



News letter d'informazione delle attività svolte dall'Associazione Sportiva Dilettantistica NUOVA ATLETICA LASTRA
News Letter n. 34 –Giugno 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 34 – Giugno 2012

Presentazione

Il caldo è arrivato e l'estate è alle porte, molte corse si trasferiscono in notturna e continuano gli appuntamenti in pista con i vari campionati. Le competizioni sportive quest'estate certo non mancheranno nell'area fiorentina, il calendario degli eventi è lunghissimo. Noi dell'Atletica Lastra ci mettiamo del nostro e vi aspettiamo ai nostri appuntamenti per passare dei bei momenti insieme. Martedì 19 giugno ci sarà la 30° edizione della "Festa dello Sport " a S. Angelo a Lecore Campi Bisenzio (FI), dove aiuteremo gli amici del circolo SMS ad organizzare una notturna competitiva di 9 km, e all'arrivo pasta party per tutti i podisti! Secondo appuntamento giovedì 21 giugno a Malmantile, dove si disputerà in notturna, la quarta edizione de "Su pè ì Poggi cò ì Leo" da dirsi alla toscana mi raccomando! Dopo il successo delle scorse edizioni gli amici di Malmantile cercheranno di ripetersi e, anzi, migliorarsi, pertanto vi aspettiamo numerosi per una serata di sport, spensieratezza, solidarietà (l'intero ricavato andrà in beneficenza all'Onlus *Trisnomia 21* di Firenze) e golosità (all'arrivo ci aspettano gli stand della sagra della *ficattola!!!*). Altro appuntamento da segnare in agenda, in notturna il 19 luglio con la terza edizione di "Corri Lastra " e secondo trofeo "Il Cuore si scioglie", continua la nostra collaborazione con l'UNICOOP Firenze nel progetto "Il Cuore si scioglie " dedito all'adozione a distanza. Punto di partenza e arrivo, presso il parcheggio dell'Ipercoop, il percorso, molto apprezzato dagli amici podisti, sarà collinare con saliscendi e splendidi passaggi nelle ridenti colline lastrigiane al tramonto, con passaggi anche in bosco. Anche questa corsa sarà nel segno della solidarietà e il ricavato sarà interamente devoluto al progetto del "Cuore si scioglie ", a fine manifestazione, inoltre, ci saranno dei premi a sorteggio fra i podisti, alcuni anche di notevole valore e prestigio. Ultimo appuntamento

sempre in notturna, sarà la corsa voluta dagli amici del circolo ARCI Le Cascine in occasione della loro festa. Giovedì 2 agosto si terrà una corsa non competitiva di 8 km sul già testato e apprezzato percorso sulle romantiche colline lastrigiane al tramonto, con un passaggio davanti alla Villa che fu di Caruso. A seguire stand gastronomici a disposizione per gli affamati corridori.

Ma non solo di corse è composto il nostro carnet di appuntamenti, infatti, sabato 9 giugno prossimo si terrà alle 10.30 presso il palazzetto dello sport della Lastra la premiazione del Triathlon Città di Lastra svolto nel mese di maggio e riservato agli alunni delle classi quarte e quinte elementari del circolo didattico lastrigiano. Progetto che la nostra associazione ha proseguito anche per l'anno scolastico 2011/12, nonostante i ripetuti tagli alla scuola su tutti i fronti ed in particolar modo alle attività sportive. Questa collaborazione ha previsto lo svolgimento in classe di alcune lezioni teoriche a cura dei nostri allenatori ed è concluso con la prova sul campo. Infatti, a turnazione gli atleti aderenti al progetto si sono misurati in tre prove che hanno decretato una classifica a punteggio. Questo per perseguire lo scopo dell'associazione di educare i giovani lastrigiani all'atletica facendo conoscere più approfonditamente questo bellissimo sport individuale.

Vi aspettiamo a questi appuntamenti e alle altre corse a *zozzo* per la Toscana.

Le iniziative dell'associazione dello scorso mese

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

Manifestazione riservata alle categoria esordienti maschile e femminile.

