



*News letter d'informazione delle attività svolte dall'Associazione
Sportiva Dilettantistica NUOVA ATLETICA LASTRA
News Letter n. 36 – Agosto 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 36 – Agosto 2012

Presentazione

La nostra News Letter compie tre anni!! Oggi possiamo affermare che quest'opuscolo informatico/informativo è apprezzato, soprattutto là dove parliamo dei risultati dei nostri atleti e sulle nostre iniziative. Questa news letter ha lo scopo di aggiornarvi su cosa facciamo, sui risultati degli atleti e sulle varie corse sparse nella zona oltre a tentare di intrattenervi per 5 minuti. Online siamo inoltre presenti con il nostro sito internet www.nuovaatleticalastra.it costantemente aggiornato, e nel famoso social network *Facebook* con il Gruppo *Nuova Atletica Lastra*. Con questi strumenti uniti alla posta elettronica possiamo raggiungere ovunque i nostri iscritti e in tempi brevissimi aggiornarli sulle news inerenti all'associazione, sulle varie iniziative e sui loro risultati agonistici. Per avere un'idea se questi mezzi funzionano o meno, a scopo statistico vi diciamo che la nostra pagina su *FaceBook* ha attualmente 161 iscritti, la *News Letter* è inviata a 70 indirizzi email e il nostro sito internet ha avuto oltre 60.000 visitatori. Andando a vedere quali sono le pagine più visitate, non vi nascondo che siamo rimasti piacevolmente sorpresi scoprendo quali sono gli argomenti che più attraggono, vi facciamo una breve classifica dei 5 articoli più letti:

- 1) con 6771 visite: "*Le discipline dell'atletica leggera. Storia e ordinamento*";
- 2) con 3186 visite: "*Breve storia dell'atletica leggera*";
- 3) con 2729 visite: "*Risultati degli atleti nuova atletica lastra dal 2008 al 2012*"
- 4) con 2472 visite: "*Le nostre attività*" dal 2008 al 2012";
- 5) con 2039 visite: "*I nostri contatti*".

Alla prima e terza posizione abbiamo degli articoli di storia dell'atletica leggera, è una conferma che la storia interessa ed è parte integrante della nostra comunità.

Per quanto riguarda le attività dell'associazione sono ai nastri di partenza i corsi di avviamento all'atletica leggera per le categorie giovanili, nati dal 1998 al 2007. Ne parliamo più avanti nella sezione " *Spazio ragazzi*".

Dobbiamo però soffermarci su un punto che in questo periodo purtroppo è all'ordine del giorno. La crisi economica sta dilagando in tutti i settori e purtroppo anche lo sport non ne è esente. Molte federazioni sono al lumicino e fra queste anche l'atletica. Guardando più da vicino la nostra realtà dobbiamo ammettere che anche la nostra associazione ne è stata investita in pieno. E questo significa che siamo costretti ad affrontare un ridimensionamento delle nostre attività, eliminando o limitandone alcune. È notizia di pochi giorni fa che la società che gestisce per conto del Comune di Lastra a Signa gli impianti sportivi, tra cui lo stadio e la palestra delle scuole medie che utilizziamo per le nostre attività, ha effettuato un aumento delle tariffe del 20%. Questo è un duro colpo che si aggiunge alle altre spese sempre in aumento che siamo costretti ad affrontare. Stiamo cercando pertanto di limitare le spese effettuando una riorganizzazione interna, ma ciò non basta e a rammarico siamo dovuti ricorrere ad un aumento delle tariffe di iscrizione ai nostri corsi. La nostra società è da sempre consapevole degli sforzi che le famiglie lastrigiane sono costrette ad affrontare per poter far fare della sana attività fisica ai propri figli e testimonianza ne è il fatto che le nostre tariffe sono tra le più basse nel panorama locale. Purtroppo questo aumento, che sarà circa del 10%, è necessario per garantire al massimo livello le attività giovanili, da sempre punto di forza della nostra associazione.

