



*News letter d'informazione delle attività svolte dall'Associazione
Sportiva Dilettantistica NUOVA ATLETICA LASTRA
News Letter n. 33 –Maggio 2012*

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

Numero 33 – Maggio 2012

Presentazione

Con il mese di maggio le giornate raggiungono il loro culmine di luce e possiamo permetterci di allenarci fino a tardi, iniziano inoltre, le prime notturne. In questo periodo dell'anno sono molte le persone che si cimentano nella corsa per essere pronti alla prova "costume" e che puntualmente abbandoneranno non appena giungeranno i primi caldi. Bhè noi non ci scoraggiamo e vi abbiamo già predisposto delle interessanti iniziative per i prossimi mesi, che potrete vedere più avanti. Intanto vi aspettiamo grandi (per aiutarci) e piccini (per correre) all'ultima prova del grand prix riservato alle categorie esordienti, che ci sarà venerdì prossimo con ritrovo dalle 17.30 presso lo stadio comunale lastrigiano. Un'edizione questa che entra nelle iniziative per la settima edizione della "*Festa dello Sport di Lastra a Signa*". Inoltre mercoledì 23 maggio ospiteremo il campionato provinciale FIDAL Tetrathlon 2012 riservato alla categoria Ragazzi/e, che si terrà sempre presso lo stadio comunale lastrigiano.

Le prossime iniziative dell'associazione

04 Maggio 2012- Lastra a Signa - Stadio comunale. 5° Prova del GRAND PRIX.

Manifestazione riservata alle categoria esordienti maschile e femminile. Ritrovo ore 17.30.

Torna anche quest'anno presso il campo sportivo di Lastra a Signa il GRAND PRIX, riservato alla categoria esordienti. Venite a vedere il programma sul nostro sito internet.

18-19-20-21 Maggio 2012 - Lastra a Signa - Stadio comunale

17° Tetrathlon "Città di Lastra" manifestazione di Atletica Leggera su pista riservata alle classi 4° e 5° Elementare del Circolo Didattico di Lastra a Signa. Premiazioni sabato 9 giugno presso il Palazzetto dello Sport di Lastra.

Prosegue anche per l'anno scolastico 2011/12, nonostante i ripetuti tagli alla scuola su tutti i fronti ed in particolar modo alle attività sportive, la nostra collaborazione con il circolo didattico di Lastra a Signa. Questa collaborazione prevede lo svolgimento in classe di alcune lezioni teoriche a cura dei nostri allenatori e culmina con la prova sul campo. Infatti, a turnazione gli atleti aderenti al progetto si misureranno in quattro prove che decreteranno una classifica a punteggio. Premiazioni per il primo sabato di giugno presso il palazzetto dello sport. Anche quest'anno l'ASD Nuova Atletica Lastra si è accollata le intere spese del progetto. Questo per perseguire lo scopo dell'associazione di educare i giovani lastrigiani all'atletica facendo conoscere più approfonditamente questo sport individuale che rimane sempre più e ingiustamente nell'ombra.

23 Maggio 2012- Lastra a Signa - Stadio comunale. Campionato provinciale TETRATHLON - RAGAZZI/E 2012. Manifestazione di atletica leggera su pista riservata alle categoria RAGAZZI e RAGAZZE.

Anche quest'anno la FIDAL provinciale ci ha onorati dell'organizzazione del campionato provinciale Tetrathlon 2012 riservato alla categoria Ragazzi/e. Organizzare competizioni provinciali riservate alle categorie giovanili è un grosso onere dal punto di vista organizzativo e logistico ma è anche un nostro obiettivo proseguendo una delle nostre finalità che è quella di contribuire, nel nostro piccolo, alla formazione fino alla maturità sportiva di giovani atleti del territorio fiorentino. Venite a vedere il programma sul nostro sito internet.

19 Giugno 2012 - San Angiolo a Lecore - Frazione di Campi Bisenzio. 31° "FESTA DELLO SPORT". Ore 20.30 partenza dal circolo SMS di S. Angiolo a Lecore. Corsa su

strada competitiva di Km 9 e camminata ludico motoria di km 6. Anche quest'anno la nostra associazione darà una mano agli amici del *Circolo SMS S. Angiolo a Lecore* nell'organizzazione di questa corsa competitiva notturna all'interno della "*Festa dello Sport*". Dopo la manifestazione stand gastronomico a disposizione per i podisti e piatto di pasta offerto per tutti i partecipanti.