In una tiepida serata primaverile il campo sportivo lastrigiano si è popolato di allegri giovani atleti in occasione dell'ultima prova del "Gran Prix 2011/2012 " manifestazione ludico motoria riservata alla categoria esordienti, organizzata dalla nostra associazione. Lo stadio del capoluogo lastrigiano è stato gioiosamente invaso da ben 185 giovani atleti appartenenti alle categorie esordienti A (nati/e nel 2001/2002), B (nati/e nel 2003/2004) e C (nati/e nel 2005/2006). Le competizioni in programma erano differenti secondo la categoria

d'appartenenza: gli atleti più giovani (nati/e nel 2005/2006) si sono cimentati nei 100 mt ostacoli e nel lancio della palla da 1kg, quelli più grandicelli (nati/e nel 2003/2004) sui 120 mt ostacoli e nel lancio della palla da 1kg. Infine gli esordienti nati nel 2001/2002 hanno gareggiato: i maschi nei 150 metri ostacoli e nel salto in lungo mentre le femmine nei 150 metri ostacoli e nel lancio della palla da 2 kg. Dicevamo un pomeriggio all'insegna dello sport giovanile che ha interessato oltre duecento bambini provenienti da tutta la provincia fiorentina e che ha coinvolto tutti i settori dello stadio oltre ad un folto pubblico, fatto da accompagnatori, genitori e allenatori delle giovani promesse dell'atletica fiorentina, assiepati nelle tribune. Nonostante il gran numero di atleti l'organizzazione è riuscita a portare a compimento la serata di sport in poco più di due ore. La manifestazione si è terminata con la premiazione di tutti i partecipanti cui è stata consegnata una medaglia ricordo e con l'assegnazione di un ulteriore premio ai primi dieci arrivati di ciascuna categoria. L'ASD Nuova Atletica Lastra ringrazia tutti i partecipanti e i nostri collaboratori che hanno reso possibile la manifestazione e ricorda che sul nostro sito internet www.nuovaatleticalastra.it sono presenti tutte le classifiche.

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. Presso il campo sportivo lastrigiano si sono presentati 117 atleti per affrontare quattro prove: velocità nei 100 mt piani, lancio del vortex, salto in lungo e 600 mt piani. Dal punto di vista organizzativo è sempre un bell'impegno organizzare una manifestazione del genere ma gli sforzi dei nostri collaboratori sono stati ripagati dalla perfetta riuscita anche in tempi rapidi. Ringraziamo pertanto tutti coloro che col loro tempo e impegno hanno contribuito a rendere la competizione perfetta. Sul nostro sito potete trovare tutte le classifiche.

17° Triathlon Città di Lastra. Manifestazione di atletica leggera riservata agli studenti delle 4 e 5 elementari del circolo didattico di Lastra a Signa. Maggio 2012 Stadio di Lastra a Signa.

Si è svolta anche quest'anno la consueta manifestazione di avviamento all'atletica leggera in collaborazione con la direzione didattica di Lastra a Signa riservata agli studenti delle quarte e quinte classi elementari delle scuole lastrigiane. I 193 studenti partecipanti si sono cimentati presso il campo sportivo in tre prove: velocità con i 50 mt piani, nel salto in lungo e nel lancio del vortex. Risultati e classifiche sono consultabili nel nostro sito internet. L'iniziativa è il frutto di un ormai consolidato accordo tra la nostra associazione e la direzione didattica lastrigiana per far conoscere ai giovani alunni l'atletica leggera. Oltre alla competizione finale nel corso dell'anno scolastico i nostri allenatori si sono recati nelle scuole per alcune lezioni di atletica leggera. Vi aspettiamo sabato prossimo alle 10.30 presso il palazzetto dello sport per le premiazioni.

Le prossime iniziative dell'associazione

19 Giugno 2012 - Sant'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 Trisonomia21 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 l'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 Maggio 2012 - Giro podistico Costa degli Etruschi.

1° cat. MM45: [Torracchi Aldo](#).

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

3° cat. Esordienti C masch: [Tozzi Carlo](#). 1° cat. Esordienti A masch: [Del Pela Tommaso](#).

05 Maggio 2012 - San Pierino - Fucecchio - 8 corsa di contrada. 10km.

2° cat. veterani: [Bouzid Rhida](#).

08 Maggio 2012 - Firenze - 11 c Trofeo Ariani. Corsa a coppie. 8km.

3° cat. assoluto: [Tredici Massimo-Torracchi Aldo](#).

1° cat. veterani: [Bouzid Rhida-Fusi Andrea](#).

12 Maggio 2012 - Campi Bisenzio (FI) - Campionato Provinciale esordienti.

1° cat. Esordienti A femm: [Scarselli Eleonora](#). 3° cat. Esordienti A masch: [Barucci Edoardo](#).

12 Maggio 2012 - Pappiana (LU) - 11 Rossini Corre.

3° cat. argento: [Cernicchiaro Nicola](#).

13 Maggio 2012 - Pistoia - 7 Pistoia CorriDonna. 7km

3° cat. Argento F: [Sarchielli Rossana](#).

