singoli Stati visto che il negoziato non ha valore vincolante. Eppure i tempi e le modalità restano questioni cruciali. Gli scienziati sostengono che entro il 2050 è necessario un taglio delle emissioni globali inquinanti non inferiore al 50%. Per i Paesi ricchi questo significherebbe ridurle del 20/30% entro il 2020 e dell'80% entro il 2050 rispetto al valore di riferimento del 1990. I Paesi a economia emergente o ancora in via di sviluppo dovrebbero tagliarle del 50% entro il 2050. Ma mentre l'Europa si è dichiarata disponibile ad accettare queste indicazioni, non altrettanto hanno fatto gli Stati Uniti e la Cina.

Durante lo svolgimento del vertice, alcuni giovani delle ONG hanno indossato delle magliette con una domanda fondamentale: "Quanti anni avrai nel 2050?". Lo hanno chiesto ad una classe politica che, nei fatti, si dimostra incapace di immaginare un mondo che andrà avanti anche senza di loro e che per questo non riesce ad (auto)imporre dei limiti senza vederne i relativi vantaggi. Un bel guaio se è vero che, come un proverbio greco ci ricorda: "Le società crescono realmente solo quando gli anziani piantano alberi sotto la cui ombra non siederanno mai". Certo, non è semplice. Ma ricordiamoci quali sono le alternative. Adesso, che siamo già nel "tempo delle conseguenze".

Molti ghiacciai si stanno sciogliendo, i deserti avanzano e numerose specie scompaiono. Cosa significa tutto questo per l'uomo? Bisogna partire sempre da lì visto che la nostra visione antropocentrica ci accorcia la vista in lungo e in largo. I fotografi svizzeri Mathias Braschler e Monika Fischer hanno provato a correggere questa miopia con il progetto The Human Face Of Climate Change, "Il volto umano del cambiamento climatico": otto mesi di viaggio e 21 Paesi visitati per registrare gli effetti del clima sui popoli del mondo. Soffermarci su qualche esempio del loro reportage può tornarci utile.
Africa: in Mali, il delta interno del Niger si sta prosciugando; i pescatori Bozo stanno così rinunciando alla possibilità di spostarsi sulle loro barche e alla pesca, loro principale risorsa. Asia: in Cina, la contea di Minqin è gravemente colpita dalla desertificazione; le tempeste di sabbia, un tempo sconosciute, sono sempre più frequenti e il deserto avanza, cancellando terre che erano coltivate da secoli.

Foto da www.memic.net

I servizi della rivista

Podismo e Atletica

La rivista dei runners

Pubblicità, cronache e notizie dal mondo del podismo

Ufficio stampa
In occasione di manifestazioni o lancio di nuovi prodotti

Speaker
In occasione di gare, premiazioni o feste

Gestione CHIP
Per le vostre gare in collaborazione con UISP Lega Atletica

Riprese e trasmissione
Su TOSCANA TV tutti i giovedì dalle ore 22.15 con Carlo Carotenuto e Fabio Fiaschi

Web TV
In collaborazione con RUNNERS.it

Trasmissione TV
Su Sky 932 e altre emittenti del centro nord in collaborazione con tele STUDIO 8

Per informazioni sui nostri servizi potete scrivere a

redazione@runners.it

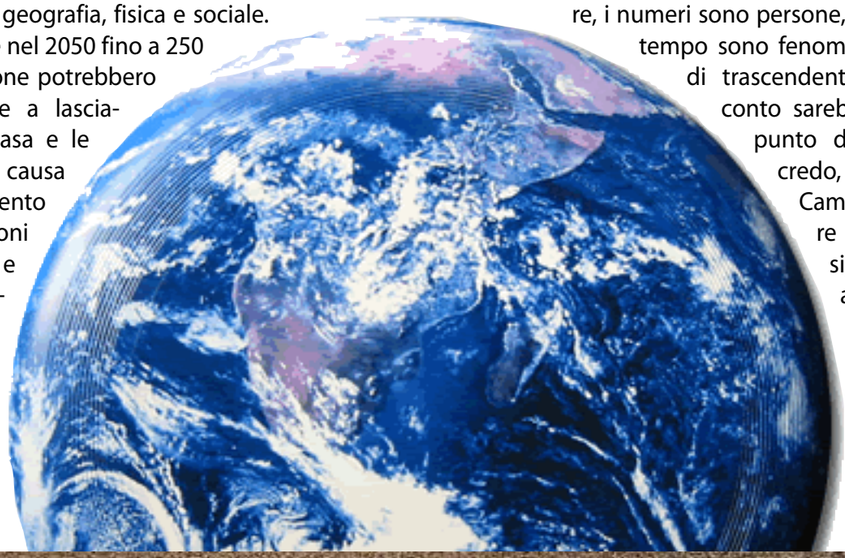
America del Nord: in Colorado, i pini delle Montagne Rocciose sono malati o già morti per un'invasione dei parassiti arrivata a causa degli inverni troppo miti; un commerciante locale di prodotti agricoli prevede che questi spariranno nel giro di cinque anni vanificando la sua attività. America del Sud: in Perù, i lama, principale fonte di sostentamento dei suoi abitanti, si ammalano continuamente a causa dell'aumento delle temperature estive e delle improvvise gelate invernali. Europa: in Siberia, il permafrost si sta sciogliendo facendo sprofondare le case sul terreno, un tempo solido; le famiglie del luogo vivono come su una barca respirando la forte umidità in estate e gelando in inverno. Oceania: molti atolli sono risucchiati dal mare portandosi dietro anche i villaggi su di essi costruiti.

Il mondo non sarà più lo stesso. Bisognerà fare i conti con una nuova geografia, fisica e sociale.

L'Onu stima che nel 2050 fino a 250 milioni di persone potrebbero essere costrette a lasciare la propria casa e le proprie terre a causa del peggioramento delle condizioni dell'ambiente e dei cambiamenti climatici. Secondo l'Alto Commissariato per i rifugiati dell'Onu, il 66% dei profughi registrati nel 2007 sono persone colpite da catastrofi naturali o da mutate condizioni dell'ecosistema. Fin d'ora il popolo del Bangladesh (160 milioni) fugge terre inondate o non più coltivabili perché salate. Se il mare dovesse alzarsi d'un metro, perché si sciolgono i ghiacci sull'Himalaya e in Groenlandia, un terzo del Paese s'inabisserebbe e i rifugiati sarebbero 40 milioni, dice la Banca Mondiale. L'India, intanto, ha alzato il filo spinato per bloccarli.

L'Africa, da qui al 2030, potrebbe contare un aumento dei suoi conflitti del 54% e 380 mila morti a causa di guerre provocate da danni agricoli e dalla diminuzione delle risorse. L'aumento del caldo significa anche maggiore aggressività e violenza. Lo dimostrano i già tanti conflitti in corso per l'accaparramento dell'acqua.

Sì, lo so: è difficile vedere realtà dietro i numeri. Eppure, i numeri sono persone, le distanze e il tempo sono fenomeni fisici. Nulla di trascendente. Rendersene conto sarebbe già un bel punto di partenza. Io credo, con Cristina Campo, che soffrire per qualcosa significa averle accordato una estrema attenzione. E la sofferenza, a quel punto, è davvero madre della cura.



STAGE DI ATLETICA LEGGERA SUL

Monte Amiata

2010-2011

la montagna... in Toscana

L'ambiente e la natura lasciano su noi e sul nostro corpo profonde tracce: fare sport sull'Amiata significa entrare in comunione con un ambiente incontaminato: un macrocosmo di cui noi siamo il microcosmo. La vera pelle che ci riveste: il sole, i profumi, l'aria pura, la vita spirituale che ci circonda. Ricchissima.

PRINCIPALI EVENTI SPORTIVI:

TROFEO AMIATA
MEETING NAZIONALE DI NUOTO
week end 1° MAGGIO

SALITREDICI
Gara podistica Abbadia San Salvatore – Vetta Amiata
3° domenica di luglio

GIORNATE DELLO SPORT
Abbadia San Salvatore - Agosto

TORNEI DI TENNIS
tutta l'estate

RADUNO TECNICO NAZIONALE DI ATLETICA LEGGERA UISP
23/30 agosto

STAGE DI ATLETICA LEGGERA

DURATA DEL PACCHETTO: 7 GIORNI/6 NOTTI

Periodo consigliato: da Aprile a Ottobre

Programma

1° giorno: arrivo e sistemazione nella struttura scelta.
Dal 2° al 7° giorno: Allenamenti, piscina, pomeriggio rigenerante nella piscina termale, visite guidate al Museo Minerario e alla Galleria livello VII.

Prezzo per gruppi: min. 25 pax a partire da **euro 335,00** per persona

Le quote comprendono:
. sistemazione in Hotel 3 stelle con 6 giorni trattamento di pensione completa (bevande escluse);
. impianti sportivi (impianto atletica leggera);
. 1 ingresso alla piscina comunale;
. 1 pomeriggio rigenerante nella piscina termale di Bagni San Filippo;
. 1 visita guidata al Museo minerario e alla Galleria livello VII.

La quota non comprende:
. trasferimento da e per il luogo di provenienza;
. tutto quanto non previsto nella quota comprende.

PER PRENOTARE BASTA CONTATTARE IL NOSTRO UFFICIO BOOKING

ufficio prenotazioni:
P.le Renato Rossaro, 2
53021 - Abbadia San Salvatore (Siena)

telefono **+39 0577 778324**

fax **+39 0577 775221**

web site: **www.terreditoscana.net**
www.bookingsiena.it

e.mail: **info@terreditoscana.net**

direzione e ufficio commerciale:
P.zza Matteotti, 30
53100 - Siena

telefono **+39 0577 45900**
fax **+39 0577 283145**

www.terreditoscana.net

REGIONE TOSCANA

TOSCANA

CORRERE in TOSCANA

2010

"Correre in Toscana" non è solo SPORT ma un'occasione da non perdere per visitare splendide città d'arte, per ammirare i paesaggi e le bellezze naturali, per rilassanti passeggiate sul mare, e poter degustare le specialità uniche della cucina tradizionale regionale.

sport
arte
natura

Gare podistiche 2010

17 gennaio
6ª edizione Puccini Half Marathon
E-mail: info@versiliasport.com
info@carnevalepuccini.com
Web: www.puccinimarathon.com

5 aprile
22ª Maratonina Internazionale Città di Prato
E-mail: posta@maratonina.prato.it
Web: www.maratonina.prato.it

18 aprile
26ª Corsa del Saracino
E-mail: roberto1.borri@alice.it
Web: www.corsadelsaracino.it

2 maggio
21ª Maremontimare
E-mail: info@maremontimare.it
Web: www.maremontimare.it

29-30 maggio
Firenze-Faenza «38ª 100km. del Passatore»
E-mail: info@100kmdelpassatore.it
Web: www.100kmdelpassatore.it

27 giugno
35ª Pistoia-Abetone
E-mail: info@pistoia-abetone.com
Web: www.pistoia-abetone.com

18 settembre, ore 14.00
37ª Maratona del Mugello
E-mail: tipografiabm@libero.it
Web: www.maratonamugello.it

3 ottobre
16ª Maratonina "Il Campanone"
E-mail: gidelsa@interfree.it

10 ottobre
35ª Passeggiata alla fiera
30ª Sinalunga nel verde
E-mail: info@atleticasinalunga.it
Web: www.atleticasinalunga.it

17 ottobre
4° Ecomaratona del Chianti
E-mail: info@ecomaratonadelchianti.it
Web: www.ecomaratonadelchianti.it

14 novembre
30ª Maratona Città di Livorno
E-mail: info@livornomaratona.it
www.livornomaratona.it

28 novembre
27° Firenze Marathon
E-mail: staff@firenzemarathon.it
Web: www.firenzemarathon.it

19 dicembre
12ª Pisamarathon
E-mail: info@pisamarathon.it - Web: www.pisamarathon.it

Per informazioni
ASSOCIAZIONE "CORRERE IN TOSCANA"
Pistoia C.P. 384 - Tel./Fax 0573 34761 - Tel. 0586 428316 - Fax 0586 440707 - info@livornomaratona.it - info@pistoia-abetone.com

A Monaco con Luciano e Jeffrey, atleta non vedente

Dopo l'impresa di Andrea Accorsi e della sua 100 km di Rimini corsa accanto a Cristian Sighel, ragazzo trentino ipovedente, per la prima volta al mondo senza il classico cordino che lega atleta ed accompagnatore, un'altra bellissima avventura ha marcato il mondo dell'atletica e della UISP, ancora una volta vicina ai più deboli con un suo associato.

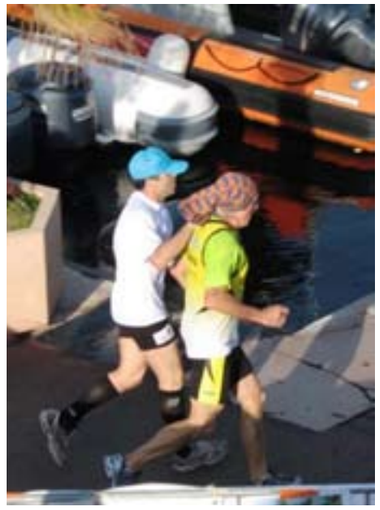
Questa volta il teatro dell'evento è stato il Principato di Monaco e la 10ª edizione della Nofinishline (www.nofinishline.com), corsa internazionale di beneficenza voluta dai Principi del piccolo Stato per raccogliere fondi per assistere bambini malati di cuore; la formula, molto semplice, prevede il versamento da parte dell'Associazione Children & Future, di 1,10 € per ogni km percorso dai partecipanti.

Tra i protagonisti quest'anno anche Luciano Scienza, dirigente e fondatore della Podistica Dilettantistica Bairese ALPEA, società UISP piemontese.

Dopo un solo giorno dal via, sul percorso allestito sul molo del Principato (un anello a volte di 900 a volte di 1600 metri) Luciano ha incontrato Jeffrey Norris (di origine statunitense ma che vive in Germania), atleta completamente cieco, accompagnato fino ad allora da uno scozzese che però camminava solamente.

Chiesto se voleva provare a correre, Jeffrey ha accettato subito la proposta, con enorme entusiasmo di entrambi.

Un'avventura che ha visto Luciano correre a buon ritmo, con la mano di Jeffrey sempre appoggiata alla sua spalla sinistra, un contatto per trarre la sicurezza per correre sempre tra 4'50" e 5'50" al km, e la spinta per proseguire, giorno dopo giorno.



Luciano (maglia gialla) e Jeffrey in gara

Assieme ne hanno percorso quasi 350 km in 7 giorni, in perfetta simbiosi, correndo anche al ritmo della musica degli auricolari, uno per uno, con lo stesso passo.

Per la cronaca sono stati raccolti oltre 132.000 €, Luciano Scienza è arrivato al 9° posto e Jeffrey Norris ha percoro 449 km.

Al termine sua Altezza il Principe Alberto di Monaco si è congratulato con Jeffrey per aver partecipato e con Luciano per aver dato a lui la possibilità di realizzare questo sogno.

Un sogno che può realizzarsi, sempre più spesso, con autentici campioni di altruismo e sensibilità come Luciano Scienza ed Andrea Accorsi.

Claudio Bernagozzi
Lega Atletica Leggera UISP

Luciano (maglia gialla) e Jeffrey prima della premiazione

A.S.D. SPORT NUOVI EVENTI SICILIA

sportnuovieventisicilia@alice.it

A.S.D. ATLETICA TERRASINI

FINE SETTIMANA VACANZA-SPORT

Immersi nella Natura

Tre Giorni Fantastici con la tua Famiglia

In preparazione della Maratonina Città di Terrasini

"4° Corri Tra il Verde della Sicilia"

Podistica a Tappe - Campionato Regionale UISP

23/24/25 Aprile 2010

Terrasini (Pa)

Hotel Club Perla del Golfo

3giorni a prezzi super vantaggiosi dal 23 al 25 aprile 2010

info : cell. 3397149566 mimmopiombo@hotmail.com

Info e Prenotazioni alberghiere COCCIOLAVIAGGI : - Tel. 091/528322

www.cocciolaviaggi.it **e-mail** info@cocciolaviaggi.it

Quota totale individuale di partecipazione in doppia: € 116,00

Programma

23 aprile

Arrivo al villaggio dopo le 14,00, accoglienza e consegna delle camere. Pomeriggio dedicato alla gara, come da programma. Cena a buffet. Pernottamento.

24 aprile

Pensione completa al villaggio. Mattinata dedicata alla gara, come da programma. Pomeriggio a disposizione per attività di svago e relax. Cena a buffet. Pernottamento.

25 aprile

Prima colazione e gare come da programma. Per chi non gareggia, giornata a disposizione per relax ed attività di svago. Pranzo al villaggio.

"Riserva Naturale Orientata Capo Rama".

www.wwfcaporama.it

Comune di Terrasini

Centro Studi Salvo D'Acquisto

Per chi non va sempre di corsa

Sotto una piccola stella

Chiedo scusa al caso se lo chiamo necessità.
Chiedo scusa alla necessità se tuttavia mi sbaglio.
Non si arrabbi la felicità se la prendo per mia.
Mi perdonino i morti se ardono appena nella mia memoria.
Chiedo scusa al tempo per tutto il mondo che mi sfugge a ogni istante.
Chiedo scusa al vecchio amore se do la precedenza al nuovo.
Perdonatemi, guerre lontane, se porto fiori a casa.
Perdonatemi, ferite aperte, se mi pungo un dito.
Chiedo scusa a chi grida dagli abissi per il disco col minuetto.
Chiedo scusa alla gente nelle stazioni se dormo alle cinque del mattino.
Perdonami, speranza braccata, se a volte rido.
Perdonatemi, deserti, se non corro con un cucchiaio d'acqua.
E tu, falcone, da anni lo stesso,nella stessa gabbia,
immobile, con lo sguardo fisso sempre nello stesso punto,
assolvimi, anche se tu fossi un uccello impagliato.
Chiedo scusa all'albero abbattuto per le quattro gambe del tavolo.
Chiedo scusa alle grandi domande per le piccole risposte.
Verità, non prestarmi troppa attenzione.
Serietà, sii magnanima con me.
Sopporta, mistero dell'esistenza, se tiro via fili dal tuo strascico.
Non accusarmi, anima, se ti possiedo di rado.
Chiedo scusa al tutto se non posso essere ovunque.
Chiedo scusa a tutti se non so essere ognuno e ognuna.
So che finché vivo niente mi giustifica,
perché io stessa mi sono d'ostacolo.
Non avermene, lingua, se prendo in prestito parole patetiche,
e poi fatico per farle sembrare leggere.