21 Giugno 2012 - Malmantile - Frazione di Lastra a Signa. 4 TROFEO "SU PE' I POGGI CO' I LEO" Ore 20.30. Partenza dalla piazza centrale di Malmantile. Corsa su strada semicompetitiva di Km 8 e non competitiva di km 8 e 5. Dopo il successo delle prime edizioni quest'anno si cerca di replicare. Percorso invariato e organizzazione già testata per passare una piacevole serata tra amici e per finire tutti alla sagra della "ficattola". Ricordiamo infine che il ricavato sarà devoluto in beneficenza all'associazione Onlus Trisomia21 di Firenze.

19 Luglio 2012 - Lastra a Signa. 3° TROFEO "CORRILASTRA" - 2° TROFEO IL CUORE SI SCIUGLIE. Ore 20.15 corsa su strada non competitiva di Km 8,6 e 4. Continua la collaborazione tra la nostra società e l'UNICOOP FIRENZE con la Onlus *IL CUORE SI SCIUGLIE*. La partenza ed il ritrovo saranno presso il parcheggio dell'Ipercoop di Lastra a Signa. Ricchi premi a sorteggio e l'intero ricavato sarà devoluto al *CUORE SI SCIUGLIE*.

02 Agosto 2012 - Lastra a Signa. 3° Trofeo Festa alle Cascine. Ore 20.15 corsa su strada non competitiva di Km 8. La partenza e il ritrovo saranno presso il Circolo ARCI Le Cascine in via del Prato 1 a Lastra a Signa. Percorso collinare sulle colline lastrigiane al tramonto con un passaggio davanti alla Villa di Bellosguardo che fu del tenore Caruso.

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 2011". Raccolta ed elaborazione dati a cura di Marco Marrucchi e Filippo Cenci.

01 Aprile 2012 - Carrara (MS) - Stracarrara.10km.

2° cat. Veterani: *Bouzid Rhida.*

01 Aprile 2012 - Massa e Cozzile (PT) - Maratonina del Ghibellino. 11km.

3° cat. veterani: *Iacopetti Giuseppe.*

09 Aprile 2012 - Prato - Mezza Maratona Città di Prato. 21,097km.

1° cat. veterani: *Bouzid Rhida.*

15 Aprile 2012 - Firenze - Firenze Half Marathon vicinà. 21,097km.

1° cat. veterani: *Bouzid Rhida.*

15 Aprile 2012 - Pistoia - City run 10000. 10km.

2° cat. Argento F: *Sarchielli Rossana.*

22 Aprile 2012 - Campi Bisenzio (Fi) - 1° Trofeo Vivifrates. 13,5km.

3° cat. Assoluti F: *Dore Barbara*; 3° cat. Assoluti M: *Bitossi Marco*; 1° cat. Veterani M: *Bouzid Rhida.*

25 Aprile 2012 - Bonelle - Maratonina di Bonelle. 21,097km.

1° cat. veterani: *Bouzid Rhida.*

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

Le nostre proposte

Maggio

04 Maggio 2012- Lastra a Signa - Stadio comunale. 5° Prova del GRAND PRIX.

Manifestazione riservata alle categoria esordienti maschile e femminile. Ritrovo ore 17.30. Vedi sopra.

06 Maggio -Calenzano - 35° Trofeo Podisti Cadenzano - Ore 09.00 dalla casa del popolo di Calenzano, corsa competitiva di 13 km e non competitiva di 13 e 5 km.

08 Maggio - Firenze - 11° Trofeo S. Ariani - Ore 20.30 dal circolo Le Panche in Via Caccini, corsa semicompetitiva a coppie di 7 km. (*La nostra opinione: La prima notturna fiorentina. Per passare una piacevole serata in allegria, i due amici podisti dovranno correre insieme, aspettarsi e supportarsi a vicenda ed arrivare insieme!! Inoltre il percorso si svolge lungo le ripide e bellissime stradine di Carreggi alto con una vista mozzafiato su Firenze e Monte Morello!!*).

13 Maggio - Firenze - 40° Guarda Firenze - Ore 09.30 partenza e arrivo a Piazza del Duomo corsa non competitiva di 10 km. (*La nostra opinione:la classica di primavera, una non competitiva di gran classe!!*).

18-19-20-21 Maggio 2012 - Lastra a Signa - Stadio comunale. 17° Tetrathlon "Città di Lastra" manifestazione di Atletica Leggera su pista riservata alle classi 4° e 5° Elementare del Circolo Didattico di Lastra a Signa. Premiazioni sabato 9 Giugno presso il Palazzetto dello Sport di Lastra. Vedi sopra.

