



*News letter d'informazione delle attività svolte dall'Associazione
Sportiva Dilettantistica NUOVA ATLETICA LASTRA
News Letter n. 19 – Marzo 2011*

www.nuovaatleticalastra.it – E-mail posta@nuovaatleticalastra.it
Distribuzione gratuita via email a tutti gli associati e a chi ne ha fatto richiesta.

Numero 19 – Marzo 2011

Presentazione

Marzo... e già sentiamo profumo di primavera e noi della Nuova Atletica Lastra respiriamo "aria" di Strapazza, anzi de "La...Strapazza"!! Eh sì perché oramai da ben 30 anni la classica lastrigiana si corre a marzo. Questa sarà un'edizione speciale perché è quella del trentennale. Proprio per questo l'ultima parte della news letter l'abbiamo dedicata alla nostra manifestazione. Rinnovo l'invito a tutti a venire a correrla o a darci una mano nell'organizzazione la mattina della corsa, contattateci a: posta@nuovaatleticalastra.it.

Le prossime iniziative dell'associazione

13 Marzo 2011 - Lastra a Signa - Stadio Comunale - Ore 09.30.

"30° La...Strapazza" Corsa Nazionale competitiva su strada di 10 km e non competitiva di 10 e 5 km.

Quest'anno la nostra manifestazione di punta torna non la prima domenica del mese ma eccezionalmente la seconda, domenica 13 marzo. Questa sarà un'edizione speciale, una di quelle in cui per mancare è necessaria un'ottima giustificazione!! Infatti, questa è la trentesima edizione di quella che nel panorama podistico toscano nel corso degli anni è diventata una Competizione con la C maiuscola!! Percorso di 10 km esatti invariato rispetto agli anni precedenti e interamente pianeggiante. Sul nostro sito internet potete vedere il volantino dettagliato.

I risultati dei nostri atleti

Per ragioni di spazio inseriamo soltanto i nomi degli atleti classificati nelle prime tre posizioni per ciascuna categoria. I risultati di tutti gli atleti della nostra associazione sono visibili sul sito internet www.nuovaatleticalastra.it alla sezione "risultati delle gare" e poi "risultati atleti Nuova Atletica Lastra 2010". Raccolta ed elaborazione dati a cura di Marco Marrucchi e Filippo Cenci.

6 Febbraio - Firenze - 25° trofeo Oltrarno.

*3° cat. Argento femminile: **Sarchielli Rossana.***

20 Febbraio - Ponte a Egola (PT) - 1° trofeo cross del cuoio e delle pelli. Valida come campionato regionale UISP di corsa campestre.

*2° cat. Pulcini femm anno 2001: **Luciani Arianna**; 2° cat. Esordienti femm anno 2001: **Ferracani Gaia**; 2° cat. Ragazze anno 1998: **Tani Rebecca**; 3° cat. Ragazze anno 1998: **Mazzoni Sara**; 1° cat. A-20: **Mazzoni Elisa CAMPIONESSA REGIONALE UISP DI CORSA CAMPESTRE 2011**; 1° cat. C-30: **Bendoni Mario CAMPIONE REGIONALE UISP DI CORSA CAMPESTRE 2011**; 1° cat. F-45: **Fusi Andrea CAMPIONE REGIONALE UISP DI CORSA CAMPESTRE 2011**; 1° cat. M-70: **Salvadori Bruno CAMPIONE REGIONALE UISP DI CORSA CAMPESTRE 2011**;*

26 Febbraio - Campi Bisenzio (FI) - 3° prova del Gran Prix categoria esordienti.

*3° cat. Esordienti c anno 2004: **Del Turco Martina.***

Non ce ne vogliate se avessimo dimenticato qualcuno o sbagliato una classifica, ma anzi segnalatecelo!!