Wislawa Szymborska, da Ogni Caso, 1972

Castelnuovo Berardenga (SI) 18 ottobre 2009

3ª Ecomaratona del Chianti

Ecomaratona - Km 42

DONNE

1	CASIRAGHI MONICA	FILA EQUIPE	SFE40	3.28.18
2	CALCIOLARI CHIARA	ARCI GOODWIN LIBIOLA	SFC	3.37.15
3	SBOARINA ALESSANDRA	C.S.I. VERONA	SFC	3.43.51
4	COPPO MONICA	AM. SPORT VC025	SFC	4.01.31
5	CARBONE KATJA ANTONELLA		SFC	4.02.44
6	DA RONCH CLAUDIA	MERCURYUS	SFC	4.07.52
7	BUDONI FEDERICA	ORTICA TEAM	SFC	4.13.03
8	CATALDI GRAZIA	ATL. VICENTINA	SFE40	4.14.34
9	PELLICCIARI SILVANA	POD. BIASOLA	VFH55	4.17.15
10	LOMBARDI SIMONA		SFE40	4.18.29
11	PERINO GIORGIANA	ALPEA ELLENA GOLD.	SFF45	4.18.35
12	BANDIERI ROSANNA	POD. CORREGGIO	VFG50	4.22.26
13	CASAIOLI BARBARA	LE LUMACHE	SFC	4.23.11
14	BREVI ALEXANDRA	LIVORNO TEAM RUN.	SFF45	4.25.52
15	GIORGI ROBERTA	MARATHON MONTEPASCHI	SFE40	4.26.26
16	FURLANETTO MARTA	RUNNER MURANO	SFF45	4.33.20
17	SACCHINI SILVIA	TEAM MARATHON BIKE	SFF45	4.34.34
18	SACCARDI MONIA	POL. NAVE	SFC	4.37.02
19	MICHELINI FRANCA	CITTANOVA	VFH55	4.37.49
20	HARDING FRANCES		SFA	4.38.41
21	TURCHI ROSSANA	COMETA	SFC	4.40.04
22	SERGOLA MARIA RITA	SABINA MAR. CLUB	SFF45	4.42.56
23	GRECO MARIA R.	ATL. VICENTINA	SFF45	4.43.44
24	LORENZINI CHIARA	VALENTI RAPOLANO	SFC	4.44.53
25	CRETELLA LILIANA	TEAM MARATON BIKE	SFE40	4.47.59
26	VILLA GIOVANNA	ORTICA TEAM	VFG50	4.48.24
27	VILARDO ALFIA		SFE40	4.48.25
28	RAZZOLINI ILARIA	LA NAVE FIRENZE	SFE40	4.51.23
29	DUPRE' BARBARA	BREMA RUN. TEAM	SFC	4.51.41
30	BURGARELLA SARAH	ATL. PRESEZZO	SFA	4.51.43
31	ZUCCO ROBERTA		SFF45	4.52.24
32	INTROCASO ISABELLA	AMICI SPORT BRIOSCO MI	SFC	4.52.42
33	RASICCI ADELE	QUADRILATERO FERRARA	VFH55	4.52.43
34	LESKOVICS JOZSEFNE		SFE40	4.55.47
35	MANGLKAMMER CARMEN		SFE40	4.55.54
36	MANDINI PATRIZIA	OSTIA RUNNER	VFG50	4.56.52
37	BROCKLEBANK SUSAN		SFF45	4.58.00
38	FERRETTI GIUSEPPINA	A.R.C.S. PERUGIA	VFG50	5.00.06
39	ZACCARIA LIA	A.D.V.S. CAVEJA	SFE40	5.01.14
40	PANINA MARIA CRISTINA	ATL. RIGOLETTO	SFF45	5.02.18
41	CIOLI KATIA	UISP CHIANCIANO	SFE40	5.04.06
42	GAZZOLO CHIARA	MARATONETI TIGULLIO	SFC	5.05.35
43	RUGGERI ROSSANA	VIRGILIANO	SFF45	5.09.13
44	MARCHI NADIA		SFE40	5.09.18
45	FOLLMI SIMONE		VFH55	5.10.06
46	GIORDANI MONIA	ATL. AM. VELLETRI	SFC	5.12.12
47	FRANCESCHELLI BETTY	POL. NAVE	SFF45	5.13.48
48	IZZO IMMACOLATA	MISERICORDIA AGLIANESE	VFG50	5.14.08
49	COMPARINI DONATELLA	GP ROSSINI	VFG50	5.14.25
50	RONCARI BARBARA	SPORT & SPORTIVI	SFC	5.17.21
51	ZANELLATO PATRIZIA	ATL. NOVESE	SFF45	5.25.02
52	SANGUINETI BERNARDA	LA GALLA PONTEDERA ATL	SFC	5.25.26
53	AIAZZI SABINA	CAI PRATO	SFA	5.28.06
54	ROSSI SILVIA	MARATONETI TIGULLIO	SFF45	5.29.24
55	SCHIAFFINO ROBERTA	MARATONETI TIGULLIO	SFE40	5.29.26
56	NERBI ANNA	AMAT. ATL. CARRARA	VFH55	5.33.52
57	HUYNH THI LANG		VFG50	5.33.57
58	CHIARELLI EMANUELA	TORRE DEL MANGIA	SFC	5.34.29
59	BRAGAGNI DONATELLA	CAI PRATO	SFF45	5.34.29
60	LOPS TERESA	BARLETTA SPORTIVA	SFC	5.35.38
61	CORRADINI LIANA	GP ROSSINI	SFF45	5.35.38
62	MANNA ANNA MARIA	ECOMARATONA DEI MARSI	SFF45	5.41.22
63	PIRAS RITA	MAR. CLUB ORISTANO	SFA	5.43.23
64	ERDAS MARIA GRAZIELLA	MAR. CLUB ORISTANO	SFF45	5.43.23
65	BERTOLASI STEFANIA	MARATOLANDIA VB050	SFC	5.44.11
66	BOSIO NICOLETTA	RUNNERS BERGAMO 47Z	SFF45	5.48.31
67	PASSON LUISA	PODISMO BUTTRIO	VFH55	5.59.09
68	MOCELLIN MARINA	CALDERARA TECNOPLAST	VFH55	6.04.11
69	RAVERA NORMA	MARATONETI TIGULLIO	SFE40	6.21.32
70	CUTILLO ELISABETTA	MARATONETI TIGULLIO	SFE40	6.21.33
71	MOMENTE' GRAZIANA	ATL. MOTTENSE	VFI60	6.33.03

UOMINI

1	RONDONI ROBERTO		SME40	2.57.35
2	PALLADINO DANIELE	ATL. SCANDIANO	SMC	2.59.36
3	FANTON LORIS	SPOTORNI RUN	SMC	3.00.24
4	CARONI FRANCESCO	U.S.A. CAFASSE	SMC	3.03.01
5	EVANGELISTI MICHELE	PARCO ALPI APUANE	SMA	3.05.14
6	ZARANTONELLO MARCO	RUNNERS VALBOSSA	SME40	3.09.10
7	GIUSTI DANIELE	AS ATL. VINCI	SME40	3.09.45
8	ZUFFERLI IVAN	PODISMO BUTTRIO	SMC	3.13.24
9	GALIZZI ALESSANDRO	ATL. ISOLA D'ELBA	SMC	3.16.43
10	CARLUCCI MATTEO	TRI IRON	SMA	3.16.59
11	POLI ALESSANDRO		SMC	3.18.39
12	CICIGOI MARCO	HAPPY RUNNERS CLUB	SME40	3.18.53
13	TUVERI FRANCESCO	ASSEMINI	SMF45	3.20.56
14	SOLDI ANDREA	MONTELUPO RUNNERS	SMC	3.20.59
15	CHAPLIN TIMOTHY	U.P. ISOLOTTO	SMF45	3.21.34
16	BONFIGLIO MARCO	ATL. 99 VITTUONE	SMC	3.22.41
17	VALLICELLA ZENO	C.S.I. VERONA	SME40	3.23.11
18	ANANIA GENNARO	ATL. VERBANO	VMG50	3.23.12
19	BAMBINI ALBERTO	ATL. SOLEDROS LI	VMG50	3.26.33
20	CARLINI ROBERTO	ATL. VIGNATE	SMC	3.27.49
21	BARTOLINI ENRICO	ATL. CAPRAIA E LIMITE	SMF45	3.27.57
22	POMPOLI FRANCESCO	CUS FERRARA	SMC	3.29.18
23	SALVO RADDUSO FILIPPO	ATL. TUSCULUM	SMC	3.29.35
24	BELARDINI GIANLUCA	ATL. AM. VELLETRI	SMC	3.31.14
25	DE CONTI DANILO	MERCURYUS	SMF45	3.32.16
26	GARDELLI PARIDE	ADVS CAVEJA	VMG50	3.32.26
27	BINELLI STEFANO	DRIBBLING	SME40	3.32.34
28	BACCA ENZO	ATL VALLI DI NON E DI SOLE	SMF45	3.32.45
29	VENDRAMIN MARCELLO	ATL. TEAM BRIANZA	SME40	3.32.52
30	DEGL'INNOCENTI MASSIMILIANO		SMC	3.33.10
31	ACCORSI ANDREA	ATL. CALDERARA BOLOGNA	SME40	3.33.18
32	MARTINA FRANCESCO	ATL. VERBANO	SMC	3.33.52
33	CARDU GESUINO	ASSEMINI	SMF45	3.35.57
34	ESPOSITO ANTONIO	POD. BIASOLA	SMF45	3.36.20
35	VAIANI RICCARDO	MONTELUPO RUNNERS	SME40	3.37.27
36	BERETTA ROBERTO	A. CLUB CORNATE D'ADDA	SMC	3.39.08
37	GIROLAMI GIANLUCA	AVIS ASCOLI MARATHON	SMC	3.39.38
38	CRISTIN BERNARDO		SMA	3.39.42
39	CAMILLONI LEONARDO	ENERGIA RECANATI	SMF45	3.42.14
40	CANAPINI GIOVANNI		SME40	3.42.55
41	SETTESOLDI DANIELE		SME40	3.43.31
42	SANGIORGI GUSTAVO	ATL. VICENTINA	SMF45	3.43.53
43	MOSCATELLI ANTONIO	U.P. ISOLOTTO	SME40	3.44.21
44	FONTANELLI NANDO		SME40	3.44.44
45	LECOINTE MICHEL		VMG50	3.46.10
46	PIATTO ALESSIO	ATL. 3V	SME40	3.46.16
47	RINALDI DOMENICO	ATL. LATINA	VMH55	3.46.27
48	SCARANO MATTEO	U.P. ISOLOTTO	SME40	3.48.39
49	CITTADINI ANGELO	MAR. CLUB FIGLINE V.	VMI60	3.50.40
50	GHISLENI GABRIELE	ACLI GIURIATI	SMF45	3.51.05
51	CHIOSTRINI NICOLA	POD. I VECCHI AMICI	SMF45	3.51.48
52	GUALTIERI FABIO	MISERICORDIA AGLIANESE	VMG50	3.52.07

Servizio fotografico di www.foto4.it

Che bello correre in mezzo alla natura

La scelta di partecipare a questa manifestazione è dovuta al fatto che quest'anno, a fianco della 3ª Ecomaratona del Chianti, è stata organizzata la 1ª edizione del Trail del Chianti di 18 km, distanza che in questo momento mi è molto più consona rispetto ai 42 km. Di questa manifestazione avevo sentito parlare bene, e lo scenario in cui è organizzata è già da sé un buon biglietto da visita e un invito a partecipare. Così cerco su internet maggiori informazioni, la navigazione sul sito mi dà ancora più stimoli a parteciparvi: la veste grafica, la precisione e ricchezza di informazioni circa le caratteristiche del percorso, le modalità di iscrizione, le foto delle passate edizioni, le notizie circa l'ospitalità, mi convincono e decido di iscrivermi. E anche qui rimango favorevolmente colpita dal potermi iscrivere direttamente on-line, senza dover fare bollettini postali, fax, ecc., comodamente dalla scrivania e con un semplice click pago e m'iscrivo. Penso: "Che comodità", si dovrebbe poter fare più spesso.

Da sottolineare altri aspetti positivi della manifestazione: l'organizzazione è una vera squadra di persone, preparate e disponibili. Bella l'idea di differenziare la partenza tra il trail e la maratona, ciò che ha permesso a noi vagabondi che abbiamo fatto solo 18 km, di poter vivere l'emozionante partenza della maratona, di cui poi abbiamo percorso gli ultimi 18 km, considerato che lo start del Trail è stato dato da Villa a Sesta, ovvero al 24° km della maratona; l'organizzazione ha messo a disposizione pullman per il trasporto degli atleti da Castelnuovo Berardenga fino alla partenza del Trail e successivo rientro delle borse a Castelnuovo. Ottimo anche il rapporto tra costo d'iscrizione e servizi offerti: oltre al pacco gara l'iscrizione comprendeva il pasta party del sabato sera e il pranzo dopo gara. Pasta party per modo di dire visto che c'era di tutto: pasta, affettati, carne, formaggi, fagioli, crostata, acqua e vino a volontà, il tutto alla modica cifra di 10 €.

Veniamo alla gara: domenica 18 ottobre, ore 10, finalmente si parte! Non so quanti fogli mi occorrerebbero per descrivere la bellezza del paesaggio e forse non riuscirei a trasmettere l'emozione che si prova. Per rendere l'idea posso dire che il percorso si snoda interamente su strade bianche, attraverso boschi, vigneti, oliveti, strade sterrate, erba e casolari completamente immersi nella natura (solo un tratto insignificante di asfalto che porta all'arrivo nella piazza centrale). A fare da supporto le numerose persone che hanno deciso di camminare e che incitavano gli atleti in un clima di festa. E poi i ristori, ricchi e ben posizionati, così come la segnaletica che non dà modo di sbagliare. È una delle poche volte in cui bisogna imporsi di correre a testa alta perché non si può perdere l'occasione di godersi quel meraviglioso paesaggio!

Che emozione vedere i partecipanti arrivare con il sorriso sulle labbra, stanchi ma soddisfatti e per una volta senza guardare il cronometro: toscani e non solo, oltre ad atleti stranieri di varia provenienza mentre la piazza centrale si dipingeva di mille colori. E come altro motivo di aggregazione, gli organizzatori hanno ben pensato di dare qualche informazione sulla gara anche in inglese e tedesco e credo che gli stranieri presenti abbiano apprezzato questo accorgimento.

In conclusione rinnovo i complimenti a tutto lo staff e mi auguro che altri organizzatori presenti prendano spunto da questa manifestazione per riproporla nelle proprie realtà territoriali, sia per la tipologia di percorso come per l'eccellente organizzazione. Personalmente adoro correre in mezzo alla natura e, se posso, cerco di evitare l'asfalto e lo slogan della manifestazione era proprio mirato al rispetto della natura, aderendo all'iniziativa: "Io non getto i miei rifiuti", avvalorata anche dall'utilizzo di bicchieri riciclabili. Una cosa che mi ha colpito è che ad ogni ristoro c'erano almeno 3-4 cestini dove buttare i rifiuti e addirittura avevano anche scritto "Ultimo cestino".

Elisabetta

PS: ci vediamo il prossimo anno, spero per correre la maratona!

Forse non tutti sanno che...

Nove comuni per un gallo nero

Le leggende nascono spesso per giustificare vittorie più o meno legittime. Non fa eccezione quella relativa al gallo nero, universalmente considerato simbolo di un celebre vino e metafora dell'antico "Clante" (dall'etrusco: acqua, in riferimento alla ricchezza idrica della zona).

Il Chianti individua oggi un territorio di 70.000 ettari compresi tra i Monti del Chianti, Firenze, la Val d'Elsa e Siena. Conteso da tempi immemorabili da Firenze e Siena, entrò definitivamente nell'orbita della città gigliata al termine di un periodo di interminabili conflitti, sedati con un insolito stratagemma. Per definire i limiti dei loro rispettivi domini, le due città medievali stabilirono che questi sarebbero stati fissati là dove si fossero incontrati due cavalieri partiti al primo canto del gallo, l'uno da Siena e l'altro da Firenze. I senesi allevarono con ogni cura un gallo bianco mettendolo all'ingrasso e rendendolo pigro e dormiglione, mentre i fiorentini si procurarono un gallo nero al quale davano da mangiare "poco o punto", cosicché il giorno della sfida cominciò a cantare ancora prima dell'alba. Con questo vantaggio, il cavaliere fiorentino raggiunse Fonterutoli, a soli 12 km da Siena, prima di incontrare l'avversario.

Il gallo nero comparve da allora come emblema della storica Lega del Chianti e dal 1924 come marchio di tutela del Consorzio del Chianti classico.

53	MARE' SERGIO		SMF45	3.53.38
54	NAPPI MICHELE		VMG50	3.54.27
55	CAPPELLI STEFANO	POL. MADONNINA	SMC	3.54.37
56	AGOSTINI LUCIO	GABBI BOLOGNA	VMG50	3.54.58
57	BELTRAMELLO STEFANO	ATL. VERBANO	SMC	3.55.15
58	VANDELLI ANDREA	CASA MODENA ATL.	SMC	3.55.55
59	BREGOLI MARCO	PICO RUNNERS	SMC	3.55.59
60	LANZARA ANDREA	POL. FOLGORE	SMC	3.56.00
61	COUMANS PATRICK	LE PIUME NERE	SME40	3.56.03
62	TENERINI ALESSANDRO	ATL. FAVARO LA SPEZIA	SMC	3.56.48
63	SANDRELLI FABRIZIO	BUTTARELLI CESOLE	VMG50	3.56.50
64	CASAGRANDE RENZO	ATL. VITTORIO VENETO	SMF45	3.57.00
65	CAO IVAN	SCUOLA MAR. VITTORIO V.	SMC	3.57.30
66	BORGIANNI MARCO	CENTRO EDUC. FISICA	SME40	3.57.54
67	DEL RIO WILMO	ATL. POL. SCANDIANO	VMG50	3.57.54
68	ANTONUZZI PIERO	ATL MONTE MARIO	VMH55	3.58.07
69	BIAGIOTTI DANILO	ATL. 75 CATTOLICA	VMG50	3.58.22
70	GIUPPONE DARIO	RUNNERS BERGAMO	SMF45	3.58.31
71	PRANZINI GIORDANO	GABBI	VMH55	3.58.39
72	DE MIERI ANGELO	RUNNERS VALBOSSA	VMG50	3.59.38
73	RICCIARDI PAOLO	ATL. SESTINI	SMC	3.59.43
74	ALFONSI GIANCARLO	TUTTINBICI	SMF45	3.59.54
75	PUGLIESE MARCO		SMC	4.00.18
76	GRAZIOLI G. PAOLO	MAIANO	SME40	4.00.33
77	DEL BUE DANILO	POD. BIASOLA	SMF45	4.00.37
78	BOTTINELLI GERARDO	AM. SPORT VC025	SMC	4.01.31
79	MURA SERGIO	ATL. SESTINI	SMF45	4.01.33
80	PIAZZA LUCIANO	AVIS FORLI'	SMF45	4.01.35
81	LAURENZI DARIO	ROAD RUNNERS CLUB MI	SMF45	4.01.42
82	RODIO ROBERTO	MARATONETI TIGULLIO	SMC	4.01.50
83	MOSCONI MASSIMILIANO	POL. TASSISTI FIORENTNI	SME40	4.02.27
84	BRACCI ALESSANDRO		SMF45	4.02.27
85	BACCONI PAOLO	MONTEAPERTI	SMF45	4.03.20
86	MICHIELAZZO VANNILEO	ATL. MOTTENSE	VMI60	4.03.55
87	LEONARDI LAMBERTO	COOP CERAMICA IMOLA	SMF45	4.04.09
88	CIAMPI RENZO		VMI60	4.04.17
89	PIRCHIO PAOLO	ATL. RECANATI ENERGIA +	SMC	4.04.26
90	GHIRIGATTO ENNIO	AS DRIBBLING BOLZANO	VMG50	4.04.48
91	BIAGIOTTI FILIPPO		SMA	4.05.03
92	CUCCOLI MASSIMILIANO	POD. AM. AREZZO	SMC	4.05.24
93	BERTELLI FILIPPO	ROAD R. CLUB POVIGLIO	SME40	4.05.35
94	ERTA ROBERTO	POD. CAVRIAGO	SME40	4.05.39
95	POZZA VINICIO	ATL. VICENTINA	VMG50	4.06.04
96	SESTAIONI STEFANO	CARICENTRO	SME40	4.06.06
97	DALMIGLIO FRANCESCO	GPC82	SMC	4.06.43
98	PISETTA MASSIMO	ATL. VALLE DI CEMBRA	VMG50	4.06.43
99	TINTI PAOLO	ATL. SIGNA	SMF45	4.06.45
100	ILARI ANDREA	ATL. PORTO SANT'ELPIDIO	SMC	4.06.49
101	GUIDANTONI BRUNO	CLUB AMICI DI MARIO	VMI60	4.07.27
102	AGNOLETTI LAMBERTO	AVIS FORLI'	VMH55	4.07.32
103	FELCARO ALIDO	HAPPY RUNNERS CLUB	SME40	4.07.39
104	MENOTTI MICHELE	PODISMO BUTTRIO	SMC	4.07.52
105	COLLI ANGELO	RUNNERS VALBOSSA	VMH55	4.08.03
106	PARDINI LUCA	CENTRO EDUC. FISICA	SMF45	4.08.31
107	PACIOTTI GIACOMO	MAR. CLUB CRAL MPS	SMC	4.08.38
108	SINDACO GIOVANNI		VMG50	4.08.42
109	SARTORI MASSIMO	TOMMY SPORT VALLE DELLURA	SMF45	4.09.20
110	MATTEI GIANNI	ATL. CASALGUIDI	SMC	4.09.22
111	SICURELLI ERNESTO	TRACK CLUB DAVOS	VMI60	4.09.25
112	MARMONTI OSVALDO	ATL. 99'VITTUONE	SME40	4.09.35
113	TONINI MARCO	SINALUNGA	SMC	4.09.46
114	CENCI MAURIZIO	POL. MADONNINA	SMF45	4.09.49
115	RAMBALDI WALTHER		SMF45	4.09.52
116	TOTI SAURO	MAIANO GS	SME40	4.10.22
117	GOBBO RENZO		VMG50	4.10.22
118	GIORA ALDO	FOREDIL PADOVA	VMH55	4.10.36
119	DAMIANI MASSIMILIANO	HAPPY RUNNERS CLUB	SMF45	4.10.45
120	MUCCIARINI MASSIMO	VALENTI RAPOLANO	VMH55	4.11.52
121	MARTELLATO GIAMPIETRO	ATL. TEAM BRIANZA	SMF45	4.12.10
122	LUPI MAURO	MONTELUPO RUNNERS	SMF45	4.12.27
123	PIZZIRANI MASSIMO	PASTA GRANAROLO	SME40	4.12.59
124	BIANCHI FLAVIO	ORTICA TEAM	SMF45	4.13.35
125	PARRI LIDO	ATL. VINCI	SME40	4.13.37
126	GEREVINI FRANCO	ARREDAMENTI MAIANDI	VMG50	4.13.46
127	MOTTINI NICOLAS		SMC	4.14.00
128	VACCARI CLAUDIO	POD. BIASOLA	VMG50	4.14.06
129	MAZZONE CLAUDIO	CAI PISTOIA	SMA	4.14.15
130	BATTISTELLA DENIS	CAI PISTOIA	SMC	4.14.15
131	ROSINI STEFANO	MISERICORDIA AGLIANESE	SMC	4.14.19
132	FUSI SIMONE	WHIRLPOOL	SMC	4.14.19
133	MARIOTTI GIANLUCA	RUNNING EVOLUTION	SME40	4.14.19
134	BACCINI LUCA	MISERICORDIA AGLIANESE	SME40	4.14.19
135	MINOCCI CLAUDIO	VIS CORTONA TRIATHLON	SMF45	4.14.23
136	CAPPELLINI STEFANO	PODISMO IL PONTE	SME40	4.14.34
137	COLLINI ISACCO	IL PONTE SCANDICCI	SMC	4.14.41
138	MATTEI ANDREA	ATL. CASALGUIDI	SME40	4.15.18
139	BIELER PETER	TRACK CLUB DAVOS	VMH55	4.15.55
140	VAGAGGINI DIEGO	UISP ABBADIA	SMC	4.16.05
141	MORESCHINI ANDREA	U.P. ISOLOTTO	SME40	4.16.36
142	TURRIO BALDASSARRI F.	CANOTTIERI TEVERE REMO	SME40	4.16.55
143	MASTRANGELI TESEO	ATL. AM. VELLETRI	SMF45	4.17.04
144	GIOVANNINI GIOVANNI	LE PANCHE CASTELQUARTO	SME40	4.17.14
145	ZEN ELIO	POD. BIASOLA	VMI60	4.17.15
146	DI FIGLIA STEFANO MARIA	AVIS STIAVA	SMF45	4.17.59
147	SEVERI ANGELO	AVIS STIAVA	VMG50	4.18.00
148	GUERRIERI GRAZIANO	G. POD. LE SBARRE	VMH55	4.18.10
149	GROTTI ALESSANDRO		VMG50	4.18.22
150	PAOLETTI MASSIMILIANO	TOSCANA ATL. EMPOLI	SMC	4.18.23
151	PRATI FERNANDO		VMH55	4.18.28
152	BELLEZZA DARIO	U.S.A. CAFASSE	SMF45	4.18.29
153	PELAGALLI LEANDRO	POL. PRATO NORD	VMI60	4.18.32
154	BERTONCINI PAOLO	G.A.A.C. 2007	SME40	4.18.34
155	LEONINO EZIO	ALPEA ELLENA GOLDENGAS	SMF45	4.18.35
156	MEONI LUCA		SME40	4.19.45
157	SALUTE STEFANO		SMF45	4.19.45
158	VAGGI SAURO	MARINA DI CANDELI	SMC	4.19.46
159	INNOCENTI CLAUDIO	POD. LA STANCA	VMH55	4.20.13
160	BIGI LUCIANO	PODISTICO AVIS FORLI'	VMG50	4.20.16
161	POSSAMAI DIEGO		SMC	4.20.28
162	MUNARETTO MAURIZIO A.	ATL. 3V	VMH55	4.20.36
163	BASTREGHI FRANCESCO	MARATHON MONTEPASCHI	SME40	4.20.49
164	CIVAI GIANNI	MONTEAPERTI	SMF45	4.20.50
165	BIANCHI LORENZO	R. VALENTI RAPOLANO	SME40	4.21.26