Le iniziative dell'associazione dello scorso mese

19 Luglio 2012 - Lastra a Signa. 3° TROFEO "CORRILASTRA" - 2° TROFEO IL CUORE SI SCIOGLE.



Corsa podistica organizzata in collaborazione tra la nostra associazione ed il gruppo soci Unicoop Le Signe all'interno del progetto "Il Cuore si scioglie" sulle adozioni a distanza. Lo scopo della serata oltre a quello di passare qualche ora in piacevole compagnia e praticare del sano sport era quello di raccogliere fondi per effettuare un'adozione a distanza per aiutare un bambino in difficoltà. **Obiettivo Raggiunto!!** Alla manifestazione infatti c'è stata un'affluenza record, abbiamo raggiunto quota 230 iscritti che si sono inoltrati lungo le ripide stradine e sentieri delle romantiche colline lastrigiane inondate dalla luce tenue del tramonto. Un percorso molto apprezzato da tutti i partecipanti, con due affascinanti passaggi nel bosco all'imbrunire e con delle splendide visuali sulla vallata e sulle colline circostanti al tramonto. A fine manifestazione sono stati inoltre estratti svariati premi a sorteggio fra tutti i partecipanti, messi a disposizione dalla sezione Soci Unicoop Le Signe, di cui alcuni anche di un certo valore. Dicevamo dello scopo benefico della serata, le adozioni a distanza sostenute dal progetto "Il Cuore si scioglie" della sezioni soci Unicoop Firenze. Il ricavato della serata è stato di ben 800€ circa che sono serviti per effettuare ben tre adozioni a distanza in tre paesi disagiati del terzo mondo. Grazie alla partecipazione di questi 230 podisti da oggi tre bambini avranno modo di sorridere un pochino di più. Per chi era al banco iscrizioni quella sera è stato toccante vedere molti podisti rinunciare al resto della quota d'iscrizione devolvendo anche quell'ulteriore euro alla causa della serata. Alcuni hanno effettuato anche donazioni extra. **Ringraziamo tutti i partecipanti che con la loro iscrizione hanno contribuito a regalare un sorriso ad un bambino in difficoltà.** Vi aspettiamo il prossimo anno per un'altra corsa all'insegna del bel correre e della solidarietà.

Le prossime iniziative dell'associazione

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. Per tutti i partecipanti verrà offerto un buono pizza margherita da 4 euro da utilizzare presso il ristorante della festa. Un ottima occasione per salutarci prima delle vacanze estive davanti a una belle pizza fumante!

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 luglio - Legri - Calenzano (FI) - Trofeo dell'Unità. 10,6km. Campionato provinciale UISP di corsa su strada.

Cat. Giovanili

1° cat. Esordienti A. Barucci Edoardo CAMPIONE PROVINCIALE UISP DI CORSA SU STRADA 2012; 2° cat. Ragazza . Mazzone Sara.

Cat. ASSOLUTI:

3° cat. F45 seniores masch. : Pucci Alessandro; 1° cat. I60 veterani femm. : Sarchielli Rossana CAMPIONE PROVINCIALE UISP DI CORSA SU STRADA 2012.

03 luglio - Santonovo - Quarrata (PT) - 18° Trofeo Santonovo. 8,5km.

2° cat. Veterano: Lucente Gianfranco.

03 luglio - Firenze - 4° Trofeo Lorenzo Ottanelli. 10km.

1° cat. Veterano: Bouzid Rhida.

05 luglio - Badia a Settimo (FI) - 4° Trofeo Lorenzo Ottanelli. 9,2km.

3° cat. Veterano: [Lisci Roberto](#); 3° cat. Argento F: [Sarchielli Rossana](#)

06 luglio - San Pancrazio (FI) - Corri nel Chianti. 9km.

1° cat. Veterano: [Bouزيد Rhida](#); 2° cat. Veterano: [Fusi Andrea](#); 2° cat. Argento: [Lisci Roberto](#)

14 luglio - Villa Basilica (LU). 7° Circuito del Cavaliere 10km.

2° cat. Argento: [Cernicchiaro Nicola](#).

17 luglio - Monsummano Terme (PT). 8° Trofeo Festa Democratica 7km.

2° cat. Argento: [Iacopetti Giuseppe](#).

18 luglio - Fucecchio (FI). 3° Trofeo Sera D'Estate. Steffetta 2,330km x 3.

2° cat. Veterani: [Bouزيد Rhida/ Fusi Andrea](#).

18 luglio - Montale (PT). 7° Memorial Sergio Sottili 9km.

3° cat. Veterani: [Lucente Gianfranco](#).

20 luglio - Empoli (FI) - 22° Notturna Empolese. 10km.

2° cat. Veterani Femm: [Frati Laura](#). 3° cat. Argento: [Cernicchiaro Nicola](#). 2° cat. Argento femm.: [Sarchielli Rossana](#).

22 luglio - Cutigliano (PT) - 8° Corsa dei Capitani. Campionato Regionale UISP di corsa in montagna. 13km.

2° cat. C30 femm.: [Dore Barbara](#); 2° cat. F45 masch.: [Torracchi Aldo](#).

26 luglio - San Felice - 8° Trofeo Vanni Capecchi. 10km.

3° cat. Veterani Femm: **Frati Laura**.

28 luglio - San Baronto - Lamporecchio (PT) - 32° Trofeo dell'Unità. 6,5km.

3° cat. Argento M: **Cernicchiaro Nicola**; 2° cat. Oro: **Salvadori Bruno**.

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

Le nostre proposte

L'Associazione Augura a tutti **BUONE FERIE** e vi dà appuntamento:

02 Agosto 2012 - Lastra a Signa. 3° Trofeo Festa alle Cascine. 8km Vedi sopra.

05 agosto - Pian degli Ontani - Cutigliano - 4° Scarpinata del Fattucchio - Ore 09.00
corsa semicompetitiva di 10km. (*La nostra opinione: percorso montano piacevole al fresco degli Ontani pistoiesi*)

26 agosto - San Vincenzo a Torri (FI) - 12° Trofeo Humanitas S. Vincenzo a Torri - Ore 09.00
corsa semicompetitiva di 15 km e non competitiva di 6 km, c/o circolo MCL. (*La nostra opinione: per ripartire insieme dopo la pausa estiva*)

30 agosto - Firenze - 8° Notturna di fine agosto - Ore 20.00 corsa non competitiva di 9 e 4 km percorso collinare su asfalto, c/o circolo Le Panche Via Caccini. (*La nostra opinione: percorso collinare veramente piacevole*)

E inoltre ricordate le lunghe distanze

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.).