20 Maggio 2012 - Laviosa - Livorno. 33 CorriPrimavera. 12,860km.

1° cat. veterani: [Bouzid Rhida](#).

27 Maggio 2012 - Agliana (PT) - 26 Scarpinata del Granocchio. 13,2km

1° cat. argento: [Cernicchiaro Nicola](#).

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

[Le nostre proposte](#)

[Giugno](#)

10 Giugno 2012 - Catena - Frazione di San Miniato (FI). 15 PESTICCIATA BIANCOGIALLA Ore 08.30. Partenza dalla Casa del Popolo di Catena. Corsa su strada non competitiva di Km 3, 6, 12, 18, 25 e 35.

10 Giugno 2012 - Signa (FI). 35 "Trofeo Podisti C.R. Colli Alti" Ore 09.00. Partenza dalla Circolo Colli Alti. Corsa su strada competitiva di 12km e non competitiva di Km 1,5, 6, 12. *(La nostra opinione: corsa che si snoda su un percorso collinare misto tra asfalto e sterrato, buona organizzazione).*

17 Giugno 2012 - Barberino di Mugello (FI). 9 "CORRILAGO" Ore 09.00. Partenza dal circolo ARCI in piazza Cavour. Corsa su strada semicompetitiva di Km 12 e non competitiva di 6 km oltre a minirun di 1km.

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. Vedi sopra.

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. Vedi sopra.

23 Giugno 2012 - Firenze. 73 NOTTURNA DI SAN GIOVANNI Ore 21.00. Partenza da Piazza del Duomo. Corsa su strada competitiva di Km 10 e non competitiva, family run, di km 4. *(La nostra opinione: è una delle corse podistiche più antiche d'Italia con le sue 72edizioni!! Percorso tutto nel centro storico fiorentino, è la notturna più partecipata della Toscana. Da segnare sicuramente in agenda. Il percorso è veloce e con l'incitazione del folto pubblico si può puntare al personale sui 10.000 mt!!).*

24 Giugno - Pistoia - 37° Pistoia-Abetone. Ultramaratona di 50, 30 e 14 km. Partenza alle ore 07.30 dalla Piazza del Duomo di Pistoia. *(La nostra opinione: 50 km son tanti e in*

particolare questi... con interminabili salite e massacranti discese spacca ginocchi... gli ultimi 17 km tutti in salita poi sono crudeli e spietati... ma arrivare in cima potete star certi che è una soddisfazione unica...!! Per podisti esperti... ma l'importante oltre ad avere un buon allenamento è avere testa e ... cuore...).

E inoltre ricordate le lunghe distanze

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!!)

17 Settembre - Borgo San Lorenzo (FI) - 38° Maratona del Mugello - Maratona competitiva di 42,195, e non competitiva di 26 km. Partenza alle ore 14.00 da Borgo San Lorenzo. (***La nostra opinione:*** la maratona più antica d'Italia parla Toscano!! Percorso impegnativo, soprattutto nella prima parte, ma affascinante con splendidi passaggi nel castello di Scarperia e sulle affascinanti colline della Romola, una visione che ripaga delle fatiche fatte per affrontare le salite!! Quest'anno poi è previsto un passaggio all'interno dell'Autodromo del Mugello!! Buona organizzazione ma percorso parzialmente aperto al traffico.).

Donazione sangue  **FRÀRES**



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:

Domenica 17 Giugno 2012 = Lastra a Signa ore 8-10.30, sangue e plasma. (presso la Misericordia, vicolo della Misericordia, 75)

Domenica 24 Giugno 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 ragazze e ragazzi, siamo quasi arrivati alla fine della stagione. Siete contenti dei risultati ottenuti? Noi della Nuova Atletica Lastra siii, avete gareggiato in diversi campi sportivi sparsi per la Toscana, alcuni di voi sono giunti sul podio ma tutti si sono battuti con lealtà e grinta, v'incitiamo a continuare su questa strada. Mi raccomando mantenete l'allenamento anche nei mesi estivi, magari andando a nuotare o fare delle belle camminate in montagna in campagna o al mare, venite in ogni modo a trovarci al campo sportivo dove siamo sempre presenti per chi vuole allenarsi anche d'estate! Prendete accordi con i nostri allenatori e responsabili.

La foto del mese

GIUGNO 2012



Titolo: *Buone Vacanze!!!*

Soggetto: *Gruppo di giovanissimi atleti ASD Nuova Atletica Lastra*

Luogo: *Lastra a Signa.*

Data: *04/05/2012*

Fotografo: *Luigi Inverso (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 Luglio

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

La News Letter n. 34 del mese di Giugno 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.