Comune di
Campi Bisenzio

Atletica Campi

UNIVERSOSPORT

Comitato UISP
di Firenze

ORGANIZZANO:

FINALE NAZIONALE UISP DI CORSA CAMPESTRE

21 MARZO 2010
PARCO DI VILLA MONTALVO
CAMPI BISENZIO

2010 CAMPI CROSS BISENZIO

166	VINCENZI LUCA	PASTA GRANAROLO	SMC	4.21.48	
167	MASPERO ROBERTO	SAN MARCO CANTU	SMF45	4.22.21	
168	HEISKEL INGO	MARATHON REGENSBURG	VMM70	4.22.27	
169	RAFFONE PAOLO	RUNNERS VALBOSSA	SMF45	4.22.48	
170	RONDINI STEFANO	ATL. AVIS PERUGIA	VMH55	4.22.48	
171	ANDREATTA ROBERTO		SMF45	4.22.54	
172	NARDELLI LORIS MAXIMO	ATINA TRAIL RUNNING	SME40	4.23.10	
173	CORTINOVIS GIANBOSCO	SPIRITO TRAIL	VMH55	4.23.18	
174	CECCARDI VANNI	ATL. POL. SCANDIANO	SMF45	4.23.29	
175	FARA GERARDO	AMAT. ATL. CARRARA	VML65	4.23.42	
176	NISTRI ALESSIO	MAIANO	SMC	4.24.03	
177	GISTRI FRANCO	IL PONTE SCANDICCI	SMF45	4.24.27	
178	BASTIANEL DANILO		VMM70	4.24.33	
179	ZENTI PAOLO	POL. PONTELUNGO	SME40	4.24.48	
180	RUSU VITALIE	WHIRLPOOL	SMA	4.24.49	
181	DE LUCA ADRIANO	BELLAVISTA	VMG50	4.25.08	
182	ROCCHI RICCARDO	IL PONTE SCANDICCI	SMF45	4.25.15	
183	PAGANELLI PIERO		SME40	4.25.27	
184	ESCLAPON CRISTIANO		SMF45	4.25.29	
185	CROSTA SILVANO	RUNNERS VALBOSSA	SME40	4.25.45	
186	LACETERA NICOLA	ATL. DI MARCO SPORT	SMF45	4.26.06	
187	BARZANTI CARLO	POL. NAVE	VML65	4.26.13	
188	DIKON JOSIP		VMH55	4.26.36	
189	MORELLI LEONARDO	LE PANCHE CASTELQUARTO	VMG50	4.26.42	
190	VANNUCCI LEONARDO	ATL. SIGNA	SMF45	4.26.43	
191	MAZZINI ENRICO	MAIANO	SME40	4.26.53	
192	BAGNOLI PAOLO	RUNNERS BARBERINO	SMF45	4.26.54	
193	MARSON PAOLO	ASSINDUSTRIA SPORT PD	VMG50	4.28.09	
194	POGGIONI ANDREA	RUNNERS VALBOSSA	SME40	4.28.31	
195	TOTARO MARIO	U.S. ROBERTO COLZI	VMH55	4.28.36	
196	POMPILII MARCO		SME40	4.29.00	
197	CIARLELLI AMEDEO	CASA CULT. S.MINIATO B.	SME40	4.29.02	
198	RUSCIANI ROBERTO	IL FIORINO	SMF45	4.29.43	
199	SALVETTI SIMONE	VERSILIA SPORT	SMC	4.29.56	
200	CARIOLI LUCA	S. CATERINA-FURIE ROSSE	SMC	4.29.58	
201	DAINELLI NICOLA	SPIRITO TRAIL	SMC	4.30.05	
202	TINELLO AGOSTINO	G.P.MONSELICENSI	VMI60	4.30.16	
203	BISOL OLIVIERO		SMF45	4.30.22	
204	ROMA RICCARDO	MARATONETI TIGULLIO	VMG50	4.30.53	
205	CIPRIANI SIMONE	IL PONTE SCANDICCI	SMF45	4.31.16	
206	CALZOLAI DAVID	IL PONTE SCANDICCI	SME40	4.31.17	
207	BULDRINI LUIGI	POL. MADONNINA MO	VMG50	4.31.30	
208	FRUSCA ENIO	AS DRIBBLING BOLZANO	VMI60	4.31.40	
209	BRIGANTI ALESSANDRO	AURORA 1948	SME40	4.33.29	
210	PASSEROTTI ANDREA	CLUB AUSONIA	SME40	4.33.30	
211	GENCO GIAMBATTISTA	ATL. CASTELLANA GROTTE	VMG50	4.33.32	
212	CAMPI CLAUDIO	MARATONETI MIRANDOLESI	SMF45	4.33.36	
213	TONI MASSIMO	MARATONETI GENOVESI	VMH55	4.33.44	
214	MAZZOLA ANTONIO	ATL. RECANATI ENERGIA +	VMG50	4.34.13	
215	PAMPALONI ANDREA	U.P. ISOLOTTO	VMH55	4.34.13	
216	PAGANELLI DAVID	LA FRATELLANZA MODENA	VMG50	4.34.21	
217	MAGAZZINI LEONARDO	IL PONTE SCANDICCI	SMC	4.34.28	
218	FERRARI FRANCO		SMF45	4.35.29	
219	GAFFURI PAOLO	PRO PATRIA CUS MILANO	SME40	4.35.51	
220	SCARAMELLA FRANCO	RUNNING EVOLUTION	VMH55	4.36.04	
221	SANTI LUCA	FILIPPIDE PRATO	SME40	4.36.24	
222	CROCI DANILO	LIBERTAS FAEBER UBOLDO	SME40	4.36.40	
223	MELONI MARIO	DRIBBLING	VMG50	4.36.40	
224	MUCCIARINI SIMONE	VALENTI RAPOLANO	SMA	4.37.25	
225	ROMBOLI ANTONIO	IL GREGGE RIBELLE	SMC	4.37.36	
226	GIURATO FAUSTO	ATL. DI MARCO SPORT	SMF45	4.38.10	
227	MARCHI ANTONIO	GIUDICARIE ESTERIORI	VMH55	4.38.27	
228	CIANI FRANCO	MONTELUPO RUNNERS	VMG50	4.38.35	
229	SCARPA FRANCO	ATL. CAPRAIA E LIMITE	VMH55	4.38.35	
230	VIGANO' MARCO VALENT.	ATL. PRESEZZO	SMF45	4.38.58	
231	PETRELLA EMILIO	ATL. GROSSETO	VMI60	4.39.05	
232	DOMINICI FULVIO	MISERICORDIA AGLIANESE	SME40	4.39.19	
233	PASSERI DAVIDE	G.A.M. WHIRPOOL	SMC	4.40.02	
234	ZURLI MASSIMO	AM. PODISTA AREZZO	SMC	4.40.03	
235	SPICHETTI ANTONIO	POL. PRATO NORD	VMH55	4.40.04	
236	MIGLIARO LUIGINO	MARATONETI TIGULLIO	SMF45	4.40.24	
237	MAGGI ENRICO	MARATONETI TIGULLIO	VML65	4.40.24	
238	DI BUDUO MICHELE		VMG50	4.40.35	
239	ZAMPOLI MAURO	IL PONTE SCANDICCI	SMF45	4.40.45	
240	ONORATO GIOVANNI	CASA CULT. S.MINIATO B.	VMH55	4.41.37	
241	CICCARELLI FABIO	ATL. RECANATI ENERGIA +	SMC	4.41.43	
242	GALLI PAOLO	FRAT. POP. GRASSINA	SMC	4.42.31	
243	ZANARDO ENRICO	ATL. MARENO TV 332	SME40	4.42.40	
244	BOSNJAK PREDRAG		SMF45	4.42.58	
245	LAVURI FABRIZIO		SMA	4.42.59	
246	SAI ROBERTO	MARATONETI TIGULLIO	VMH55	4.43.11	
247	CIOLLI LUCA	ATL. TOSCANA EMPOLI	SME40	4.43.19	
248	MENCHI ROGAI SERGIO	RINASCITA MONTEVARCHI	VMG50	4.43.20	
249	MARINARI PIERO	LE PANCHE CASTELQUARTO	VMG50	4.43.55	
250	SANGALLI VLADI		SMC	4.44.07	
251	BREGOLI LUCA	PICO RUNNERS	SMC	4.44.35	
252	SAMEZ PAOLO		SMC	4.44.35	
253	COGO MASSIMILIANO	AVIS IVREA	SME40	4.44.36	
254	CIS ALESSANDRO	RUNNER VARESE	SME40	4.44.36	
255	TONANI MASSIMO	RUNNER VARESE	SMF45	4.44.36	
256	CORNIA MARIO		VMG50	4.44.53	
257	KISSIYAR OUNS		SMC	4.45.54	
258	PRAVISANI EZIO	U.S. MARIO TOSI TARVISIO	VMM70	4.46.09	
259	GORI LUCIANO	MISERICORDIA AGLIANESE	SMF45	4.46.45	
260	TEDESCO GENNARO	ATL. SERMONETA	VMH55	4.47.24	
261	FORCONI GIANCARLO	FRAT. POP. GRASSINA	VMH55	4.48.01	
262	DEL LUNGO MAURIZIO	FRAT. POP. GRASSINA	SMC	4.48.02	
263	CONTI DUCCIO	FRAT. POP. GRASSINA	SMC	4.48.03	
264	COSEANO PAOLO	LIBERTAS UD.	SMF45	4.48.10	
265	LOVO LAMBERTO	ORTICA TEAM	VMH55	4.48.25	
266	COTTI MARCO	POL. PONTELUNGO BO	VMH55	4.49.19	
267	SERTORIO ELIO MARIO	ATL. PRESEZZO	SMF45	4.49.44	
268	BASILI CARLO	OSTIA RUNNER	SMF45	4.50.53	
269	RONCHI MAURIZIO	OLIMPUS ATL. S.MARINO	VMG50	4.51.22	
270	BOSCO VITTORIO	OLIMPIA TERENZANO	VMH55	4.51.22	
271	MORESCHINI PIERO	01 ZERO UNO S.S.D.	SMF45	4.51.38	
272	BRIZZI RENATO	POL. DIL. ARCI FAVARO	SMC	4.51.59	
273	MORI FABIO	GUALDO	VMG50	4.52.18	
274	PERROTTA GIUSEPPE	ATL. NOVESE	VMG50	4.52.20	
275	ARRIGHI STEFANO		SME40	4.52.22	
276	CHIUSSO ALESSIO	SPIRITO TRAIL	SMC	4.52.23	
277	MARELLI GIUSEPPE	SAN MARCO CANTU	SMF45	4.52.23	
278	COLOMBO WALTER GIOELE	TRIATHLON LECCO	SME40	4.52.33	
279	MALI JARKKO	PITAJANMAEN PONNISTUS	SMC	4.52.36	
280	MARTINELLI FAUSTO	MARATHON VERBANIA	SMC	4.52.41	
281	SCHINCAGLIA ROBERTO	GRAVELLONA	SMF45	4.52.41	
282	CECCARELLI GIUSEPPE	ATL. AM. CARRARA	SMF45	4.52.42	
283	SENATORE ANIELLO	ISAURA VALLE DELL'IRNO	SMF45	4.52.44	
284	LAMPELA JARMO	KUSTAANMIEKAN LOISTO	SMF45	4.52.48	
285	GRASSI FRANCESCO		SMC	4.53.04	
286	BONUCCI DAVIDE	TORRE DEL MANGIA	SME40	4.53.37	
287	SORIANI PATRIZIO	MONTECCHIO 2000 PU	SME40	4.53.52	
288	FIRINU FABIO	MAR. CLUB ORISTANO	VMG50	4.54.01	
289	AMADDII ROBERTO	IL MARATONETA SPORT SI	VMG50	4.54.33	
290	PAGLIONE ENZO	POD. LIPPO-CALDERARA	SMC	4.55.22	
291	BRADLEY MICHAEL	SPECTRUM STRIDERS	VMG50	4.56.24	
292	DINDO ROBERTO	PODISMO BUTTRIO	VMG50	4.56.40	
293	CICCARIELLO ANTONIO	POD. SOLIDARIETA	VMI60	4.56.52	
294	CECCOTTI RINALDO	POD. SOLIDARIETA'	VMI60	4.56.53	
295	PAGLIERANI MAURO		SME40	4.57.50	
296	ODDOLINI MARCO	TURIN MARATHON	SME40	4.58.23	
297	RADIC PREDRAC		VMG50	4.59.42	
298	PEDRON FABIO		SMC	4.59.54	
299	SCALELLA DOMENICO	ISAURA VALLE DELL'IRNO	SMF45	5.01.07	
300	DE NISCO MAURIZIO	I PODISTI	VMH55	5.01.14	
301	CECCHELLA MARCO	ATL. MONTI PISANI	SMF45	5.02.16	
302	BASSI MAURO	ATL. POL. SCANDIANO	VMG50	5.02.38	
303	BELLI ANDREA	ATL. DI MARCO	SMC	5.02.54	
304	CIMICHELLA STEFANO	ATL. DI MARCO SPORT	SME40	5.03.11	
305	TANAGLIA FAUSTO	GSDA RONDONE	SMF45	5.03.34	
306	BERTOLETTI SERGIO	AMICI PODISTI	VMI60	5.03.40	
307	MARZI LUCA	MARATONETI TIGULLIO	SMF45	5.04.00	
308	LODOVICHI FRANCO	FILIPPIDE CAST. DEL LAGO	VMI60	5.04.32	
309	PORCU' ROBERTO	UGNANO U.S.	SME40	5.04.47	
310	ZANOTTO DAVIDE	ASSINDUSTRIA SPORT PD	SME40	5.04.56	
311	BANUS HANS		VMI60	5.05.26	
312	BONACCHI RODOLFO	MISERICORDIA AGLIANESE	VMI60	5.06.23	
313	TAZIOLI DIEGO	MISERICORDIA AGLIANESE	SMA	5.06.24	
314	NOVELLINI PAOLO	MISERICORDIA AGLIANESE	SMC	5.06.24	
315	VASTA ANTONINO	POL. NAVE	SMC	5.06.27	
316	NEBL GIOVANNI	ATL VALLI DI NON E DI SOLE	SMF45	5.07.00	
317	STELLA ROBERTO	ANNA BABY	SMC	5.07.33	
318	CHIPI BRUNO	ATL. AVIS PERUGIA	VMH55	5.07.34	
319	BERTOZZI ARMANDO	AVIS STIAVA	SMC	5.07.42	
320	KNOBLICH DIETER	MARATHON REGENSBURG	VMH55	5.08.04	
321	MILLERI GILBERTO	FILIPPIDE CHIUSI	VMG50	5.08.28	
322	SPARAVIGNA ANTONIO	ASSI BANCA TOSCANA	VMG50	5.09.09	
323	MANINI CRESCIMANNO R.	POD. BIASOLA	VMG50	5.09.31	
324	MASENELLO GIOVANNI	ATL. VICENTINA	SMF45	5.10.32	
325	PANICO RAFFAELE	ATL. MONTEROSA	SMF45	5.10.37	
326	MASTROMATTEI FRANCO	ATL. VIADANA	SMF45	5.11.03	
327	SIMSIG VALDI		VML65	5.11.08	
328	LAMANNA MASSIMO	CERN RUNNING CLUB	SMF45	5.11.12	
329	SENATORI CARLO	CRAL DIP. COMUNALI FI	VMH55	5.11.45	
330	TRAJBAR SINISA		SMC	5.12.11	
331	SALVI OSCAR	LA NAVE US FIRENZE	SME40	5.12.56	
332	PRATI CARLO		VMG50	5.13.39	
333	FILIPPONE MASSIMO	POL. NAVE	SMC	5.13.48	
334	LONIGRO ENRICO	ATL. AM. VELLETRI	SMF45	5.14.27	
335	PERRA GIORGIO	MAR. CLUB ORISTANO	SME40	5.17.21	
336	FUNGHI ENZO	ATL. PERIGNANO	VML65	5.17.21	
337	FERRI MARIO	POD. CASALGUIDI	VMI60	5.19.26	
338	BELLINI FABIO		SMC	5.19.41	
339	CRESCI DARIO	TORRE DEL MANGIA	VMG50	5.20.14	
340	ANGELI FLAVIO	SKI CLUB RUFFRE' MENDOLA	SME40	5.21.27	
341	MATARESI FEDERICO	GP ROSINI	SMC	5.22.24	
342	CONTUSSI CLAUDIO	GP ROSSINI	SMF45	5.22.24	
343	VAGHETTI PIERLUIGI	SUBBIANO MARATHON	SMC	5.22.51	
344	TURATI DARIO		SME40	5.22.52	
345	DU BIEN SEN		VMG50	5.23.02	
346	BERTANI GIORGIO		VMH55	5.23.02	
347	GIORGIO STEFANO	BARLETTA SPORTIVA	VMI60	5.23.07	
348	MAGLIANI GIANPIETRO	ATL. SCANDIANO	VMG50	5.23.40	
349	CECCARELLI SERGIO	A.R.C.S. PERUGIA	VMG50	5.25.11	
350	PENELLO SIRO	ATL. FOREDILMACCHINE PD	VML65	5.25.15	