23 Maggio 2012- Lastra a Signa - Stadio comunale. Campionato provinciale TETRATHLON - RAGAZZI/E 2012. Manifestazione di atletica leggera su pista riservata alle categoria RAGAZZI e RAGAZZE. Vedi sopra.

26 Maggio -Sesto F.no - Corriamo Insieme per la Ricerca - Ore 09.30 dal polo scientifico di Sesto F.no, corsa non competitiva di 12 e 6 km.

26-27 Maggio - Firenze-Faenza (RA) - 40° 100 km del Passatore - Ultramaratona di 100 km. (*La nostra opinione: sicuramente l'ultramaratona più famosa in Italia e in Europa, 100 km faticosi ma allo stesso tempo emozionanti, solo per podisti super esperti e con notevoli doti di resistenza!! Però passare tutta la notte a correre ha certamente il suo fascino...*).

27 Maggio - Firenze - DeeJayTeen- Ore 09.30 da Piazza Santa Croce, corsa competitiva di 10 km e non competitiva di 5km. (*La nostra opinione: da Milano la DeeJay Teen ha traslocato a Firenze, che a parole di Linus, presente anche lui, è una città perfetta per correre. Corsa in pieno centro storico che quest'anno parte da Piazza Santa Croce e ricalca un po' il percorso della Guarda Firenze!!*).

E inoltre ricordate le lunghe distanze

24 Giugno - Pistoia - 36° Pistoia-Abetone - Ultramaratona di 50, 30 e 14 km.

14 Luglio - Il Pinone - Carmignano (PO) - 2° Ecomaratona di Solidarietà Fonte di Pietramarina. Maratona trail competitiva di 42,195km e non competitiva di 5,3; 10 e 24 km. Sui sentieri del Montalbano al tramonto. Partenza ore 15.30. (*La nostra opinione: Buona organizzazione, percorso duro in gran parte su sentieri, organizzato in circuito da ripetersi più volte, oltre a una buona resistenza fisica è fondamentale un'inossidabile resistenza mentale per resistere alla diabolica tentazione di fermarsi prima di riaffrontare il prossimo durissimo giro!!*)

Donazione sangue  **FRATES**



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 e i seguenti giorni:

Sabato 19 Maggio 2012 = Ginestra F.na ore 8-10.30, solo sangue. (presso le scuole elementari, via Chiantigiana 28).

Domenica 20 Maggio 2012 = Ginestra F.na ore 8-10.30, solo sangue. (presso le scuole elementari, via Chiantigiana 28).

Domenica 27 Maggio 2012 = Lastra a Signa ore 8-10.30, sangue e plasma. (presso la Misericordia, vicolo della Misericordia, 75)

E ogni mattina presso l'ospedale di Torregalli o al Mayer.

Spazio ragazzi

Carissimi ragazzi, nel mese di aprile avete preso d'assalto i campi sportivi e le piste d'atletica della nostra bella provincia!! Bravi!! Siamo fieri di voi, avete dato il vostro meglio!! Queste sono esperienze che rimarranno dentro di voi e vi faranno crescere. Vi aspettiamo ancora numerosi ai prossimi appuntamenti che in questo scorcio di primavera non mancheranno. Soprattutto vi attendiamo tutti venerdì prossimo al campo sportivo, se siete della categoria esordienti potrete difendere i colori lastrigiani altrimenti potrete fare il tifo per i vostri compagni o aiutarci nell'organizzazione. Mentre per quanto riguarda la categoria dei ragazzi e delle ragazze saranno impegnati mercoledì 23 maggio nel Tretrathlon valido come campionato provinciale FIDAL 2012. Vi terremo aggiornati via email per quanto riguarda i programmi, voi in ogni modo ogni tanto date una ciccata sul nostro sito e su FaceBook. Un imbrocchio a tutti!!

La foto del mese

APRILE 2012



Titolo: *Primo podioli!!*

Soggetto: *Podio*

esordienti C. Atleta ASD

Nuova Atletica Lastra

Savioli Andrea

Luogo: *Sesto Fiorentino.*

Data: *24/03/2012*

Fotografo: *Civai (su sua autorizzazione).*

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

Aspettiamo le vostre email

Appuntamento al prossimo numero di Giugno

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

La News Letter n. 33 del mese di Maggio 2012 è stata postata a n. 60 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.