Le nostre proposte

Marzo

06 Marzo 2011 - Fucecchio (Fi) - 6° Mezza Maratona di Fucecchio - Ore 09.30 corsa competitiva di 21,097 km, non competitiva 10 km e passeggiata ludico motoria 5 km. (La

nostra opinione: una delle più belle e ben organizzate mezze maratone della Toscana, la città è parata a festa per l'evento, ottima organizzazione, anche se il percorso non è dei più belli ma ognuno, si sa, deve fare i conti con quello che ha a disposizione!!).

06 Marzo - Castiglione del Lago (PG) - 9° Strasimeno Ultramarathon - Ore 09.15 corsa competitiva di 58,040 km, 42,195 km, 30,280 km, 21,097 km e 15,140 km. (*La nostra opinione: ultramaratona e altro in questa classica lungo le rive del lago Trasimeno ad un passo da Arezzo).*

13 Marzo 2011 - Lastra a Signa - Stadio Comunale - Ore 09.30.

"30° La...Strapazza" Corsa Nazionale competitiva su strada di 10 km e non competitiva di 10 e 5 km.

Vedi Sopra.

20 Marzo - Pistoia - XXIII Mezza Maratona Città di Pistoia - Ore 09.30 corsa competitiva nazionale di 21.097 km e non competitiva di 11 km. (*La nostra opinione: è una mezza maratona sempre più partecipata, percorso pianeggiante e veloce, con alcuni passaggi nel centro storico della bella Pistoia. Ottima organizzazione!!).*

27 marzo - La Romola (Firenze). «Corri alla Romola». Semicompettiva di km 14,500 e non competitiva di km 7/1,500 con partenza ore 9.30.

Aprile

03 Aprile - Firenze - 28° Vivicità Half Marathon Firenze - Ore 09.30 corsa competitiva di 21.097 km e non competitiva di 11 km. (*La nostra opinione: partenza da Piazza Santa Croce per la mezza fiorentina che si snoda tutta nel centro storico con due passaggi favolosi in Piazza Signoria, Piazza del Duomo e l'attraversamento del Ponte Vecchio!!).*

E inoltre ricordate le lunghe distanze

02-07 Maggio - Isola D'Elba (LI) -7° Elba Marathon Tour - 4 tappe per complessivi 42,195 km. (*La nostra opinione: è un'occasione per passare 4 giorni all'isola d'Elba in un periodo non affollato ma piacevole*).

08 Maggio - Marciana Marina (LI) - ELBATRAIL - Corsa competitiva di 35 km. (*La nostra opinione: per gli amanti del trail, un'occasione da non perdere. Un eco trail tra i bellissimi paesaggi marini e montani dell'isola d'Elba*).

28-29 Maggio - Firenze-Faenza (RA) - 100 km del Passatore - Ultramaratona di 100 km.

26 Giugno - Pistoia - 35° Pistoia-Abetone - Ultramaratona di 50, 30 e 14 km.

Donazione sangue **FRATRES**

In accordo con il **Gruppo Donatori Sangue Frates G. Nesi** di Lastra a Signa siamo a segnalare a tutti i nostri atleti, soci, allenatori, genitori, amici e parenti i giorni di donazione nel nostro territorio comunale. Se avete 18 anni non esitate, il sangue è importante e non è possibile riprodurlo meccanicamente occorre la donazione. Vieni anche tu a contribuire alla buona salute degli altri e a controllare periodicamente e gratuitamente la tua!! www.fratreslastra.org Donazioni presso il centro fisso di Lastra a Signa (Misericordia) Vicolo della Misericordia, 75 - Lastra a Signa (Fi) info: 0558725123. **Ogni ultima domenica del mese** nell'orario 08.00 - 10.30 ed i seguenti giorni:

Domenica 6 = Lastra a Signa, sangue e plasma

Domenica 27 = Lastra a Signa, sangue e plasma

Spazio ragazzi

Il mese di febbraio vi ha visto partecipare a diverse manifestazioni sparse per la Toscana tra campestri e indoor, qualcuno di voi è anche salito sul podio (vedi i risultati dei nostri atleti e sul nostro sito internet). Bravi ragazzi siamo fieri di voi. Ogni corsa è un magico momento di sano agonismo, in cui siete solo voi contro i vostri amici/avversari e dove potete contare solo sulle vostre forze. È il momento in cui raccogliete quello che avete seminato in allenamento, un momento che vi farà crescere in esperienza e maturità. Vi aspettiamo tutti domenica prossima (il 7 marzo) alla nostra corsa "La...Strapazza", e se non ve la sentite di fare i 10 km del percorso potete correre i 5 km o aiutarci nell'organizzazione o semplicemente fare una bella passeggiata e vedere una bella corsa comodamente seduti sugli spalti dello stadio!! Mentre vi vogliamo tutti a gareggiare il 16 aprile sempre presso il nostro stadio per l'ultima prova del grand prix riservato alla categoria esordienti.

La foto del mese

MARZO 2011



Titolo: *...emozioni...*

Soggetto: *le nostre allenatrici Nadia e Daniela.*

Luogo: *Cena sociale presso il circolo ARCI Le Cascine.*

Data: *07/12/2010*

Fotografo: *Marco Chiari*

I vostri racconti

Questa è una sezione dedicata ai vostri racconti, alle vostre esperienze, insomma a tutto quello che vi è capitato e volete raccontarcelo. Scriveteci a: posta@nuovaatleticalastra.it

La...Strapazza

Nel 2011 la nostra corsa festeggia il trentennale... Eh sì perché questa corsa nacque nel lontano 1982 dall'allora *Unione Sportiva Arno* poi divenuta *Polisportiva Lastra a Signa*. I primi tre anni era una corsa non competitiva denominata "*Passeggiata ecologica*" mentre dal 1986 diveniva competitiva. Tanti i vincitori che si sono susseguiti nel tempo, se guardiamo l'albo d'oro troviamo nomi famosi come *Alessandro Lambruschini* (medaglia di bronzo alle Olimpiadi di Atlanta 1996 nei 3000 siepi) e *Roberto Barbi* (nazionale italiano a varie competizioni internazionali) solo per citarne alcuni. Atleti provenienti da varie parti d'Italia ma non solo come per esempio il marocchino Taqui Mohamed vincitrice più volte. Il percorso nel corso delle varie edizioni è cambiato più volte e si è insinuato in lungo ed in largo nel territorio lastrigiano. Ha costeggiato le mura trecentesche del Brunelleschi, si è inerpicato sulle ridenti colline di Bellosguardo, di Malmantile, di Calcinaia e di San Romolo, ha attraversato la zona industriale ed il nuovo parco fluviale. Da qualche anno è diventato pianeggiante e molto veloce, si snoda esattamente per 10 km con partenza dal campo sportivo di Lastra a Signa in via dello stadio di fianco al palazzetto dello sport e s'inoltra nel Parco Fluviale che per l'occasione si veste di fiori e profumi primaverili per proseguire poi nella zona industriale, libera dalle macchine, per rientrare verso il centro cittadino costeggiando le maestose mura del Trecento con Porta Pisana, il Portone di Baccio e Porta Fiorentina per poi tornare verso lo stadio e da qui ancora una volta lungo il percorso precedente per poi al termine del secondo giro effettuare gli ultimi trecento metri nella pista dello stadio dove è posto il traguardo.