Servizio fotografico di www.foto4.it

351	ORLANDO ROBERTO	POD. ROSSINI	SMF45	5.25.21
352	ROTARIS GIANLUCA		SMF45	5.26.23
353	NOCENTINI ELIODORO	GUALDO	VMH55	5.27.00
354	AIAZZI FERRUCCIO	CAI PRATO	VMH55	5.28.07
355	CALANDRA VINCENZO	POL. STATO	VMG50	5.28.21
356	SACCA'VINCENZO	POL. NAVE	SMF45	5.28.29
357	MAZZANTI LUCA	SPIRITO TRAIL ASD	SMC	5.29.02
358	PARODI MICHELE	MARATONETI TIGULLIO	SMF45	5.29.24
359	CELI RICCARDO	MARATONETI TIGULLIO	SMC	5.29.25
360	ROSSI STEFANO	MARATONETI TIGULLIO	SME40	5.29.25
361	ROGGERO GIAMPAOLO	MARATONETI TIGULLIO	SMF45	5.29.25
362	CANEPA GIULIANO	MARATONETI TIGULLIO	VMH55	5.29.25
363	LUCCHETTI PIETRO	MARATONETI TIGULLIO	SMC	5.29.26
364	FECI STEFANO	MARATONETI TIGULLIO	SME40	5.29.26
365	CHIAVERO STEFANO	MARATONETI TIGULLIO	SMF45	5.29.26
366	BOERO ALESSANDRO	MARATONETI TIGULLIO	SMF45	5.29.26
367	GUARDINCERRI CARLO	MARATONETI TIGULLIO	VMI60	5.29.26
368	ALFONSO DANIELE	ATL. SALUZZO	SME40	5.29.27
369	ALLUZZI GIORGIO	MARATONETI TIGULLIO	VMG50	5.29.27
370	CAVAGNA GIAN PIETRO	ATL. PRESEZZO	SMF45	5.29.43
371	SAMEZ ITALO		VMI60	5.30.12
372	BRAIDOTTI GIANNI	PODISMO BUTTRIO	VML65	5.33.08
373	PANICALI ALFREDO	ATL. VIADANA	VMH55	5.34.03
374	BONUCCELLI SILVANO	AVIS STIAVA	VMH55	5.35.37
375	ARRIGONI ANGELO	GP ROSSINI	VMG50	5.35.38
376	PELLEGRINI GIOVANNI	GP ROSSINI	VMH55	5.35.38
377	CASTELLANO LUIGI		SME40	5.36.03
378	RICCIO GUIDO	POD. BIASOLA	VML65	5.36.46
379	GIUNTOLI PAOLO	GP ROSSINI	VMH55	5.37.17
380	BEVILACQUA ANDREA	POD. LIPPO-CALDERARA	SME40	5.37.30
381	FINKERNAGEL HOLGER	MARATHON REGENSBURG	VML65	5.38.27
382	BRENA PIERINO	ATL. PRESEZZO	VMH55	5.39.49
383	MASINI IVO	GP ROSSINI	VMI60	5.42.13
384	BACALINI ROBERTO	A.S.D.ATL MONTURANESE	VMG50	5.44.42
385	MARTELLI MARIO	CLUB AMICI DI MARIO	VMM70	5.49.42
386	MARCHIONE TIZIANO	CLUB AMICI DI MARIO	VMG50	5.49.43
387	BENATTI ALBERTO	MADONNINA MODENA	SMC	5.50.19
388	BURSI ALESSANDRO	CASAMODENA ATL.	SME40	5.50.19
389	RIMONDI LORENZO	FIACCA E DEBOLEZZA	SMF45	5.52.23
390	PESCI LUCIANO	FIACCA E DEBOLEZZA	VMH55	5.52.23
391	SPINELLI ROBERTO	FIACCA E DEBOLEZZA	SME40	5.52.24
392	TAMBURINI GIOVANNI	GOLDEN CLUB INT. RIMINI	VML65	5.54.58
393	CAVAGNA ANTONELLO	ATL. PRESEZZO	VMG50	5.55.44
394	LICCARDI MARIO	CALDERARA TECNOPLAST	VML65	5.58.25
395	CRISTINO FRANCO	MARATONETI TIGULLIO	VMG50	6.00.33
396	ZANETTI FABIO		SMF45	6.02.45
397	LOVISETTO ROBERTO	RUNNER MURANO	SMF45	6.02.45
398	MORELLI MASSIMILIANO	ATL. PERIGNANO	SME40	6.21.02
399	SIMONS IAN	MARATONETI TIGULLIO	SMC	6.21.32
400	CRISTOFARO SERGIO	POL. OLIMPIA COLLE	SME40	6.22.59
401	SELENI MAURO	CELTIC DRUID ATL. CAST.	VMH55	6.23.27
402	CRISTEL CARLO	VALENTI	VMH55	6.33.39
403	ROSELLINI SERGIO		VMH55	7.25.32

Chianti Trail - km 18

DONNE

1	PASSERA CINZIA	RUNNERS VALBOSSA	SFC	1.23.26
2	BINDI PAOLA	ATL. FOLLONICA	SFE40	1.25.40
3	SASSI ANTONELLA	AURORA SI	VFG50	1.25.56
4	DEL BELLO BARBARA	TORRE DEL MANGIA	SFF45	1.28.21
5	AMBROSINI SIMONA	LBM SPORT	SFC	1.28.55
6	GRISOTTO RITA	RUNNERS VALBOSSA	SFF45	1.29.22
7	BARBOI CAMELIA		SFE40	1.30.58
8	FURLANI DANIELA	A.S.D UISP CHIANCIANO	SFC	1.31.46
9	MARCHIORO BARBARA	AVIS-AIDO BAGNOLI DI S.	SFC	1.32.27
10	MODIGNANI ALICE	ATL. PALZOLA	SFC	1.33.24
11	TARTARI MARY	RUNNERS VALBOSSA	VFI60	1.35.49
12	CAPORALI ELISABETTA	ASCD SILVANO FEDI	SFC	1.36.02
13	BANCHI BENEDETTA	TORRE DEL MANGIA	SFC	1.36.31
14	RANFAGNI GRAZIA	MAIANO G.S	SFE40	1.36.37
15	GAMBINOSSI CINZIA	SOC DEL NICCHIO LA PANIA	SFF45	1.36.54
16	RUFFINI GIULIANA	LA RECASTELLO	SFE40	1.37.21
17	DI LORENZO-STEFANO M.	LOPPIO	SFC	1.37.23
18	FONTANI MASSIMA	POD. AREZZO	SFF45	1.38.22
19	NOACCO ASIA	HAPPY RUNNERS CLUB	SFC	1.39.12
20	BETTI LUISA	CAI PISTOIA	SFA	1.40.33
21	GRISOTTO MONICA	RUNNERS VALBOSSA	SFE40	1.41.17
22	PINZI MARINELLA	UISP CHIANCIANO	VFG50	1.41.26
23	CASTIGLIONI FRANCESCA	ZELOFOROMAGNO	SFF45	1.41.31
24	MATTIVI ELVIRA	CASA MODENA	SFE40	1.42.33
25	ZUFFA COSTANZA	LE TORRI-FIRENZE	SFA	1.43.00
26	DEL ROSARIO SILVIA		SFA	1.43.49
27	BREGA DANIELA	MENS SANA SI	SFF45	1.44.29
28	PINTUS STEFANIA	NUOVA ATL. SESTU	SFC	1.44.39
29	NARDINI MARIA GRAZIA	FRAT. POP. GRASSINA	VFH55	1.45.01
30	BIANCHI SERENA	POL. NAVE	SFC	1.46.24
31	PESENTI GILDA	RUNNERS VALBOSSA	SFC	1.46.36
32	PIDATELLA DELIA	LE PANCHE CASTELQUARTO	SFF45	1.47.22
33	RUFFILLI GIORGIA	MADONNINA MODENA	SFC	1.47.32
34	PANTI SILVIAMARIA		SFE40	1.49.07
35	MANTOVANI ORNELLA		SFF45	1.49.29
36	DALLAGIACOMA GLORIA	ASSI BANCA TOSCANA	SFA	1.50.06
37	CASSAMALLY MAG	AURORA	SFE40	1.50.11
38	CIRIMINNA MARIA TIZIANA		SFE40	1.50.13
39	MOSCADELLI DONATELLA	TORRE DEL MANGIA	VFI60	1.50.49
40	FAILLI LAURA	TORRE DEL MANGIA	SFF45	1.50.50
41	MONACI FRANCESCA	MONTERIGGIONI SPORT E C	SFE40	1.51.44
42	CUMAN GABRIELLA	CSC CORSICO	VFG50	1.51.48
43	BRUNELLI BRUNELLA	TEAM MARATHON BIKE	SFC	1.52.24
44	DE SIMONE SIMONA	EVOLUTION COLLINE ROMA	SFE40	1.52.40
45	PAGLIARICCI SARA	RUNNING EVOLUTION	SFF45	1.52.40
46	COSTELLA IVANA	TORRE DEL MANGIA	SFF45	1.52.47
47	FRANDI ANTONELLA	IL PONTE SCANDICCI	SFF45	1.53.45
48	DALL'ASEN YOLE	RUNNERS VALBOSSA	VFH55	1.53.49
49	LISOTTI ALESSANDRA		SFC	1.54.28
50	FORONI JESSICA	POL. MADONNINA	SFC	1.54.33
51	SCARAMELLI MORENA		SFE40	1.54.44
52	ROSMARIE GROBLI		VFH55	1.54.54
53	CIOMMO ANTONELLA	AURORA SIENA	SFE40	1.54.55
54	CECCHI RAFFAELLA	TORRE DEL MANGIA	SFC	1.55.00
55	UGOLINI LUCIA	TORRE DEL MANGIA	SFE40	1.55.11
56	DE PIERI MARINA	C.U.S. UDINE	VFG50	1.55.15
57	GAMBI ANGELA		SFE40	1.55.40
58	DEL CHIARO ANGELA	CENTRO EDUC. FISICA	SFC	1.55.42
59	DUCCI SABRINA	U.P. ISOLOTTO	SFE40	1.56.34
60	KIISKILA JANI		SFC	1.56.47
61	CAVANNA ENRICA		VFI60	1.56.51
62	BARATTO SARA	12 SKY RACING	SFC	1.57.23
63	CRESCENZI STEFANIA	POL CASALECCHIO DI RENO	SFF45	1.57.41
64	GHEDINI NADIA	CUS RIPRESA BOLOGNA	VFH55	1.57.55
65	ROMANI SIMONA	RUNNING EVOLUTION	SFE40	1.58.15
66	RICCI LUCIA	ZELO	SFF45	1.58.16
67	FACCI LUCIA		SFC	1.59.10
68	BELLI ANTONELLA	POL. NAVE	SFE40	1.59.33
69	GRAZZINI MAURIZIA	B.U.V.	SFF45	1.59.52
70	BATTAGLINI ROSSANA	POL. NAVE	VFH55	1.59.55
71	MECACCI ELISABETTA	ADP SAN GIMIGNANO	SFC	2.00.32
72	MARTINI LORELLA	MISERICORDIA AGLIANESE	SFF45	2.03.54
73	BELLINI CINZIA	IL PONTE SCANDICCI	SFF45	2.04.58
74	PREVITALI LAURA	RUNNING SARONNO	SFC	2.05.56
75	GRENZI MANILA	CASA MODENA	SFF45	2.06.06
76	PAGLIARULO ANTONIA	PINK PANTHER	SFF45	2.06.29
77	CAFFAGNI ELGA	POL MADONNINA MODENA	SFC	2.07.19
78	VICARIO ELENA	RUNNERS VALBOSSA	SFC	2.07.41
79	LABARDI LAURA	LA NAVE FIRENZE	VFG50	2.07.45
80	GALASSO MARIAPAOLA	POL. NAVE	SFE40	2.08.55
81	CODACCI RITA	POL. NAVE	SFF45	2.08.55
82	DEMOFONTI LORETTA	POD. SOLIDARIETA'	VFG50	2.09.06
83	MELLI CARLA	BH RUN	SFF45	2.09.38
84	VINCENTINI ANNA		VFH55	2.10.18
85	ROMANI MORENA	RUNNERS VALBOSSA	VFG50	2.12.26
86	OWEN LINDA	SPECTRUM STRIDERS	VFG50	2.13.58
87	MCDONALD KELLY		SFC	2.14.25
88	MAZZONI ANNALISA R.	MISERICORDIA AGLIANESE	SFC	2.14.25
89	TELCH LUISA	ATL. VILLAZZANO	VFH55	2.15.34
90	POLI EMINA	POL. PRATO NORD	VFH55	2.15.48
91	PICOT HELENE		SFC	2.15.57
92	MARONI ARIANNA		SFA	2.15.58
93	BORTOLATO MARIA R.	RUNNING EVOLUTION	VFG50	2.16.11
94	TESKE DAYLE		SFA	2.17.12
95	MULLER JO		SFC	2.17.12
96	GIANNASI LUANA	TORRE DEL MANGIA	SFE40	2.17.25
97	OLDANI IVANA	RUNNING EVOLUTION	SFE40	2.18.16
98	ROMANAZZI GIUSEPPINA	PINK PANTHER	SFC	2.18.25
99	MONTANARELLI MYRIAM	PINK PANTHER	VFG50	2.18.27
100	FARINA ALESSANDRA	ATINA TRAIL RUNNING	SFC	2.19.38
101	CHIESI NADIA	POD. CAVRIAGO	SFE40	2.22.12
102	FUSINI DANIELA	ATL. SANGIOVANNESE	SFC	2.22.14
103	BRICLET DELPHINE		SFC	2.22.19
104	BISSOLI ROSA		SFF45	2.22.43
105	BUTI PAOLA	VALENTI RAPOLANO	VFH55	2.24.32
106	ROSSI MARINA		VFI60	2.24.40
107	MENICACCI PATRIZIA	POL. NAVE	VFH55	2.25.02
108	CAPONETTO KETY	LE PANCHE CASTELQUARTO	SFC	2.25.03
109	NIBALI NUNZIATA	RUNNERS VALBOSSA	VFH55	2.25.43
110	DI LISI CINZIA	LA GALLA PISA	SFF45	2.26.01
111	HEISKEL RITA	MARATHON REGENSBURG	VFH55	2.27.28
112	KNOBLICH LYDIA	MARATHON REGENSBURG	VFH55	2.27.29
113	BEDIN LUIGINA		VFH55	2.29.55
114	ROSE RACHEL		SFC	2.32.37
115	SUTIL ELISABETTA		VFI60	2.34.18
116	DELIMA-PINI ANGIE	POD. IL PONTE SCANDICCI	SFA	2.35.39
117	SANTINI STEFANIA	AVIS STIAVA	SFF45	2.42.13
118	BATTILANI LORELLA	POL. MADONNINA	SFF45	2.42.55
119	MARTUFI OLIMPIA	POD. APRILIA	SFF45	2.47.03
120	GYNELL PENNI	ADELAIDE ROAD RUNNERS	SFC	2.47.16
121	POLI EGLE	POL. PRATO NORD	VFI60	3.23.20

UOMINI

1	BASILE SALVATORE	ATL. CASTELLO	SME40	1.10.50
2	VALENTINI GIACOMO	A.S.D UISP CHIANCIANO	SMA	1.11.04
3	PALLINI ROBERTO	POD. AREZZO	SMC	1.14.08
4	LISI VAIANI FEDERICO	POD. AREZZO	SMC	1.14.55
5	FRATARCANGELI MAURO	CAPPUCCINI	SMF45	1.15.20
6	PROSA GIORGIO	RICCARDO VALENTI	SMA	1.15.47
7	RAGGIO ANDREA	LA NAVE US FIRENZE	SME40	1.16.02
8	BRUSCIA CHRISTIAN	POD. RICCARDO VALENTI	SMA	1.16.19
9	BURRONI GIOVANNI	TORRE DEL MANGIA	SMF45	1.16.42
10	MARIGNANI GABRIELE	VALENTI RAPOLANO	SMC	1.18.38
11	MORI MASSIMO	ATL. SIGNA	VMG50	1.18.38
12	BIGI GIANLUCA	POL. LE COLLINE	SMC	1.18.59
13	CIVILINI ELVIO	ATL. FOLLONICA	VMG50	1.19.10
14	GAFFURINI WALTER	ATL. BEDIZZOLE	SMF45	1.19.45
15	RICCI EZIO	ZELOFOROMAGNO	SMF45	1.19.50
16	BUONOMINI GIACOMO	ASCD SILVANO FEDI	SMA	1.20.36
17	TANI PAOLO	TORRE DEL MANGIA	SMA	1.20.45
18	SISI AURELIO	ATL. VINCI	SMF45	1.20.51
19	RIZZI GABRIELE	RUNNERS VALBOSSA	SMC	1.20.57
20	DONI MARZIO	MISERICORDIA AGLIANESE	SME40	1.21.18
21	ONTINI MAURO	LATORRE CENAIA	SME40	1.21.23
22	CHINI TOMMASO		SMA	1.21.43
23	LORENZINI MASSIMO	TORRE DEL MANGIA	SMC	1.22.00
24	FELICI FABIO	POD. AREZZO	SMF45	1.22.25
25	TADDEI MAURIZIO	LA GALLA PONTEDERA	SME40	1.22.34
26	CILIEGI PAOLO	AVIS BOLOGNESE	SME40	1.22.45
27	COMASSI MARIO		SMA	1.23.01
28	COSTANZA LUCA	LA GALLA PONTEDERA	SMC	1.23.04
29	DINI REMO	ATL PIETRASANTA	SMC	1.23.27
30	MUGNAINI GIAMPAOLO	MAIANO	SME40	1.24.05
31	PILOTTI CLAUDIO	RUNNERS VALBOSSA	SME40	1.25.11
32	RANZANI GIORGIO		SMC	1.25.13
33	BISORI LEONARDO		SME40	1.25.20
34	CALONACI SAVERIO	LE PANCHE CASTELQUARTO	SMC	1.25.27
35	MERONI MICHELE		SMC	1.25.49
36	BROGI FABIO	VALENTI RAPOLANO	SMC	1.25.49
37	BERNETTI MAURO	A.S.D UISP CHIANCIANO	SMF45	1.25.51
38	RONCHINI SIMONE	MARATHON BIKE GROSSETO	SMC	1.26.26
39	LOMBARDI VALDIMAURO	POD. AREZZO	VMI60	1.26.35
40	CORBINELLI FEDERICO	A.S.D.N. ATL. LASTRA	SMA	1.27.01
41	MICHELI SIMONE	POL. PRATO NORD	SMF45	1.27.05
42	NICOLAI RICCARDO	AM. ATL. CARRARA	SME40	1.27.09
43	CIMBOLI SIMONE	A.S.D.N. ATL. LASTRA	SMA	1.27.28
44	CANTAGALLI GUIDO	TORRE DEL MANGIA	SMF45	1.27.53
45	PECCHIOLI SIMONE	ASSI GIGLIO ROSSO	SMA	1.27.59
46	BALDI DAVID		SME40	1.27.59
47	SALANDIN ALESSIO	RUNNERS VALBOSSA	SMC	1.28.05
48	BANDINI SAURO	A.S.D UISP CHIANCIANO	SMF45	1.28.22
49	TESONE ANTONIO	LE PIUME NERE	VMI60	1.28.44
50	BARUCCI MASSIMO	MAR. CLUB FIGLINE VALD.	SMC	1.28.56
51	CAPITONI MAURILIO	ATL. FOLLONICA	VMG50	1.29.18
52	MORESSA CRISTIAN	SPOTORNI RUN	SMC	1.29.34
53	GENDRINI GIULIANO	ATL. FOLLONICA	VMH55	1.29.36
54	ROSSINI ALESSANDRO	G.A.P. SARONNO	SME40	1.29.51
55	MANGIA MARCO		SMC	1.30.00
56	SPINA MASSIMO	IL PONTE SCANDICCI	SMC	1.30.00
57	IACHETTA CARMINE	IL PONTE SCANDICCI	SME40	1.30.13
58	MAZZONI EMANUELE	MAIANO	VMH55	1.30.21
59	PRATESI ENZO	TORRE DEL MANGIA	VMH55	1.30.25
60	COLOMBO MAURO	GP ROSATE	SMC	1.30.43
61	EMILI GINO	MONTERIGGIONI SPORT E C.	SME40	1.30.49
62	COMPARINI ALESSANDRO	LE PANCHE CASTELQUARTO	SMF45	1.30.52
63	ANTONINO LEONARDO	U.P.ISOLOTTO	VMG50	1.30.56
64	RADICCHI YURI	ADP SAN GIMIGNANO	SMC	1.31.00
65	VITI CLAUDIO	POD. AREZZO	VMG50	1.31.03
66	COTTAFAVI TIZIANO		VMG50	1.31.08
67	TREMEA FLAVIO	RUNNERS VALBOSSA	SMF45	1.31.11
68	TAGLIAFERRI MARCO		SMC	1.31.22
69	MASTROMEI VALTER	AVIS STIAVA	SMF45	1.31.51
70	DEL GAMBA FABRIZIO	LE PANCHE CASTELQUARTO	SMF45	1.31.57
71	BERTOLUCCI ANGELO	CENTRO EDUC. FISICA	SMF45	1.32.01
72	PALMERI GIUSEPPE	CITTA' DI SESTO	VMH55	1.32.01
73	BENI ANDREA	ASSI BANCA TOSCANA	SMF45	1.32.14
74	BARBIERI MATTEO		SMC	1.32.16
75	VICCHI RENZO	GRUPPO PODISTI RESCO	SMF45	1.32.17
76	RUFFA PAOLO	MISERICORDIA AGLIANESE	SMF45	1.32.22
77	BIBOLOTTI PAOLO	ATL PIETRASANTA	SMC	1.32.30
78	CRUPI FRANCESCO	G.A.M. WHIRPOOL	SME40	1.32.35
79	SPANEDDA GAVINO G.	G.A.M. WHIRPOOL	SME40	1.32.35
80	MARTINELLI CLAUDIO	ATL. SESTINI AR	VML65	1.32.39
81	SECCI GIANCARLO	FRAT. POP. GRASSINA	VML65	1.32.49
82	BURACCHI SIMONE	A.S.D UISP CHIANCIANO	SME40	1.33.06
83	BIMBI ROBERTO	LA TORRE CENAIA	SME40	1.33.21
84	ANTONELLI ALESSIO	VIS CORTONA TRIATHLON	SME40	1.33.43
85	PERUZZOTTI PAOLO	RUNNERS VALBOSSA	SME40	1.33.53
86	RONCARI FABIO	G.A.M. WHIRPOOL	SMC	1.34.15
87	MARRAZZO ANTONIO	G.S.CAPPUCCINI SI	VMH55	1.34.16
88	MASELLA VITTORIO	LBM SPORT	SME40	1.34.20
89	SORDI STEFANO	IL PONTE SCANDICCI	VMG50	1.34.59
90	RAVAZZINI MARCO		SMC	1.35.15
91	PODERINI DANIELE		SMC	1.35.19
92	GALEOTTI MAURIZIO	IL PONTE SCANDICCI	VMG50	1.35.35
93	CORRADOSSI ANTONIO	GRUPPO PODISTI RESCO	VMG50	1.35.37
94	SANDRONI GABRIELE	MAIANO	SME40	1.35.38
95	MALIGHETTI PAOLO		SMF45	1.35.53
96	TOLOMELLI PIERO	AVIS S.LAZZARO DI SARENA	SME40	1.36.05
97	COLANTONI GUGLIELMO	SIMMEL COLLEFERRO	SMC	1.36.17
98	MAGRINI FABIO	MAIANO	SME40	1.36.19
99	FRANCHI CRISTIANO		SME40	1.36.24
100	SORCHIOTTI GIORGIO	ATL. 75 CATTOLICA	SMF45	1.36.28
101	MANSUINO MARIO	POL. NAVE	VMH55	1.36.51
102	MANCONE ANTONIO	ATL. SABAUDIA	SME40	1.36.55
103	BACHIORRI MARCO	LIB. STROZZACAPPONI	SMF45	1.36.56
104	ARDINGHI LORENZO		SMC	1.36.59
105	BERNINI LORENZO	ATL. SANGIOVANNESE	SMC	1.36.59
106	LELLI FILIPPO	ATL. FUTURA	SME40	1.36.59
107	SCAGLIA GIANMARCO	ATL. SANGIOVANNESE	VMG50	1.36.59
108	ANTONELLI ROBERTO		SMF45	1.37.11
109	PERUZZI VITTORIO	RINASCITA MONTEVARCHI	VML65	1.37.15
110	PEZZONI MARCO	LA RECASTELLO	SME40	1.37.21
111	MILIGHETTI OMAR		SMC	1.37.24
112	SANTI LAURINI GABRIELE	POD. IL CAMPINO	VMG50	1.37.24
113	MAGNANI SERGIO	RINACSITA MONTEVARCHI	VML65	1.37.24
114	TRONI ALBERTO	CR. COLLI ALTI SIGNA	VMH55	1.37.27
115	BERTOLANI PIERO	VERSILIA SPORT	VMG50	1.37.30
116	MANETTI ANDREA	IL PONTE SCANDICCI	SMF45	1.37.50
117	ROCCHI DUCCIO	TORRE DEL MANGIA	SMC	1.37.51
118	COLOMBO MASSIMO	RUNNERS VALBOSSA	SMF45	1.37.53
119	LIVI PAOLO	POD. AREZZO	VMG50	1.37.54
120	DE SANTI MANRICO		SMF45	1.38.09
121	LANDUCCI ALBERTO	CENTRO EDUC. FISICA	SMC	1.38.25
122	IORIO DANIELE	NAVE U.S.	SMC	1.38.41
123	PICOTTINI GIANFRANCO	LIB. STROZZACAPPONI	VMI60	1.38.42
124	LENTINI CAMPALLEGIO P.	TEAM MARATHON BIKE	VMG50	1.38.43
125	BIGIARINI CARLO	UP POLICIANO	VMG50	1.38.51
126	VICARIO MARCO	RUNNERS VALBOSSA	SME40	1.38.52
127	ORRU' GIUSEPPE	IL PONTE SCANDICCI	VMG50	1.38.54
128	DE MARCO GIANLUCA	RUNNERS VALBOSSA	SMC	1.39.34
129	MUGNO LUIGI		VMH55	1.39.42
130	DOLCI LORENZO	ZELOFOROMAGNO	SMF45	1.39.49
131	STADERINI PIETRO	TORRE DEL MANGIA	SME40	1.39.52
132	FERRANTE MARCO		VMG50	1.40.01
133	MINNUCCI CARLO	RUNNING EVOLUTION	VMG50	1.40.02
134	GIARDINO SALVATORE	COM. SCUOLE ESERCITO	SMF45	1.40.25
135	CARLI RAFFAELE	CAI PISTOIA	VMG50	1.40.32
136	CHINCARINI CRISTIANO		SMC	1.40.41
137	SIMIONE MICHELE	TEAM MARATHON BIKE	SMF45	1.40.45
138	RAGNINI IURI	A.S.D UISP CHIANCIANO	SMA	1.40.59
139	LENTINI CAMPALLEGIO F.	MARATHON BIKE GROSSETO	SMC	1.41.20
140	MARTINI MAURIZIO	POL. PRATO NORD	VMG50	1.41.26
141	MEDICI GIAN LUIGI	AMICI DI MARIO	SMF45	1.41.34
142	ONORI MASSIMO	WHIRLPOOL	SMC	1.41.42
143	SCOLAFURRU GIOVANNI	TORRE DEL MANGIA	VMI60	1.41.50
144	TEGLIA EUGENIO	LE PANCHE CASTELQUARTO	SMF45	1.41.58
145	ROSSI MASSIMO	WHIRLPOOL	SMF45	1.41.59
146	GIORDANO ENRICO	ATL. SESTINI	SMF45	1.42.06
147	CRESTI FRANCESCO	TORRE DEL MANGIA	SMC	1.42.11
148	DE ANGELIS NATALE	ISAURA VALLE DELL'IRNO	VMG50	1.42.13
149	FOTI DANILO		SMC	1.42.20
150	PARILLI LUCIANO	FRAT. POP. GRASSINA	VMI60	1.42.27
151	NATUCCI ANDREA		SMA	1.42.34
152	PICCININI RICCARDO	CASA MODENA	VMI60	1.42.34
153	BELIA MICHELE		SME40	1.42.50
154	DE FELICI ANDREA	RUNNING EVOLUTION	SMC	1.42.54
155	MEONI ALESSANDRO	MISERICORDIA AGLIANESE	VMH55	1.42.55
156	GALLETTI FRANCO	CIRCOLO ARCI TRAVALE	SMF45	1.42.58
157	BIFFOLI ANDREA	FRAT. POP. GRASSINA	VMH55	1.43.00
158	ZUFFA ANDREA	LE TORRI-FIRENZE	VMH55	1.43.00
159	PANUNTI GIORGIO	LE PANCHE CASTELQUARTO	VMM70	1.43.04
160	GHILARDI ROBERTO	CENTRO EDUC. FISICA	SMC	1.43.12
161	CARMASSI MASSIMO	CENTRO EDUC. FISICA	SMC	1.43.12
162	SERNI MASSIMILIANO	CENTRO EDUC. FISICA	SME40	1.43.13
163	TARDUCCI GIOVANNI	IL PONTE SCANDICCI	VMG50	1.43.45
164	GOTI UMBERTO	POL. PRATO NORD	VML65	1.44.25
165	BEDIN TIZIANO		VMG50	1.44.30
166	GERI ENRICO		SMA	1.44.35
167	RAVEGGI ALBERTO	IL PONTE SCANDICCI	VMI60	1.44.54
168	MONETTI CESARE	12 SKY RACING	SMC	1.44.57
169	BENELLI FABIO	CARICENTRO FIRENZE	SME40	1.45.10
170	GRANDI ANDREA		SMA	1.45.19
171	SGATTI ADRIANO	POL. NAVE	VMI60	1.45.37
172	BONATTI PAOLO	POL. LA NAVE	VMG50	1.45.38
173	DEL CARLO LERRY		VMH55	1.46.03
174	BALLISTA MAURO		VMI60	1.46.23
175	PUCCINELLI ALESSANDRO	LAGALLA PISA	SMF45	1.46.25
176	BECHI ARMANDO	GS AMICI DI MARIO	SME40	1.46.29
177	MENCHETTI CLAUDIO	TORRE DEL MANGIA	SMF45	1.46.33
178	GRIGOLATO GIANNI		SME40	1.46.58
179	MORI LUCA	POL. PRATO NORD	SMF45	1.47.01
180	DEL PERUGIA MATTEO	NUOVA ATL. LASTRA	SMC	1.47.03
181	CAVELIER TRISTAN		SMC	1.47.18
182	VANGELISTI GIORDANO	LA TORRE CENAIA	SMC	1.48.02
183	LIPOSICH PAOLO		SME40	1.48.10
184	POLIGNANO GIUSEPPE	NADIR ON THE ROAD	SME40	1.48.27
185	INTROINI ENRICO	AREA PIERMARINI	SMC	1.48.32
186	BROGINI MARCO	TORRE DEL MANGIA	VMG50	1.48.37
187	CIRELI NICOLA		SMC	1.49.11
188	MASI LAPO	POL. NAVE	SMF45	1.49.13
189	GRANDIS FULVIO	POL. NAVE	VMH55	1.49.13
190	LODDO FRANCESCO	IL PONTE SCANDICCI	SMF45	1.49.34
191	MANTENGOLI UMBERTO		SMC	1.49.36
192	GIANNINI PAOLO	MONTEAPERTI	SMF45	1.50.11
193	GALLI SILVANO		VMH55	1.50.33
194	BOCCEDI DANIELE		VMI60	1.50.34
195	GENERINI ANDREA	MAIANO	VMH55	1.50.35
196	CECCHINI ROBERTO	MAIANO	VMH55	1.50.36
197	COCCHI UMBERTO	UP POLICIANO	VMH55	1.50.41
198	TREVISI ENRICO	B.U.V.	SME40	1.50.43
199	MELLONE CARMINE	A.S.D UISP CHIANCIANO	VMH55	1.50.47
200	GOLINELLI GIOVANNI		VMH55	1.50.53
201	SAMMICHELI GABRIELE	MENS SANA	SMC	1.51.02
202	LAPINI LUCIANO	POL. NAVE	VMI60	1.51.03
203	CARETTI FILIPPO	BANCARI ROMANI	SMC	1.51.25
204	BENCINI MASSIMO	PIAN DI SAN BARTOLO	VMG50	1.51.29
205	CAVICCHI RICCARDO	QUADRIFOGLIO	VMH55	1.51.34
206	SALVI FABIO	UP POLICIANO	VMG50	1.51.36
207	TURCHINI FRANCESCO	MAIANO	SMF45	1.52.16
208	GIGLIO PAOLO		SME40	1.52.19
209	PIERIN GIOVANNI		VMG50	1.52.23
210	MANONI GIORGIO		SMC	1.52.24
211	BETTINI FABIO	POL. MENS SANA SIENA	SME40	1.52.34
212	LISI MORENO	AM. POD. AREZZO	SMC	1.52.46
213	MORANDINI DANIELE	POL. NAVE	VMH55	1.52.58
214	ZUCCHINI GIANNI		SMC	1.53.02
215	BERTOCCHI ALESSIO		SME40	1.53.06
216	SPILLI MARCO	POL. NAVE	SME40	1.53.11
217	NARCISO ANDREA		SMC	1.53.12
218	PASCALE NICOLA		VMG50	1.53.23
219	LA CAVA PAOLO		VMG50	1.53.39
220	BUTINI MAURIZIO	IL PONTE SCANDICCI	VMH55	1.53.44
221	FREZZA VALDEMARO	FRAT. POP. GRASSINA	VMI60	1.54.27
222	CELANDRONI LORENZO	VERSILIA SPORT VIAREGGIO	SME40	1.54.40
223	BASSANO MASSIMO		SMF45	1.54.44
224	BATTISTA DONATO	LE PANCHE CASTELQUARTO	SMC	1.54.55
225	CARMASSI VALERIO	CENTRO EDUC. FISICA	SME40	1.54.57
226	FROGIONI FABRIZIO		SMC	1.55.12
227	VALENTI MATTEO		SME40	1.55.20
228	TARABELLA PAOLO		VMH55	1.55.33
229	MULINACCI PIETRO	MARATHON CRAL MPS	SMC	1.56.04
230	SIVORI ENRICO GIOVANNI	MARATONETI TIGULLIO	SME40	1.56.24
231	BARCELLI MARIO	TORRE DEL MANGIA	VMH55	1.56.30
232	MARIANCINI STEFANO	LA TORRE CENAIA	SME40	1.57.19
233	ORRIGO MAURIZIO	POL. NAVE	SME40	1.57.24
234	BIAGIONI GIORGIO	GR. MARCIATORI BARGA	VMM70	1.57.31
235	SANTONI STEFANO	POL. NAVE	VMG50	1.57.56
236	BITINI FABIO	POL. PRATO NORD	VMG50	1.58.03
237	GONNELLI STEFANO	AUSONIA CLUB	SME40	1.58.25
238	GALLONI PIETRO		SMC	1.58.31
239	CECCONI ANDREA	IL PONTE SCANDICCI	VMG50	1.58.56
240	REATO ALVISE	ESSETRE RUNNING	SMC	1.59.11
241	AMOROSO UGO	PROMOSPORT ITALIA	VMH55	1.59.17
242	MANGHI IAMES		VMH55	1.59.43
243	RASPANTI PAOLO	POL. NAVE	VMI60	1.59.55
244	COCCHI DAVIDE	UP POLICIANO	SMA	2.00.16
245	RAVALLI GIOVANNI	RICCIONE CORRE	VMH55	2.00.21
246	VENDALI MAURO		VMG50	2.00.25
247	QUALLONI ANSELMO	RUNNERS VALBOSSA	VML65	2.01.24
248	PETROLITO ROBERTO	TORRE DEL MANGIA	SMF45	2.03.33
249	MULINACCI DANIELE	POL. PRATO NORD	VMI60	2.03.55
250	PANTI ROBERTO	MONTEAPERTI	VMI60	2.04.05
251	BIANCIARDI AMERALDO	POLIZIA DI STATO SIENA	VML65	2.04.05
252	PINI ANDREA	POD. IL PONTE SCANDICCI	SMC	2.06.05
253	SERAFINI IVANO	CASA MODENA	SMF45	2.06.07
254	TADDEI FRANCESCO	IL PONTE SCANDICCI	VMG50	2.07.46
255	PIGNATA MARCO	TORRE DEL MANGIA	VMH55	2.08.28
256	NOTOLIERI DAVIDE		SMC	2.08.36
257	RAFFAELLI ALESSANDRO	AVIS STIAVA	VMH55	2.08.42
258	PAPERINI RICCARDO		SMC	2.09.20
259	ARAUJO RICARDO	BH RUN	SMF45	2.09.38
260	MANGLKAMMER JENS		SMF45	2.11.23
261	DESIDERIO GIUSEPPE	CSC CORSICO	SMF45	2.11.49
262	BINELLI LIVIO	RUNNERS VALBOSSA	VMG50	2.12.26
263	LAZZAROTTO GIULIANO	MARATONETI TIGULLIO	VMG50	2.13.10
264	CATARZI PAOLO	POL. TASSISTI FIORENTINI	VMG50	2.14.25
265	MONTORSI EZIO		SMF45	2.15.04
266	BERNASCONI GEROLAMO	RUNNERS VALBOSSA	VMI60	2.15.22
267	BURRONI GUIDO	WHIRLPOOL	VMI60	2.15.34
268	BRONZONI PAOLO		SMC	2.15.59
269	MICHELANGELI DANIELE	TORRE DEL MANGIA	SMF45	2.17.26
270	CASAGNI GIULIANO	WHIRLPOOL	VMH55	2.25.33
271	GOTTI FRANCESCO	POL. NAVE	VMH55	2.26.36
272	BEDIN RICCARDO		SMA	2.29.55
273	RAVIZZA CARLO		VMM70	2.32.04
274	INTERBARTOLO GIOVANNI	LE PIUME NERE	VMI60	2.32.07
275	QUERCETELLI ANDREA	OLYMPUS CLUB	SMF45	2.51.59

VIAGGI SPORT SALUTE BENESSERE

BARCELLONA - PALMA - AJACCIO

8-12 APRILE 2010

COSTA VICTORIA DA SAVONA

"Palma de Mallorca Running Day"

Marcia ludico motoria di 2-5-10 km

Incontri a bordo con personaggi dello sport
"LA PREPARAZIONE ATLETICA E LA MEDICINA"
Allenamenti a bordo seguiti dai nostri specialisti

Quota di partecipazione in cabina doppia da € 480

INCLUSO: Tasse d'imbarco, Bevande a volontà ai pasti e Assicurazione medico-bagaglio

Le prenotazioni pervenute entro il 15 settembre avranno l'iscrizione alla manifestazione **GRATUITA**. Acconto € 100 per persona

Informazioni e prenotazioni Elena Mattioni 0571 387088
Alessandro Baggiani 335 8081788

Organizzazione Tecnica Equipe Viaggi Sport Salute Benessere
Via Leonardo da Vinci 46 56024 San Donato (PI) Tel. 0571 387088
Organizzazione "Palma de Mallorca Running Day" e incontri a bordo
del Comitato Provinciale Pisano di Podismo

Livorno 8 novembre 2009

29ª Maratona Città di Livorno

Una maratona va sempre oltre la fatica

Freddo, vento e pioggia scomoda compagnia in gara

È stata una giornata davvero pesante ad accompagnare gli oltre mille podisti che sono partiti alle 9 di domenica 8 novembre di fronte all'Accademia Navale di Livorno; le condizioni climatiche, purtroppo, erano comuni in tutta Italia e non c'era possibilità di scampo. Pioggia, freddo e vento hanno reso difficile lo svolgimento della 29ª edizione della maratona, cui erano abbinate anche la mezzamaratona ed la stracittadina.
Il primo ad arrivare all'interno del Campo Scuola è stato il keniano Mathew Rugut, mentre la gara femminile è stata appannaggio di Rachele Fabbro (GS Lammari).
L'attenzione è, però, sulla gara regina, la maratona, in cui la prova di forza del keniano Nicodemus Biwott lo ha premiato con la vittoria dopo una bellissima rimonta iniziata al 37° km. Il suo crono finale registra 2h18'25"; di nazionalità keniana anche la prima donna, Emily Perpetua Chepkorir, che è stata davanti alla gara fin dall'inizio. La prima italiana è stata Daniela Marchetti (quarta in 2h57'53"), come Gabriele Zenucchi (quinto in 2h23'25") lo è stato nella competizione maschile.
Al di là della minore partecipazione numerica rispetto alla mezza distanza, sulla maratona si è rilevato un buon contenuto tecnico: nonostante le pessime condizioni meteorologiche, i primi dieci classificati hanno registrato dei tempi inferiori alle 2h30'.
Anche quest'anno non è mancato Pierluigi Diara, presente a tutte le edizioni: ogni anno porta il pettorale del numero di partecipazioni accumulate; nel 2010 sarà, pertanto, il Signor 30.

Servizio fotografico di Belinda Sorice

DONNE

1	CHEPKORIR EMILY PERPETUA	ATL. MEZZOF. RECANATI	SF	2:48:37
2	HECICO ANA		LIBF	2:54:46
3	VRAJIC MARIJA	AK VETERAN ZAGREB	LIBF	2:56:30
4	MARCHETTI DANIELA	ATLETICA 2005	SF	2:57:53
5	NERI CRISTINA	UISP LIVORNO	MF40	3:01:03
6	VARGA EVA	-LIBERO-	LIBF	3:05:09
7	POESINI FEDERICA	MARATHON CITTÀ DI CAST.	TF	3:13:21
8	NAVACCHIA MARIAGRAZIA	MARATONA DI TORINO	MF55	3:23:50
9	MAISTO VALENTINA	SALCUS	MF45	3:57:06
10	BREVI ALEXANDRA	LIVORNO TEAM	MF45	4:04:08
11	COMBA GIUSEPPINA	POD. 2000 MARENE	MF50	4:09:47
12	EPI DANIELA	PLACENTIA MARATHON	MF40	4:10:40
13	QUAGLIOTTI SONIA	PLACENTIA MARATHON	MF40	4:11:45
14	ZANABONI MARIA RITA	AMICI SPORT BRIOSCO MI	MF50	4:14:18
15	SCHRAM WILMA	-LIBERO-	LIBF	4:15:29
16	MARTINI BARBARA	-LIBERO-	LIBF	4:25:54