Albo d'oro

Dal **1982** al **1985** Passeggiata Ecologica non competitiva"

- 1986** 1° Ass. Franchi Giuseppe - D.L.F. Cremona
- 1987** 1° Ass. Modena Luigi - Atletica Castello
1° Fem. Giallini Franca - ASSI Firenze
- 1988** 1° Ass. Olearca Pasquale - Polisportiva Lastra a Signa
1° Fem. Cecconi Susanna - G.S. Maiano
- 1989** 1° Ass. Corti Giovanni - Atletica Mugello
1° Fem. Bankowska Ann - U.P. Isolotto
- 1990** 1° Ass. Nasini Emiliano - A.R.P. 85 Pescara
1° Fem. Zacchei Sabrina - ASSI B. T.
- 1991** 1° Ass. Giorgi Luca - Atletica Castello
1° Fem. Zacchei Sabrina - ASSI B. T.
- 1992** 1° Ass. Cassi Roberto - Atletica Sangiovese
1° Fem. Dallai Russiana - Atletica Signa
- 1993** 1° Ass. Preiti Sisto - Polisportiva Lastra a Signa
1° Fem. Dallai Russiana - Atletica Signa
- 1994** 1° Ass. Panichi Luca - Atletica Toscana
1° Fem. Gabrielli Elisa - Fiat Sud Formia
- 1995** 1° Ass. Di Vico Cristiano - Atletica Castello
1° Fem. Zacchei Sabrina - Atletica Castello
- 1996** 1° Ass. Lambruschini Alessandro - FF.OO-PD
1° Fem. Bernabei Francesca - CUS Bologna
- 1997** 1° Ass. Betti Samuele - Atletica Sestese
1° Fem. Botticelli Silvia - CUS Ferrara
- 1998** 1° Ass. Barbi Roberto - Atletica Castello
1° Fem. De Pasquale Silvana - Atletica Caript
- 1999** 1° Ass. Barbi Roberto - Atletica Castello
1° Fem. Botticelli Silvia - CUS Ferrara
- 2000** 1° Ass. Treve Mattia - Pol Aurora - Udine

- 1° Fem. Sedoni Romina - ASCS Fedi - Pistoia*
- 2001** *1° Ass. Nscimirimana Joachin K.- Toscana Atletica*
1° Fem. Sedoni Romina -FIAT Sud Formia - Latina
- 2002** *1° Ass. Alessandrini Stefano - Centro Torri - Padova*
1° Fem. Dallai Russiana - Team Sahara - Livorno
- 2003** *1° Ass. Taqui Mohamed Marocco - Atletica Castello*
1° Fem. Sedoni Romina - Team Lotti al Q.
- 2004** *1° Ass. Taqui Mohamed Marocco - G.S. Il Fiorino*
1° Fem. Jazzelli Emma - G.S. Lammari
- 2005** *1° Ass. Treve Mattia - G.S. Città di Sesto*
1° Fem. Jazzelli Emma - G.S. Lammari
- 2006** *1° Ass. Taqui Mohamed Marocco - G.S. Alpi Apuane*
1° Fem. Vannucci Veronica - ASD Montemurlo
- 2007** *1° Ass. Taqui Mohamed Marocco - G.S. Orecchiella*
1° Fem. Vannucci Veronica - Atletica Vinci
- 2008** *1° Ass. Napoli Alessandro - G.S. Il Fiorino*
1° Fem. Fiaschi Laura - G.S. Atletica Signa
- 2009** *1° Ass. Santangelo M. - Atletica Castello*
1° Fem. Angella Rachele - Cover Mapei
- 2010** *1° Ass. Picchi Juri - Atletica Futura*
1° Fem. Marchetti Daniela - Atletica 2005
- 2011** **TRENTESIMA EDIZIONE**

Appuntamento al prossimo numero di Aprile

Questa News letter è spedita gratuitamente via email, chiunque voglia iscriversi o cancellarsi lo comunichi a: posta@nuovaatleticalastra.it

La News Letter n. 19 del mese di marzo 2011 è stata postata a n. 113 indirizzi email.

Le News Letter dei mesi precedenti le potete trovare sul sito www.nuovaatleticalastra.it alla sezione "news letter".

Redatto in proprio dall'ASD Nuova Atletica Lastra a cura di Filippo Cenci. Hanno collaborato a questo numero: Giampiero Monti, Marco Marrucchi e Marco Chiari.