UOMINI

1	BIWOTT NICODEMUS		SM	2:18:25
2	ASHENAFI ERKOLO	-LIBERO-	LIBM	2:19:41
3	KABBOURI ABDELEKRIM	ATL. RECANATI ENERGIA +	SM	2:21:53
4	ZAIN JAOUAD	RUNNING EVOLUTION	SM	2:22:47
5	ZENUCCHI EMANUELE	LA RECASTELLO RADICI GR.	SM	2:23:25
6	BOUSSEHAIB RADOUAN	POL. HYPPODROM '99 PON	SM	2:24:22
7	KIPCHUMBA JOSHUA	U.S. ATERNO PESCARA	SM	2:25:34
8	TOSI RENATO	ATL. C.S.S.R. BRESCIA	SM	2:27:06
9	CAPOTOSTI MARCELLO	AMATORI POD. TERNI	SM	2:27:12
10	TOTH TAMAS	-LIBERO-	LIBM	2:29:20
11	EL HACLIMI ABDELHAFID	ATL. IMOLA SACMI AVIS	SM	2:32:07
12	KIPKOECH PETER	-LIBERO-	TM	2:32:52
13	BUCCHIONI NICOLA	LIVORNO TEAM	MM35	2:34:55
14	MANIGHETTI GIANCARLO	CRAL BANCA POP. BERGAMO	MM35	2:42:25
15	FALLERI MASSIMILIANO	MARATHON CITTÀ DI CAST.	MM40	2:49:26
16	BIANCHINI STEFANO	TOSCANA ATL. EMPOLI	MM45	2:50:58
17	DIADEI TIZIANO	RUNNERS LATINA	SM	2:51:21
18	GIUSTI DANIELE	A.S.ATL. VINCI MALLUCCHI	MM40	2:52:16
19	BALESTRINI FRANCESCO	LIVORNO TEAM	MM35	2:52:34
20	CASTELLINO GUIDO	G.S. ROATA CHIUSANI	MM50	2:52:54
21	MANNUCCI FABIANO	LIVORNO TEAM	MM35	2:53:42
22	BAMBINI ALBERTO	ATL. SOLEDROS	MM50	2:53:45
23	GALIGANI ANDREA	A.S. SILVANO FEDI	MM35	2:54:25
24	PALERMO FRANCESCO	G.S. COSTA D'ARGENTO	MM45	2:54:30
25	AMADEI PIERGIORGIO	LIVORNO TEAM	MM35	2:55:45
26	SALERNO ANDREA	G.S. DIELLEFFE LA SPEZIA	MM40	2:57:13
27	NUCERA MAURO	LIVORNO TEAM	MM45	2:58:36
28	LENZI MASSIMO	LIVORNO TEAM	MM50	2:58:39
29	SANTONI GIORGIO	A.S. SILVANO FEDI	MM40	2:59:35
30	CUCCHI SERGIO	ONDAVERDE ATHL. TEAM	MM35	3:00:29
31	RONCA RICCARDO	BOLSENA FORUM SPORT	TM	3:01:32
32	GUARINO GAETANO	TOSCANA ATL. EMPOLI	MM35	3:02:17
33	COSCETTI ALESSIO	LIVORNO TEAM	MM40	3:03:02
34	NELLI ANDREA	G.P. LE SBARRE	MM40	3:03:02
35	CECCONI RICCARDO	A.S. SILVANO FEDI	MM45	3:06:20
36	BUSETTI FABIO	G.S. AVIS OGGIONO	MM35	3:06:33
37	TAVECCHIA LUIGI	ONDAVERDE ATHL TEAM	MM55	3:08:15
38	CHAPLIN TIMOTHY	U.P. ISOLOTTO ROMANELLI	MM45	3:08:21
39	BERNINI LORENZO	ATL. SANGIOVESE	MM35	3:09:16
40	STEFANOPOLI PIERPAOLO	CIRC SPORT ATL AMATORI	MM40	3:09:39
41	COSTA MICHELE	RUNNING SARONNO	MM50	3:11:17
42	CHIMENTI STEFANO	LA GALLA PONTEDERA ATL	MM35	3:11:49
43	MONTANI ROBERTO	ONDAVERDE ATHL TEAM	MM45	3:13:35
44	BIGAZZI ANTONIO	TOSCANA ATL. EMPOLI	MM35	3:13:42
45	KOPP CHRISTOPH	-LIBERO-	LIBM	3:13:43
46	CAMBI FABRIZIO	PODISTI LIVORNESI	MM55	3:14:02
47	SENATORI CARLO	UISP FIRENZE	MM55	3:15:21
48	PERON MARCO	POL. MENS SANA	TM	3:16:23
49	TONINI GIANPAOLO		LIBM	3:16:59
50	VENTURI ROBERTO	S.P. LA LUMEGA	MM40	3:17:17
51	MOSCARINI FABRIZIO	ALBA TRIATHLON	LIBM	3:17:38
52	MICHELI ALBERTO	ATL. DI LUMEZZANE C.S.P.	MM45	3:18:24
53	FANTERIA CLAUDIO	G.S. COSTA D'ARGENTO	MM40	3:19:16
54	LOBINA ANGELO	POL UTA 2000	MM55	3:19:24
55	PANICCIA GIANCARLO	AGIPPETROLI CLUB	MM50	3:19:34
56	PATRUSSI ENZO	ATL. SESTINI	MM60	3:20:02
57	SAVO LUCA	POD. GR. SOLIDARIETA'	MM35	3:20:06
58	GATTI ANDREA		LIBM	3:20:15
59	CURRELI FRANCESCO	U.S. ROBERTO COLZI	MM50	3:21:03
60	SCARPELLI LUCA	ATL. ZAMBRA	MM40	3:21:09
61	IANNAZZONE CLAUDIO	LIBERTAS RUNNERS	MM35	3:21:26
62	PINTORI FRANCESCO	MASSAROSA AMICI MARCIA	MM35	3:21:54
63	MARCHINI CLAUDIO	AS CORRIPRIMAVERA LAV	MM40	3:22:12
64	FANTERIA RAFFAELLO	G.S. COSTA D'ARGENTO	MM35	3:22:18
65	CASTIGLIA TIZIANO	-LIBERO-	LIBM	3:22:24
66	CORTO PELLE ANGELO	PRO SPORT RAVANUSA	MM55	3:22:42
67	LUBERTO LUCA	MARATONETI RIUNITI	MM40	3:22:43
68	BARDI FABIO	LIVORNO TEAM	MM45	3:24:05
69	RIGHI LORENZO	ATL. LORESE	MM45	3:24:25
70	SANALITRO SALVATORE	A.S. SILVANO FEDI	MM40	3:25:23
71	MARCHI GIOVANNI	A.S. ATL. FARNESE	MM45	3:25:57
72	PANARIELLO VINCENZO	A.S. SILVANO FEDI	MM40	3:25:57
73	MARTELLI GIACOMO	PODISTI LIVORNESI	TM	3:27:50
74	ARIOTI BRANCIFORTI AS.	VTB ATOMICA TRIATHLON	LIBM	3:28:57
75	LARCHER ANGELO		MM35	3:28:58
76	DIARA PIERLUIGI	G.S. RUNNERS LIVORNO	MM55	3:29:56
77	GUALTIERI FABIO	MISERICORDIA AGLIANESE	MM50	3:30:07
78	ANTONELLI ALESSIO	TEAM GURU PARKPRE	TM	3:30:11
79	MASCHERONI SIMONE	G.P. CASALESE	MM35	3:32:25
80	WINTER UDO	LC CAFE HARFEL	LIBM	3:32:37
81	BELLACHIOMA GIOVANNI	ASI LT 80	LIBM	3:32:52
82	BIASCI GIORGIO	PODISTI LIVORNESI	MM55	3:33:02
83	PRUNO DAVIDE	AVIS AMEGLIA	TM	3:33:14
84	CAROLLO GIUSEPPE	ONDAVERDE ATHL TEAM	MM50	3:34:03
85	PROFETI STEFANO	-LIBERO-	LIBM	3:34:47
86	RONCHINI SIMONE	TEAM MARATHON BIKE	TM	3:35:02
87	BERNARDINI STEFANO	LIVORNO TEAM	MM35	3:35:42
88	RADICCHI MAURO	MARATHON CITTÀ DI CAST.	MM45	3:36:37
89	RICAGNI ALFREDO	SAI FRECCE BIANCHE	MM50	3:37:56
90	ROATTA SIMONE	ALBA TRIATHLON	LIBM	3:38:06
91	MONCINI SIMONE	A.S. SILVANO FEDI	MM45	3:38:13
92	TICHOUDAD SLIMANE	G.A.U. GIOVANI AMICI UNITI	MM55	3:38:26
93	NAVA MARCO FRANCO	G.S. ZELOFORAMAGNO	MM40	3:40:25
94	RAVIOLI PAOLO	ATL. CASONE	MM40	3:40:34
95	GENERALI GABRIELE	MARATHON CITTÀ DI CAST.	MM35	3:41:52
96	ZOIA MARIO	ATL.MOTTENSE	MM45	3:42:58
97	PONASSI EZIO	SAI FRECCE BIANCHE	MM45	3:44:04
98	CORBANI ROBERTO	ATL. CASONE	MM50	3:45:28
99	MOI MARCO	POL UTA 2000	MM60	3:45:30
100	CALZOLAI DAVID	IL PONTE SCANDICCI	MM40	3:45:38
101	MAZZOLA MASSIMO	POL UTA 2000	MM35	3:46:03
102	RALVELLI ETTORE	-LIBERO-	LIBM	3:47:37
103	BUCCI GIUSEPPE	ATL. AMATORI CARRARA	MM45	3:47:49
104	GUERRIERI GRAZIANO	G.P. LE SBARRE	MM55	3:48:41
105	NOTTOLI ALBERTO	A.S. SILVANO FEDI	MM45	3:50:12
106	SANTAGOSTINO ALBERTO		MM45	3:51:02
107	SALIMBENE GIORGIO	LA NAVE FIRENZE	MM50	3:52:37
108	SPICHETTI ANTONIO	G.P. C.A.I. PISTOIA	MM55	3:53:15
109	RENZI QUIRINO	ATHLETIC TEAM	MM45	3:53:57
110	SCARPA FRANCO	ATL. CAPRAIA E LIMITE	MM55	3:55:08
111	WALLY GERHARD	CLUB SUPERMARATHON ITALIA	LIBM	3:55:58
112	PIRAS VALTER	POL UTA 2000	MM45	3:56:02
113	MARTINELLI GIORGIO	MARATHON CITTÀ DI CAST.	MM50	3:56:24
114	BEANI ALESSANDRO	ATL. ARCI FAVARO	TM	3:57:06
115	BERTINI STEFANO	ATL. AMATORI CECINA	MM35	3:57:28
116	DEGLI AGOSTI ANDREA	ATL. MARATHON TEAM BG	MM45	3:58:11
117	BARZANTI CARLO	LA NAVE FIRENZE	MM65	3:58:27
118	DE LUCA STEFANO	ATL. CLARINA TRENTO	MM50	3:58:55
119	NOVELLINI PAOLO	POD. MIS. AGLIANESE	MM35	3:59:02
120	PIZZI MASSIMO	SUPER MARATHON	MM55	3:59:06
121	FERRERI DOMENICO	AMICI SPORT BRIOSCO MI	MM55	3:59:12
122	MORELLI LEONARDO	LE PANCHE CASTELQ.	MM50	3:59:50
123	DANGUY DES DESERTS G.	C.S. ACCADEMIA NAVALE	TM	4:02:40
124	DI BENNARDO ANGELO	-LIBERO-	LIBM	4:03:10
125	DOBBOLONI PIERPAOLO	-LIBERO-	LIBM	4:03:24
126	BRONZINI SANDRO	GP ROSSINI	MM50	4:03:58
127	SALVADORI RENZO	ATL. CLARINA TRENTO	MM60	4:04:23
128	SALVETTI SIMONE	VERSILIA SPORT	MM35	4:05:14
129	ANDREANINI NICOLA	-LIBERO-	LIBM	4:05:26
130	NISTRI ALESSIO	G.S. MAIANO	TM	4:07:12
131	ZULLO ARTURO	POL UTA 2000	MM45	4:08:25
132	CHESI RINO	CRAL MPS	MM55	4:08:41
133	LENNSTROM GORAN		LIBM	4:10:11
134	PAOLI PAOLO	-LIBERO-	LIBM	4:10:30
135	HERRERO CUENCA FRANCISCO	LIBM		4:10:46
136	CREZZINI ARTURO	CRAL MPS	MM60	4:11:04
137	ALESSANDRI SALVATORE	CRAL MPS	MM50	4:11:05
138	COSTANTINO SILVANO	ASS. DILET. CANAVESE 2005	MM50	4:11:55
139	GENCO FULVIO	POLISPORTIVA FOLGORE	MM40	4:12:10
140	BONOCORE VINCENZO	A.S. ATLETICA VIRGILIANO	MM60	4:12:32
141	RIGHETTI GIANLUCA	FIACCA E DEBOLEZZA	MM40	4:12:46
142	ZANGARA ANTONELLO	LIVORNO TEAM	MM55	4:13:37
143	ONORATO GIOVANNI	CASA CULT. S. MINIATO B.	MM55	4:14:02
144	RUOTOLO TIZIANO	-LIBERO-	LIBM	4:15:07
145	PIGNANELLI ALFREDO	-LIBERO-	MM55	4:17:57
146	NASCI DIEGO	A.S. SILVANO FEDI	TM	4:18:31
147	FERRI MARIO	ATL. CASALGUIDI	MM60	4:22:32
148	CHERCHI OSCAR	POL UTA 2000	MM35	4:24:51
149	D'ERASMO DANIELE	-LIBERO-	LIBM	4:25:55
150	PELLETTI ROBERTO	TEAM SUMA	MM60	4:27:04
151	D'ULIVO GIUSTO	PODISTI LIVORNESI	MM45	4:34:51
152	LEBINGER HERBERT	LC CAFE HARFEL	LIBM	4:36:09
153	BOVANI LUCIANO	PORTUALI LIVORNO	MM65	4:38:11
154	D'ALTERIO GIUSEPPE	POL.UISPORT VIAREGGIO	MM60	4:38:19
155	MENEGHETTI TIZIANO		MM40	4:40:23
156	PANICO RAFFAELE	ATL MONTEROSA FOGU M.	MM45	4:41:16
157	GHERARDI MARCO	-LIBERO-	LIBM	4:48:49
158	NARCISI RENATO	ATL. VILLA DE SANCTIS RM	MM70	4:54:28
159	LA MURA ROBERTO	G.P.AVIS PIOMBINO	MM60	4:57:01
160	TOSCHI GIANFRANCO	A.S. SILVANO FEDI	MM45	5:01:48
161	MONTEMURRO STEFANO	S.S. MONTEDORO	MM60	5:04:15
162	DELL'OCA ANTONIO	AMICI SPORT BRIOSCO MI	MM65	5:04:35
163	LEVI DAVID	-LIBERO-	LIBM	5:15:27
164	ANCORA VITO PIERO	PRO PATRIA MILANO	MM55	5:19:34
165	GERHARD BONIFAZI	BANK	LIBM	5:20:09

Servizio fotografico di Belinda Sorice

Curiosità

Etimologia della parola "cacciucco"

Per la parola "cacciucco" (scritta e, soprattutto, pronunciata senza sconti di C: devono essere cinque!), indicante la rinomata zuppa di pesce tipica della cucina labronica, l'etimo riporta a due diverse possibilità: o una derivazione dal turco "küküt" che significa "minutaglia", oppure un calco dello spagnolo "cachuco" che si riferisce ad una particolare specie di dentice. La prima versione sembra la più accreditata e non sorprende, considerati i fitti scambi commerciali che la città di Livorno ha storicamente intrattenuto con l'Oriente.
La pietanza nasce quale nutrimento per l'equipaggio dei pescherecci, fatta con pesci piccoli o di scarso valore per non utilizzare il pesce pregiato destinato alla vendita: è un piatto di povere origini, figlio dei pescatori che la sera si rigiravano tra le mani gli scarti della giornata.

LA RISTORAZIONE CHE PIACE
FINISH
100 Km del Passatore 2007
inkospor migliora la tua prestazione !
CONSORZIO VINI DI ROMAGNA
1 1.4 1.59
Esulta anche tu come Raffaele !
Inkospor è l'unica azienda a garantire
la qualità dei suoi integratori
con la massima trasparenza:
la nostra azienda è APERTA A TUTTI !
IL CONSUMATORE SODDISFATTO
E' LA NOSTRA MIGLIORE PUBBLICITA'
PASSAPAROLA !
inkospor® LA QUALITA' INIMITABILE
Visita www.inkospor.it
Chiedi i nostri prodotti nei migliori negozi specializzati o in farmacia
oppure chiama il nostro servizio clienti al 0586.941374
* acquisto on line solo nelle aree non coperte da rivenditori INKOSPOR

Il Doppio allenamento

di Massimo Santucci -
www.santuccirunning.it

Foto di Denise Quintieri

Fare due sedute di allenamento in un solo giorno sembra compito per soli professionisti, ma in realtà così non è.
Il grande limite che esiste purtroppo per un amatore è il tempo a disposizione. Fare due sedute in un giorno può significare semplicemente diluire in maniera migliore il carico. Non è assolutamente indispensabile fare il doppio allenamento giornaliero per accedere a prestazioni di entità superiore, ma è bene chiarire che aumentare le sedute non significa aumentare anche il carico effettivo.
Stesso discorso anche per il carico settimanale, vale a dire che avere più allenamenti a disposizione è sempre una carta in più da giocare.
Il modo di proporre il doppio allenamento cambia radicalmente secondo le gare che il podista vuole preparare.
Vediamo i vari casi.

Il velocista

Il velocista compie in alcuni periodi dei doppi allenamenti quotidiani che prevedono l'uso di forza seguiti da serie di sprint.
In pratica esegue sedute di forza in palestra con l'ausilio di macchine ed a carico naturale al mattino e poi traduce in forza veloce il pomeriggio.
A volte stimola la forza con brevi sprint in salita a velocità massima con recupero completo e poi nel secondo allenamento va a fissare in velocità il massiccio impegno muscolare avvenuto in salita.

Il mezzofondista

Il corridore delle distanze che vanno dagli 800 ai 10000 metri, ha nel suo ventaglio di possibilità un'infinità di opzioni. Una è ad esempio il compiere esercitazioni tecniche il mattino e poi un medio il pomeriggio. Queste sono 3 tipi di proposte di bigiornaliero:

Mattina corsa 20' + elasticità - forza - tecnica + corsa 10'
Pomeriggio corsa 15' + 10 km a ritmo medio + corsa 10'

Mattina corsa 20' + corto veloce di 5 km + corsa 15'
Pomeriggio corsa 15' + 8 x 300 m (in chiave resistenza lattacida) + corsa 15'

Mattina corsa 15' + 8 km a ritmo medio + corsa 10'
Pomeriggio corsa 15' + 5x1000 m (ai ritmi di potenza aerobica) + corsa 15'.

Il maratoneta

Il corridore delle lunghe distanze usa spesso il bigiornaliero per aumentare il chilometraggio e non incidere troppo sull'affaticamento generale.
Il suo doppio allenamento può essere

costituito da semplice corsa lenta. Un podista che corre 1h al mattino ed 1h la sera, può compiere circa 30 km senza incidere a livello fisico come se avesse corso 30 km in una sola seduta.
Qui il discorso si fa complesso perché correndo 2h di seguito lavorerebbe sui grassi rendendo la seduta più utile in funzione maratona, bisogna quindi capire quando è utile svolgere tanti chilometri in una sola volta e quando è utile "spezzarli" per alleggerire il carico. La conseguenza è ovviamente questa: tanto più si recuperano i km giornalieri e maggiormente si può aumentare il carico di chilometri settimanale. Il fondista però può anche ricercare qualità nel bigiornaliero, vediamo come:

Mattina corsa 15' + 15 km a ritmo medio + corsa 15'
Pomeriggio corsa 15' + 10 km progressivi dal medio a soglia anaerobica + corsa 15'

Mattina corsa 1h30'
Pomeriggio corsa 15' + 12 km a 1000 metri alternati alle velocità "sensibili" + corsa 15'

Mattina corsa 20' + 10x1000 m + corsa 15'
Pomeriggio corsa 1h30'.

Nel primo esempio, dopo un ritmo medio eseguito il mattino (che coincide in maniera approssimativa al ritmo maratona), si passa il pomeriggio ad inserire in forma progressiva un'andatura migliore del ritmo maratona, questo per ricercare il miglioramento della velocità maratona e per ottimizzare i consumi energetici.
Nel secondo caso sono compiuti molti km nella prima seduta e nel successivo allenamento si balla sui ritmi passando da 1000 metri a ritmo di soglia anaerobica a 1000 m a velocità intorno al medio.
Ultima opzione proposta è quella di inserire un classico frazionato al mattino con recuperi brevissimi ed il pomeriggio una corsa lenta per correre in condizioni di emergenza di glicogeno stimolando il sistema di adattamento in carenza di carburante.

Foto di Piero Giacomelli

Doppio con sprint in salita

Un doppio allenamento usato di frequente è quello che riguarda gli sprint in salita seguito dalla trasformazione veloce.
Questo tipo di allenamento viene di solito inserito nella solita seduta come ad esempio:

corsa 20' + 15x100 metri sprint in salita ripida + corsa 5' + 3000 m di corto veloce + corsa 15'.

Da prendere in considerazione è il presentarlo in forma scissa aumentandone il potenziale.
Vediamo come:

Mattina corsa 20' + 12x100 m sprint in salita + corsa 20'
Pomeriggio corsa 15' + 10 km di ritmo medio + corsa 10'

Mattina corsa 20' + 3 serie di 6x80 m sprint in salita + corsa 20'
Pomeriggio corsa 20' + 6 km di corto veloce + corsa 15'
Mattina corsa 20' + 8x150 metri sprint in salita + corsa 20'
Pomeriggio) corsa 50' in forma progressiva.

Collina e montagna

Da valutare sono le sedute defaticanti svolte il pomeriggio o la sera dopo l'allenamento principale del mattino.
Ad esempio dopo un allenamento collinare che ha impegnato il podista sotto il profilo muscolare, non è certo sbagliato correre 20-30' la sera con l'aggiunta di qualche allungo per distendere la muscolatura o finendo in lieve progressione di ritmo per "muovere" un po' le fibre contratte dalla discesa del mattino.
È utile inserire la seconda seduta anche dopo impegnativi allenamenti di montagna. Dopo una scalata con parecchio dislivello, la muscolatura ha bisogno di sciogliersi e senza cercare di farlo in vetta ad una montagna dove è difficile trovare tratti in piano, è consigliabile fare un brevissimo defaticamento al momento e tornare in macchina a casa. Poi nel pomeriggio si può attivare l'organismo con qualche minuto di corsa ed inserire degli esercizi per lo scioglimento articolare e l'allungamento muscolare.

Attivazione nel giorno di gara

Chi gareggia la sera in pista, è solito fare una sgambata la mattina corredata da qualche allungo e stretching; anche chi corre su strada il pomeriggio o la sera, talvolta si attiva con una piccola corsa il mattino.
In questi casi si parla di non più di 20-30' di corsa. Questa leggera seduta aiuta a liberare le gambe e la testa dalle tensioni pregara.
Per chi invece teme di disperdere solo energie è meglio lasciar stare e dedicarsi al completo relax in attesa della competizione.

Le modalità per il doppio allenamento

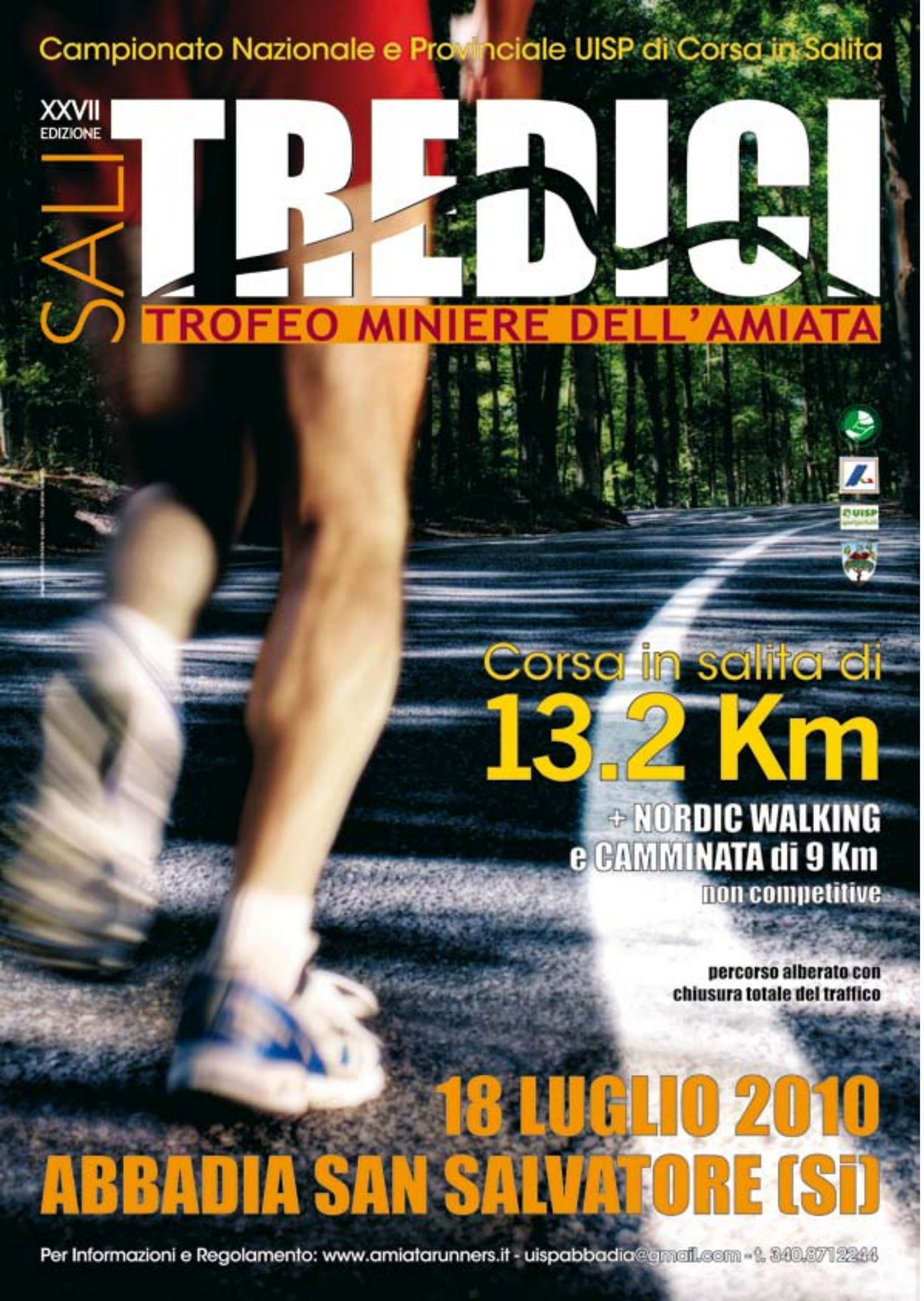
In uno dei primi libri di corsa rivolto agli amatori, si sostiene che devono passare almeno 7 ore fra le 2 sedute proposte. Non so in conformità a cosa si basava questa affermazione, ma è ovvio che bisogna considerare un tempo minimo di spazio fra le 2 sedute per dare identità precise alle sessioni.
Accade spesso che per esigenze di tempo a disposizione le 2 sedute devono essere eseguite in uno spazio ravvicinato, in ogni modo credo che sotto le 5 ore diverrebbe uno spazio di recupero troppo compresso e l'utilità del doppio si verrebbe a perdere.
Direi che l'ideale è compiere una seduta al mattino verso le 9 o anche prima per chi deve entrare al lavoro ed una seconda la sera dopo le 17.
Bisogna inoltre prestare attenzione al pranzo ed agli eventuali spuntini. È importante rifornirsi bene ed al tempo stesso non sovraccaricarsi e rendere la digestione lunga e laboriosa.
Necessaria è la razione di carboidrati, ma senza dimenticare l'adeguato apporto di proteine.
Ci sono poi soluzioni alternative con pranzo solo proteico o altre forme di alimentazione che si legano a doppio filo con l'allenamento in programma, ma queste sono cose da proporre a chi è un professionista dell'atletica e può permettersi di riposare quando vuole senza dover sostenere una giornata di lavoro.
C'è chi si allena il mattino presto e preferisce correre a digiuno per motivi di scarso appetito o talvolta perché ha appreso che arriva in quel modo ad intaccare nel giro di qualche minuto di corsa le riserve di grassi.
È meglio correre sempre ben riforniti e quello che dobbiamo attivare credo vada fatto solo attraverso la bontà del carico allenante.

Il triplo

Proprio così: 3 allenamenti in un solo giorno. Ci sono celebri atleti che in determinati periodi dell'anno svolgono il trigiornaliero.
Dico sempre che certi allenamenti o affermazioni andrebbero verificate sul campo, in ogni caso è risaputo che alcuni atleti top adottano questo sistema.
C'è da capire peraltro se il terzo allenamento consista solo in una seduta che riguarda stretching e mobilità articolare o in un allenamento vero e proprio.
Ho letto anni fa un programma di allenamento del celebre maratoneta australiano Robert De Castella che inseriva 21 allenamenti settimanali anche se 3-4 erano di nuoto.
L'attuale Sergey Lebid nel periodo invernale inserisce spesso i tre allenamenti giornalieri in funzione cross e sembra proprio che il sacrificio paghi, ma qui si parla di cose per pochi prediletti.
Lo stesso Paul Tergat parlava di un allenamento compiuto all'alba, il secondo di ripetute nella tarda mattinata ed il terzo collettivo (una corsa con i compagni finendo in forte progressione di ritmo) al tramonto.

Conclusioni

Tirando le somme possiamo dire che non è importante quante volte il giorno o la settimana correre, ma è fondamentale capire il tempo che un atleta ha a disposizione e la sua capacità di recuperare il training proposto.
Dico spesso che si può caricare fino a dove si riesce a recuperare. Credo sia questo il limite da fissare in ogni podista. Il corridore insieme al suo allenatore deve quindi capire e conoscere il suo reale punto di equilibrio. Sarà il giusto studio di esso che permetterà di raggiungere le più alte performance personali.



Campionati Nazionali 2010

Ciaspole

37ª La Ciaspolada

6 Gennaio - Trentino – Val di Non (Tn)
Organizzazione: Società Podistica Novella
Tel. 0463.830180 - 0463830535
Fax: 0463.830057
e-mail: novella@ciaspolada.it

Cross

56° Campionato di Corsa Campestre

21 marzo - Toscana - Campi Bisenzio (Fi)
Organizzazione: A.S.D. Campi Bisenzio
e-mail: atleticacampi@libero.it
web: www.atleticacampi.it
Responsabile: Sig. Borborini Ezio
Tel. 0558.952507 -Fax: 0558.91387

Maratona

28ª Maratona del Piceno

16 Maggio - Marche – Porto San Giorgio (Fm)
Organizzazione: A.S.D. Valtenna
e-mail: info@maratonadelpiceno.com
Responsabile: Sig. Andreani Bruno
cell. 338.3514622
Tel. e Fax: 0734.632578

Pista

56° Campionato su pista

5/6 Giugno -
Emilia Romagna – Carpi (Mo)
Organizzazione: Lega Provinciale Modena
web: www.atleticauispmodena.it

Gran Fondo

35ª Pistoia - Abetone

27 Giugno - Toscana
Organizzazione: A.S.C.D. Silvano Fedi
web: www.pistoia-abetone.net
Responsabile: Sig. Amerini Guido
e-mail: guidoamerini@gmail.com
Tel. e Fax: 057.334761

Corsa in Salita

27° Salitredici

18 Luglio - Abbadia San Salvatore (SI)
Organizzazione: Asd Uisp Abbadia S. Salvatore
Fax: 0577.775221
e-mail: uispabbadia@gmail.com
web: www.amiatarunners.it
Responsabile: Sig. Silvio Carli
cell. 348.8818574 - Tel. 0577.776424

Trail

2° Trail di San Zaccaria

1 Agosto - Lombardia – Gonasco (Pv)
Organizzazione: Atl. Pavese
e-mail: info@atleticapavese.com
web: www.atleticapavese.com
Responsabile: Sig. Tempesta Gianni
cell. 338.9874453
e-mail: giannitempesta@tin.it

corsa su strada

15° Trofeo Sale e Saline

10 Ottobre - Sicilia – Trapani
Organizzazione: G.S. 5 Torri Trapani
e-mail: cinquetorri@trapaniweb.it
Responsabile: Sig. Pollina Rocco
cell. 333.1165403 - Tel. 0923.554694
e-mail: roccopollina@libero.it

Maratonina

6° Maratonina dei 6 ponti

7 Novembre - Toscana – Agliana (Pt)
Organizzazione: Pod. Misericordia Aglianese
e-mail: italofontana@hotmail.it
Responsabile: Sig. Fontana Italo
cell. 338.2080159

SPORT & SICUREZZA

CARIGE ASSICURAZIONI
CARIGE VITA NUOVA ASSICURAZIONI
GRUPPO BANCA CARIGE

Scegli la sicurezza di un grande gruppo bancario e assicurativo

Attività sportive, persona, famiglia, professionisti, impresa, risparmio.

MODENA
Via IV Novembre, 40/H
41100 Modena
tel. 059/820205
fax 059/335638
mail uc.segreteria@ucass.it

FIRENZE
Via Uguccione della Faggiola, 7R
50126 Firenze
tel. 055/6580614
fax 055/680313
mail segreteria.generale@ucass.it

MILANO
Via Adige, 11
20135 Milano
tel. 02/55017990
fax 02/55181126
mail milano@ucass.it

NAPOLI
Corso Umberto I, 381
80138 Napoli
tel. 081.268137
fax 081.268137
mail campania@ucass.it

VENEZIA
via Cappuccina, 19F
30172 Mestre (VE)
tel. 041.980572
fax 041.980829
mail veneto@ucass.i

REGGIO EMILIA
via Tamburini, 5
42100 Reggio Emilia
tel. 0522.267211
fax 0522.332782
mail reggioemilia@ucass.it

Per ogni informazione rivolgiti al tuo comitato UISP

Comitati regionali e territoriali

Direzione Nazionale

L.go Nino Franchellucci, 73
00155 Roma
Tel.: 06.4398431
Fax: 06.43984320
e-mail: uisp@uisp.it
C.F.: 97029170582

Lega Atletica leggera

Largo N. Franchellucci, 73
00155 - Roma
Tel. 06/43984328
Fax 06/43984320
E-mail atletica@uisp.it
www.uisp.it/atletica
Presidente: Antonio Gasparro

Valle d'Aosta

Via Binel, 11
11100 - Aosta (AO)
Tel. 0165/31342
Fax 0165/060158
Email valledaosta@uisp.it
Sito web www.uisp.it/valledaosta

Aosta

Via Binel, 11
11100 - Aosta (AO)
Tel. 0165/31342 - Fax 0165/060158
Email aosta@uisp.it

Piemonte

Piazza della Repubblica, 6
10122 - Torino (TO)
Tel. 011/4363484
Fax 011/4366624
Email piemonte@uisp.it
Sito web www.uisp.it/piemonte

Alessandria

Via S.Lorenzo, 107
15100 - Alessandria (AL)
Tel. 0131/253265
Fax 0131/255032
Email alessandria@uisp.it
Sito web www.uisp.it/alessandria

Asti

Via Cecchin, 6
14100 - Asti (AT)
Tel. 347/2957794 - Fax 0141/593440
Email asti@uisp.it

Biella

Via De Marchi, 3
13900 - Biella (BI)
Tel. 015/33349 + Fax
Email biella@uisp.it

Bra

Via Mercantini, 9
12042 - Bra (CN)
Tel. 0172/431507 - Fax 0172/433154
Email bra@uisp.it
Sito web www.uisp.it/bra

Cirie' Settimo Chivasso

Via Petrarca, 20
10036 - Settimo Torinese (TO)
Tel. 011/8006882 + Fax
Email settimo@uisp.it

Sede Decentrata

Via Matteotti, 16
10073 Cirie' (TO)
Tel. 011/9203302 + Fax
Email cirie@uisp.it
Sito web www.uisp.it/settimocirie

Cuneo

Via Xx Settembre, 4
12100 - Cuneo (CN)
Tel. 0171/694065 - Fax 0171/618346
Email cuneo@uisp.it

Ivrea Canavese

Stradale Torino, 447
10015 - S.B.D'Ivrea (TO)
Tel. 0125/632151 - Fax 0125/234389
Email ivrea@uisp.it
Sito web www.uisp.it/ivrea

Novara

Via Alcarotti, 2/B
28100 - Novara (NO)
Tel. 0321/391737 + Fax
Email novara@uisp.it

Pinerolo

Viale Grande Torino, 7
10064 - Pinerolo (TO)
Tel. 0121/322668-377516
Fax 0121/395039
Email pinerolo@uisp.it
Sito web www.uisp.it/pinerolo

Torino

Via Canova, 8
10126 - Torino (TO)
Tel. 011/677115
Fax 011/673694
Email torino@uisp.it
Sito web www.uisp.it/torino

Vallesusa

Via Capra, 27
10098 - Rivoli (TO)
Tel. 011/9781106 - Fax 011/9503867
Email vallesusa@uisp.it
Sito web www.uisp.it/vallesusa

Verbano-Cusio-Os.

Via Murata, 53
28844 - Villadossola (VB)
Tel. 349/8023778 - Fax 0324/575241
Email verbano@uisp.it

Vercelli

Via Mameli, 19
13100 - Vercelli (VC)
Tel. 0161/600049 + Fax
Email vercelli@uisp.it

www.uisp.it

Comitati regionali e territoriali

Lombardia

Via Brescia, 56
26100 - Cremona (CR)
Tel. 0372/431771
Fax 0372/436660
Email lombardia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/lombardia

Bergamo

Via G. Quarenghi, 34
24122 - Bergamo (BG)
Tel. 035/316893
Fax 035/4247207
Email bergamo@uisp.it
Sito web www.uisp.it/bergamo

Brescia

Via B.Maggi, 9
25124 - Brescia (BS)
Tel. 030/47191
Fax 030/2400416
Email brescia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/brescia

Como

Via F. Anzani, 9
22100 - Como CO
Tel. 031/241507 + Fax
Email como@uisp.it
Sito web www.uisp.it/como

Cremona

Via Brescia, 56
26100 - Cremona (CR)
Tel. 0372/431771
Fax 0372/436660
Email cremona@uisp.it
Sito web www.uisp.it/cremona

Lecco

Via Roma, 8
23864 - Malgrate (LC)
Tel. 0341/360800 + Fax
Email lecco@uisp.it

Lodi

Via Paolo Gorini, 19
26900 - Lodi (LO)
Tel. 0371/422179 + Fax
Email lodi@uisp.it
Sito web www.uisp.it/lodi

Mantova

Via Ilaria Alpi, 6
46100 - Mantova (MN)
Tel. 0376/362435-365162
Fax 0376/320083
Email mantova@uisp.it
Sito web

Milano

Via Adige, 11
20135 - Milano (MI)
Tel. 02/55017990
Fax 02/55181126
Email milano@uisp.it
Sito web www.uisp.it/milano

Monza-Brianza

Via Arosio, 6
20052 - Monza (MB)
Tel. 039/328301
Fax 039/362011
Email monzabrianza@uisp.it
Sito web www.uisp.it/monzabrianza

Pavia

Via Gramsci, 19
27100 - Pavia (PV)
Tel. 0382/461660 + Fax
Email pavia@uisp.it

Varese

P.Za De Salvo, Angolo V.Lombardi
21100 - Varese (VA)
Tel. 0332/813001 + Fax
Email varese@uisp.it
Sito web www.uisp.it/varese

Trento e Bolzano

Bolzano

Via Dolomiti, 14
39100 - Bolzano (BZ)
Tel. 0471/300057
Fax 0471/325268
Email bolzano@uisp.it
Sito web www.uisp.it/bolzano

Trento

Largo Nazario Sauro, 11
38100 - Trento (TN)
Tel. 0461/231128 + Fax
Email trento@uisp.it
Sito web www.uisp.it/trentino

Friuli

Via Nazionale, 92/5
33040 - Pradamano (UD)
Tel. 0432/640154
Fax 0432/641853
Email: friulivgiulia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/friuliveneziagiulia

Gorizia

Via Nizza, 20
34170 - Gorizia (GO)
Tel. 0481/535204 + Fax
Email gorizia@uisp.it

Pordenone

Via Roma, 11
33080 - Zoppola (PN)
Tel. 0434/574287 + Fax
Email pordenone@uisp.it
Sito web www.uisp.it/pordenone

Trieste

Via Beccaria, 6
34133 - Trieste (TS)
Tel. 040/639382 - Fax 040/362776
Email trieste@uisp.it
Sito web www.uisp.it/trieste

Udine

Via Nazionale, 92/5
33040 - Pradamano (UD)
Tel. 0432/640025
Fax 0432/640023
Email udine@uisp.it

Comitati regionali e territoriali

Veneto

Via Cappuccina, 19/F
30172 - Mestre (VE)
Tel. 041/980572
Fax 041/980829
Email veneto@uisp.it
Sito web www.uisp.it/veneto

Belluno

Via F.Pellegrini, 20
32100 - Belluno (BL)
Tel. 0437/981409 + Fax
Email belluno@uisp.it
Sito web www.uisp.it/belluno

Legnago

C/O Cascina Del Parco Viale Dei Tigli, 1/D
37045 - Legnago (VR)
Tel. 0442/25044 - Fax 0442/628763
Email legnago@uisp.it

Padova

Stadio Euganeo Viale N. Rocco, 60
35135 - Padova (PD)
Tel. 049/618058 - Fax 049/8641756
Email padova@uisp.it
Sito web www.uisp.it/padova

Rovigo

Via C.Goldoni, 2/A
45100 - Rovigo (RO)
Tel. 0425/411754 - Fax 0425/412485
Sito web www.uisp.it/rovigo

Treviso

Via F.Benaglio, 28
31100 - Treviso (TV)
Tel. 0422/262678 - Fax 0422/269003
Email treviso@uisp.it
Sito web www.uisp.it/treviso

Venezia

Via Rizzardi, 48
30175 - Marghera (VE)
Tel. 041/5380945 - Fax 041/5381568
Email venezia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/venezia

Verona

Via Villa, 25
37124 - Verona (VR)
Tel. 045/8348700
Fax 045/8306077
Email verona@uisp.it
Sito web www.uisp.it/verona

Vicenza

Corso Fogazzaro, 50
36100 - Vicenza (VI)
Tel. 0444/322325 + Fax
Email vicenza@uisp.it
Sito web www.uisp.it/vicenza

Liguria

Via al Ponte Reale, 2/14
16124 - Genova (GE)
Tel. 010/2513112 - 2472901
Fax 010/2477404
Email liguria@uisp.it
Sito web www.uisp.it/liguria

Genova

Piazza Campetto, 7/13-14
16123 - Genova (GE)
Tel. 010/2471463 - Fax 010/2470482
Email genova@uisp.it
Sito web www.uisp.it/genova

Imperia

Via S.Lucia, 16
18100 - Imperia (IM)
Tel. 0183/299188 + Fax
Email imperia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/imperia

La Spezia

Via Xxiv Maggio, 351
19125 - La Spezia (SP)
Tel. 0187/501056 - Fax 0187/501770
Email laspezia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/laspezia

Savona

Via San Giovanni Bosco, 1/4
17100 - Savona (SV)
Tel. 019/820951 - Fax 019/820959
Email savona@uisp.it
Sito web www.uisp.it/savona

Valdimagra

Via Landinelli, 88
19038 - Sarzana (SP)
Tel. 0187/626658 - Fax 0187/627823
Email valdimagra@uisp.it
Sito web www.uisp.it/valdimagra

Comitati regionali e territoriali

Emilia Romagna

Via Riva Reno, 75/III
40121 Bologna (Bo)
051/225881 - Fax 051/225203
Email emiliaromagna@uisp.it
Sito web www.uisp.it/emiliaromagna

Bologna

Via Dell'Industria, 20
40138 - Bologna (BO)
Tel. 051/6013511 - Fax 051/6013530
Email bologna@uisp.it
Sito web www.uisp.it/bologna

Ferrara

Via Verga, 4
44100 - Ferrara (FE9
Tel. 0532/907611 - Fax 0532/907601
Email ferrara@uisp.it
Sito web www.uisp.it/ferrara

Forli'-Cesena

Via Aquileia, 1
47100 - Forli (FO)
Tel. 0543/370705 - Fax 0543/20943
Email forlicesena@uisp.it
Sede Decentrata
Via Cavalcavia, 709
47023 - Cesena (FO)
Tel. 0547/630728 - Fax 0547/630739
Email cesena@uisp.it
Sito web www.uisp.it/forlicesena

Imola Faenza

Via Tiro A Segno, 2
40026 - Imola (BO)
Tel. 0542/31355 - Fax 0542/32962
Email imola@uisp.it
Sede Decentrata
C/O Palabubani - Piazzale Pancrazi, 1
48018 - Faenza (RA)
Tel. 0546/623769 - Fax 0546/625939
Email faenza@uisp.it
Sito web www.uisp.it/imola_faenza

Lugo

P.Le Veterani Dello Sport, 4
48022 - Lugo (RA)
Tel. 0545/26924 - Fax 0545/35665
Email lugo@uisp.it
Sito web www.uisp.it/lugo

Modena

Via Iv Novembre, 40/H
41100 - Modena (MO)
Tel. 059/348811 - Fax 059/348810
Email modena@uisp.it
Sito web www.uisp.it/modena

Parma

Via Testi, 2
43100 - Parma (PR)
Tel. 0521/707411 - Fax 0521/707420
Email parma@uisp.it
Sito web www.uisp.it/parma

Piacenza

Via IV Novembre, 168
29100 - Piacenza (PC)
Tel. 0523/716253 - Fax 0523/716837
Email piacenza@uisp.it
Sito web www.uisp.it/piacenza

Ravenna

Via Gioacchino Rasponi, 5
48100 - Ravenna (RA)
Tel. 0544/219724 - Fax 0544/219725
Email ravenna@uisp.it
Sito web www.uisp.it/ravenna

Reggio Emilia

Via Tamburini, 5
42100 - Reggio Emilia (RE)
Tel. 0522/267211
Fax 0522/332782
Email reggioemilia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/reggioemilia

Rimini

Via De Warthema, 2
47900 - Rimini (RN)
Tel. 0541/772917 - Fax 0541/791144
Email rimini@uisp.it
Sito web www.uisp.it/rimini

Umbria

Via Della Viola, 1
06121 - Perugia (PG)
Tel. 075/5733532 - Fax 075/5737049
Email umbria@uisp.it
Sito web www.uisp.it/umbria

Altotevere

Via A.Mariotti, 1
06019 - Umbertide (PG)
Tel. 075/9417323 + Fax
Email altotevere@uisp.it

Foligno

Via E.Orfini, 14
06034 - Foligno (PG)
Tel. 0742/24126 + Fax
Email foligno@uisp.it

Media Valle Tevere

Corso V.Emanuele Ii, 6
06055 - Marsciano (PG)
Tel. 075/8749439 - Fax 075/8744126
Email mediavalletevere@uisp.it

Orvieto

Via Sette Martiri, 42
05019 - Orvieto Scalo (TR)
Tel. 0763/390007 + Fax
Email orvieto@uisp.it
Sito web www.uisp.it/orvieto

Perugia

Via Della Viola, 1
06121 - Perugia (PG)
Tel. 075/5730699 - Fax 075/5737091
Email perugia@uisp.it

Terni

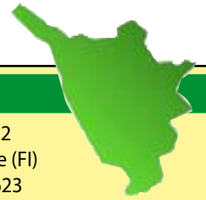
Via Brodolini, 10/A
05100 - Terni (TR)
Tel. 0744/288187 - Fax 0744/227678
Email terni@uisp.it

Trasimeno

Via A.Marchini, 3
06060 - Moiano Di C.Pieve (PG)
Tel. 0578/294337 + Fax
Email trasimeno@uisp.it

www.uisp.it

Comitati regionali e territoriali



Toscana

Via F. Bocchi, 32
50126 - Firenze (FI)
Tel. 055/0125623
Fax 055/0125621
Email toscana@uisp.it
Sito web www.uisp.it/toscana

Arezzo

Via Catenaia, 12
52100 - Arezzo (AR)
Tel. 0575/295475
Fax 0575/28157
Email arezzo@uisp.it
Sito web www.uisp.it/arezzo

Carrara Lunigiana

Viale A.Vespucci, 1
54033 - Marina Di Carrara (MS)
Tel. 0585/73171 + Fax
Email carrara@uisp.it

Empoli - Val D'Elsa

Via Bardini, 18
50053 - Empoli (FI)
Tel. 0571/72131 - Fax 0571/700293
Email empoli@uisp.it
Sito web www.uisp.it/empoli

Firenze

Via F. Bocchi, 32
50126 - Firenze (FI)
Tel. 055/6583501 - Fax 055/685064
Email firenze@uisp.it
Sito web www.uisp.it/firenze

Grosseto

Viale Europa, 161
58100 - Grosseto (GR)
Tel. 0564/417756 - Fax 0564/417758
Email grosseto@uisp.it
Sito web www.uisp.it/grosseto

Livorno

Via Paretti, 8
57122 - Livorno (LI)
Tel. 0586/887433 - Fax 0586/894332
Email livorno@uisp.it
Sito web www.uisp.it/livorno

Lucca Versilia

C/O Campo Sportivo I. Nicoli Via Alessandro Petri - Loc.Migliarina
55049 - Viareggio (LU)
Tel. 0584/53590
Fax 0584/407104
Email luccaversilia@uisp.it
Sede Decentrata
Viale Puccini, 351 Loc.Sant'Anna
55100 - Lucca (LU)
Tel. 0583/418310 + Fax
Email lucca@uisp.it
Sito web www.uisp.it/luccaversilia

Massa

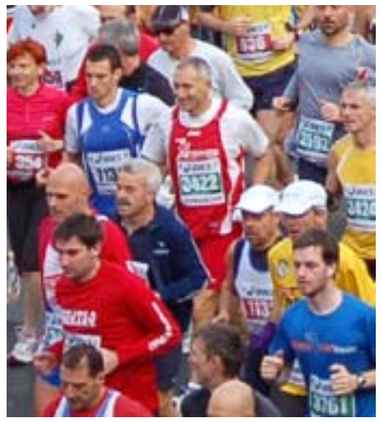
Via Alberica, 6
54100 - Massa (MS)
Tel. 0585/488086 + Fax
Email massa@uisp.it

Piombino

Via Lerario, 118
57025 - Piombino (LI)
Tel. 0565/225644 - Fax 0565/225645
Email piombino@uisp.it
Sito web www.uisp.it/piombino

Pisa

Viale Bonaini, 4
56125 - Pisa (PI)
Tel. 050/503066 - Fax 050/20001
Email pisa@uisp.it
Sito web www.uisp.it/pisa



Pistoia

Via Bastione Mediceo, 80
51100 - Pistoia (PT)
Tel. 0573/23082
Fax 0573/22208
Email pistoia@uisp.it
Sede Decentrata
Via Mazzini, 143
51015 - Monsummano Terme (PT)
Tel. 0572/950460 - Fax 0572/950437
Sito web www.uisp.it/pistoia

Prato

Via Galeotti, 33
59100 - Prato (PO)
Tel. 0574/691133 - Fax 0574/461612
Email prato@uisp.it
Sito web www.uisp.it/prato

Siena

Str. Massetana Romana, 18
53100 - Siena (SI)
Tel. 0577/271567 - Fax 0577/271907
Email siena@uisp.it
Sito web www.uisp.it/siena

Valdera

Via Sacco E Vanzetti, 26
56025 - Pontedera (PI)
Tel. 0587/55594 - Fax 0587/55347
Email valdera@uisp.it

Zona del Cuoio

Via Prov.Francesca Nord, 224
56022 - Castelfranco Di Sotto (PI)
Tel. 0571/480104 - Fax 0571/480250
Email cuoio@uisp.it

Val di Cecina

Vicolo Degli Aranci, 8
57023 - Cecina (LI)
Tel. 0586/631273 - Fax 0586/631272
Email bvcecina@uisp.it
Sito web www.uisp.it/cecina

Comitati regionali e territoriali

Marche

Piazza Salvo D'acquisto, 29
60129 - Ancona (AN)
Tel. 071/2900059 - Fax 071/9941656
Email marche@uisp.it
Sito web www.uisp.it/marche

Ancona

Via L.Ruggeri 2/A
60131 - Ancona (AN)
Tel. 071/2863844 - Fax 071/2908460
Email ancona@uisp.it
Sito web www.uisp.it/ancona

Ascoli Piceno

Via Timavo, 1
63039 - Porto D'Ascoli (AP)
Tel. 0735/657465 + Fax
Email ascolipiceno@uisp.it
Sito web www.uisp.it/ascoli

Fabriano

Via F.Cavallotti, 45
60044 - Fabriano (AN)
Tel. 0732/251810 - 3002 + Fax
Email fabriano@uisp.it
Sito web www.uisp.it/fabriano

Fermo

Via Graziani, 71
63023 - Fermo (AP)
Tel. 0734/603223 + Fax
Email fermo@uisp.it
Sito web www.uisp.it/fermo

Jesi

Viale Verdi, 39/A
60035 - Jesi (AN)
Tel. 0731/213090 - Fax 0731/207961
Email jesi@uisp.it
Sito web www.uisp.it/jesi

Macerata

Via Mameli, 39/H
62100 - Macerata (MC)
Tel. 0733/239444 + Fax
Email macerata@uisp.it
Sito web www.uisp.it/macerata

Pesaro-Urbino

Largo A.Moro, 12
61100 - Pesaro (PS)
Tel. 0721/65945
Fax 0721/371494
Email pesaro@uisp.it
Sito web www.uisp.it/pesaro

Senigallia

Via Tevere, 50/4
60019 - Senigallia (AN)
Tel. 071/65621 - Fax 071/65602
Email senigallia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/senigallia

Lazio

Largo Nino Franchellucci, 73
00155 - Roma (RM)
Tel. 06/43984325-315 - Fax 06/43984312
Sito web www.uisp.it/lazio

Castelli Romani

Via Dei Pescatori, 7
00040 - Castel Gandolfo (RM)
Tel. 06/9360073 - 06/91650327 - 1782754591
Fax 06/9360073
Email castelli@uisp.it
Sito web www.uisp.it/castelliromani

Civitavecchia

Via Puglie, 12
00053 - Civitavecchia (RM)
Tel. 0766/501940
Fax 0766/27322
Email civitavecchia@uisp.it

Frosinone

Via Virgilio, 83/B
03043 - Cassino (FR)
Tel. 06/43984325-315 - 328/1858517
Fax 06/43984312
Email frosinone@uisp.it

Latina

Viale Don Morosini, 143
04100 - Latina (LT)
Tel. 0773/691169
Fax - 0773/660099
Email latina@uisp.it
Sito web www.uisp.it/latina

Monterotondo

Piazza Togliatti, 3
00015 - Monterotondo (RM)
Tel. 06/90625117 - 90625666 + Fax
Email monterotondo@uisp.it
Sito web www.uisp.it/monterotondo

Rieti

Piazza G.Oberdan, 13
02100 - Rieti (RI)
Tel. 0746/203990 + Fax
Email rieti@uisp.it
Sito web www.uisp.it/rieti

Roma

Viale Giotto, 16
00153 - Roma (RM)
Tel. 06/5758395
Fax 06/5745009
Email roma@uisp.it
Sito web www.uisp.it/roma

Viterbo

Via Monte Asolone, 4
01100 - Viterbo (VT)
Tel. 0761/333958 - 21861 + Fax
Email viterbo@uisp.it
Sito web www.uisp.it/viterbo

Comitati regionali e territoriali

Abruzzo

Via dei Peligni, 24-26
65127 - Pescara (PE)
Tel. 085/4510342 + Fax
Email abruzzo@uisp.it
Sito web www.uisp.it/abruzzo

Chieti

Via Pola, 35/E
66023 - Francavilla Al Mare (CH)
Tel. 348/4457934 + Fax
Email chieti@uisp.it

L'Aquila

Via S.Sisto, 73/F
67100 - L'Aquila (AQ)
Tel. 340/2988897 + Fax
Email laquila@uisp.it

Pescara

Via Dei Peligni, 24
65127 - Pescara (PE)
Tel. 348/4457935 - 085/4510342 + Fax
Email pescara@uisp.it
Sito web www.uisp.it/pescara

Pratola-Sulm.

Via Discesa Della Schiavona, 6
67035 - Pratola Peligna (AQ)
Tel. 0864/272101 – 329/9185304 - Fax 0864/278483
Email pratola@uisp.it

Teramo

Via Marcacci, 10
64026 - Roseto Degli Abruzzi (TE)
Tel. 339/2125339 - 085/8931221 + Fax
Email teramo@uisp.it

Vasto

C/O Centro Sportivo San Paolo, Via G.Spataro
66054 - Vasto (CH)
Tel. 340/4096290 - 0873/59757 + Fax
Email vasto@uisp.it

Molise

Via Duca D'Aosta, 32
86100 - Campobasso (CB)
Tel. 0874/90745 - Fax 0874/461276
Email molise@uisp.it

Campobasso

Via Duca D'Aosta, 32
86100 - Campobasso (CB)
Tel. 0874/90745 - Fax 0874/461276
Email campobasso@uisp.it

Campania

Corso Umberto I, 381
80138 - Napoli (NA)
Tel. 081/6330691 - 081/268137 + Fax
Email campania@uisp.it
Sito web www.uisp.it/campania

Avellino

Via Serafino Soldi, 26
83100 - Avellino (AV)
Tel. 0825/25373 + Fax
Email avellino@uisp.it

Benevento

Contrada Fontanelle, 122
82100 - Benevento (BN)
Tel. 0824/334326 + Fax
Email benevento@uisp.it

Caserta

Largo San Sebastiano, 7
81100 - Caserta (CE)
Tel. 0823/321670 + Fax
Email caserta@uisp.it
Sito web www.uisp.it/caserta

Eboli Sele Diano

Cilento, Via S.Giovanni, 50
84025 - Eboli (SA)
Tel. 0828/332693 + Fax
Email eboli@uisp.it
Sito web www.uisp.it/eboli

Napoli

Corso Umberto I, 381
80138 - Napoli (NA)
Tel. 081/207250 - Fax 081/268137
Email napoli@uisp.it

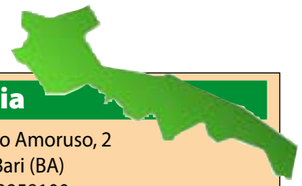
Salerno

Via Cantarella, 1
84100 - Salerno (SA)
Tel. 393/9161813
Email salerno@uisp.it
Sito web www.uisp.it/salerno

Zona Flegrea

Via Pasquale Lubrano, 1
80078 - Pozzuoli (NA)
Tel. 081/5264596 + Fax
Email zonaflegrea@uisp.it
Sito web www.uisp.it/zonaflegrea

Comitati regionali e territoriali



Puglia

Via Mauro Amoruso, 2
70124 - Bari (BA)
Tel. 080/9958100
Fax 080/9958090
Email puglia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/puglia

Bari

Via Mauro Amoruso, 2
70124 - Bari (BA)
Tel. 080/5615657
Fax 080/5042961
Email bari@uisp.it
Sito web www.uisp.it/bari

Barletta

Via Capua, 37
70051 - Barletta (BA)
Tel. 388/1190120
Email bat@uisp.it

Brindisi

C/O Livia Torre Via Cappuccini, 54
72100 - Brindisi (BR)
Tel. 393/2282688 - 348/0020273
Email brindisi@uisp.it

Foggia

C/O Stadio Com. Sottogradinata Viale Ofanto
71100 - Foggia (FG)
Tel. 348/7719229
Fax 0881/686780
Email foggia@uisp.it

Lecce

Via Venezia, 2
73100 - Lecce (LE)
Tel. 0832/318583 + Fax
Email lecce@uisp.it
Sito web www.uisp.it/lecce

Manfredonia

Via E.Toti, 14
71043 - Manfredonia (FG)
Tel. 338/4389640
Fax 0884/512082
Email manfredonia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/gargano

Taranto

Via Veneto, 110
74100 - Taranto (TA)
Tel. 099/7350807 - 372811
Fax 099/7325841
Email taranto@uisp.it
Sito web www.uisp.it/taranto

Valle d'Itria

Via Irene Del Vecchio, 1
74015 - Martina Franca (TA)
Tel. 080/4805759 + Fax
Email valleditria@uisp.it

Basilicata

Via Gattini, 8
75100 - Matera (MT)
Tel. 0835/334076 + Fax

Matera

Via Gattini, 8
75100 - Matera (MT)
Tel. 0835/334076 + Fax
Email matera@uisp.it

Potenza

Vico San Nicola, 16
85025 - Melfi (PZ)
Tel. 0972/238498 + Fax
Email potenza@uisp.it

Calabria

C/O Piscine, Loc. Marinella
88040 - Lamezia Terme (CZ)
Tel. 0968/418528
Fax 0968/418656
Email calabria@uisp.it
Sito web www.uisp.it/calabria

Bianco

Via C.Colombo, 95
89032 - Bianco (RC)
Tel. 0964/911176 + Fax
Email bianco@uisp.it

Castrovillari

C.Da Magnapoco,17
87012 - Castrovillari (CS)
Tell. 320/4304880 - 0981/38380 + Fax
Email castrovillari@uisp.it

Catanzaro

Via Grimaldi, 19
88100 - Catanzaro (CZ)
Tel. 0961/751944
Fax 0961/752938
Email catanzaro@uisp.it

Cosenza

Viale Marconi, Palazzo Grimoli
87100 - Cosenza (CZ)
Tel. 0984/483009 - 348/2490255
Fax 0984/822872
Email cosenza@uisp.it

Crotone

Via Ipazia, 2
88900 - Crotone (KR)
Tell. 0962/072129-30 - Fax 0962/072129
Email crotone@uisp.it
Sito web www.uisp.it/crotone

Lamezia Terme

C/O Piscine - Loc. Marinella
88040 - Lamezia Terme (CZ)
Tel. 0968/418508 + Fax
Email lameziaterme@uisp.it

Reggio Calabria

Via S.Giuseppe, Trav. Vi, 16
89129 - Reggio Calabria (RC)
Tel. 333/4724340 - Fax 0965/58714
Email reggiocalabria@uisp.it

Vibo Valentia

C/O Studio Legale-Avv.Villella
Via Roma, 12/Bis
89812 - Vibo Valentia (CZ)
Tel 0963/45354 + Fax
Email vibovalentia@uisp.it

Comitati regionali e territoriali

Sardegna

Viale Trieste, 69
09123 - Cagliari (CA)
Tel. 070/666518 - 663678 + Fax
Email sardegna@uisp.it

Cagliari

Viale Trieste, 69
09123 - Cagliari (CA)
Tel. 070/659754 + Fax
Email cagliari@uisp.it
Sito web www.uisp.it/cagliari

Nuoro

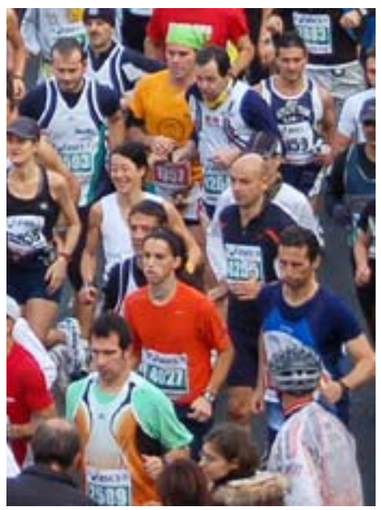
Via Zanardelli, 27
08040 - Lanusei (NU)
Tel. 0782/40620 + Fax
Email nuoro@uisp.it

Sassari

Via M. Zanfarino, 8
07100 - Sassari (SS)
Tel. 079/2825033 + Fax
Email sassari@uisp.it
Sito web www.uisp.it/sassari

Sulcis Inglesiente

Via Campania, 50
09013 - Carbonia (CA)
Tel. 0781/674194
Fax 0781/661541
Email sulcis@uisp.it



Sicilia

Via Bari, 52
90133 - Palermo (PA)
Tel. 091/6629061 + Fax
Email sicilia@uisp.it
Sito web www.uisp.it/sicilia

Agrigento

Via Manzoni, 1
92020 - S.Giovanni Gemini (AG)
Tel. 347/3785701
Email agrigento@uisp.it

Caltanissetta

Via Sallemi, 25
93100 - Caltanissetta (CL)
Tel. 0934/20012 + Fax
Email caltanissetta@uisp.it
Sito web www.uisp.it/caltanissetta

Catania

Via Nepeta, 54
95123 - Catania (CT)
Tel. 095/434121
Fax 095/0936383
Email catania@uisp.it
Sito web www.uisp.it/catania

Enna

Via G.Borremans, 43
94100 - Enna (EN)
Tel. 0935/41831
Fax 0935/531671
Email enna@uisp.it
Sito web www.uisp.it/enna

Giarre

Via Bellini, 52
95014 - Giarre (CT)
Tel. 095/7791198 + Fax
Email giarre@uisp.it
Sito web www.uisp.it/giarre

Marsala

Contrada Torre Lunga Puleo, 381
91025 - Marsala (TP)
Tel. 0923/967379 + Fax
Email marsala@uisp.it

Messina

Via Risorgimento, 210/B
98123 - Messina (ME)
Tel. 090/2934942 + Fax
Email messina@uisp.it
Sito web www.uisp.it/messina

Nebrodi

Piazza Garibaldi, 6
98071 - Capo D'Orlando (ME)
Tel. 0941/901834 + Fax
Email nebrodi@uisp.it

Noto

V.Le Principe Di Piemonte, 106
96017 - Noto (SR)
Tel. 333/3645706
Email noto@uisp.it

Palermo

Via Bari, 52
90133 - Palermo (PA)
Tel. 091/6118846 + Fax
Email palermo@uisp.it
Sito web www.uisp.it/palermo

Pantelleria

Via Taranto, 9
91017 - Pantelleria (TP)
Tel. 0923/913018 + Fax
Email pantelleria@uisp.it

Ragusa

Via Garibaldi, 84
97100 - Ragusa (RG)
Tel. 0932/515998
Fax 0932/867207
Email ragusa@uisp.it

Siracusa

Via Roma, 116
96100 Siracusa (SR)
Tel. 0931/461479 + Fax
Email siracusa@uisp.it

Trapani

Via Argenteria, 7
91016 - Casa Santa Erice (TP)
Tel. 333/3573481
Email trapani@uisp.it
Sito web www.uisp.it/trapani