21 Ottobre - CastelNuovo Berardenga (SI) - 6° edizione dell'eco-maratona del Chianti Ore 09.00 corsa competitiva di 42,195 km e 18km e eco-passeggiata non competitiva di 10km, www.ecomaratonadelchianti.it . *(La nostra opinione: maratona trail per gli amanti delle strade bianche, bellissimo percorso immerso nel verde. Percorsi intermedi.).*

28 Ottobre - Lucca - 4° edizione della Maratona Città di Lucca - Ore 09.00 corsa competitiva di 42,195 km, www.luccamarathon.it . *(La nostra opinione: Bel percorso e ottima organizzazione, buona anche come lungo in preparazione della maratona fiorentina).*

11 Novembre - Livorno - XXXII° edizione della Maratona Città di Livorno - Ore 09.00 corsa competitiva internazionale di 42,195 km; Una Maratona in 2 a staffetta di 30km+12.195km; 21,097 km e Stralivorno non competitiva di 7km, www.livornomaratona.it . *(La nostra opinione:anno dopo anno cresce il numero degli iscritti per questa maratona e mezza sul lungomare livornese, con uno spettacolare passaggio all'interno dell'accademia navale, quest'anno anche la novità della staffetta).*

25 Novembre - Firenze- XXIX° edizione della Firenze Marathon - Ore 09.00 corsa competitiva internazionale di 42,195 km, www.firenzemarathon.it . *(La nostra opinione: è l'evento sportivo più importante in toscana e secondo a livello nazionale, assolutamente da provare).*

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 e i seguenti giorni:

Domenica 05 Agosto = Lastra a Signa ore 8-11, sangue e plasma. (presso la Misericordia, vicolo della Misericordia, 75)

Domenica 19 Agosto = Ginestra Fiorentina ore 8-11, sangue e plasma. (presso le scuole elementari, via Chiantigiana 38)

Domenica 26 Agosto = Lastra a Signa ore 8-11, sangue e plasma. (presso la Misericordia, vicolo della Misericordia, 75)

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

Spazio ragazzi

Ragazzi ci siamo!!! I corsi di atletica leggera per le categorie giovanili sono ai blocchi di partenza!!

Ecco il calendario per le partenze dei corsi, sia per i nuovi iscritti sia per chi era già con noi lo scorso anno.

Il luogo di ritrovo come sempre è al campo sportivo di Lastra a Signa in via dello Stadio.

27 agosto 2012 alle ore 18 categorie CADETTI/E anni 1998/1999.

27 agosto 2012 alle ore 16.00 categorie RAGAZZI/E anni 2000.

27 agosto 2012 alle ore 17.30 categorie ESORDIENTI A anni 2002/2003.

27 agosto 2012 alle ore 17.00 categorie ESORDIENTI B e C anni 2004/2007.

10 settembre 2011 alle ore 16.00 categorie RAGAZZI/E anni 2001.

I prezzi dei corsi e gli orari delle sedute d'allenamento potete vederli nel volantino che alleghiamo alla news letter e sul nostro sito internet.

Se non sei sicuro che l'atletica è lo sport che fa al caso tuo o di tuo figlio, nessun problema vieni a provare gratuitamente per qualche seduta di allenamento e poi decidi se continuare o passare ad altro sport!

Per informazioni più dettagliate scrivete a posta@nuovaatleticalastra.it oppure telefonate a Giampiero al 348/9308614 o semplicemente venite al campo sportivo dalle 17.00 alle 19.00 tutti i giorni e chiedete di chi si occupa di atletica. Vi aspettiamo come sempre numerosi per passare un po' di tempo in compagnia, fare del sano sport, nuove amicizie e poi chissà.... Siete voi gli atleti del futuro!! Quindi forza e coraggio vi aspettiamo alla pista d'atletica pronti ad iniziare insieme una nuova avventura!!

La foto del mese

AGOSTO 2012

CONI FIDAL UISP

A.S.D.
Nuova Atletica
Lastra

SCUOLA DI ATLETICA LEGGERA

STAGIONE SPORTIVA 2012-13

aperto a ragazzi e ragazze nati negli anni
dal 1997 al 2007 compreso

IL PROGRAMMA PREVEDE LEZIONI
DI GINNASTICA FORMATIVA,
PREATLETISMO GENERALE,
POTENZIAMENTO
MUSCOLARE CON
AVVIAMENTO
ALLE SPECIALITA'
DELL'ATLETICA LEGGERA

CORSI TENUTI DA INSEGNANTI
DELLA FEDERAZIONE
DI ATLETICA LEGGERA

PROVA
GRATUITA

TUTTI I MODI PER FARE UNO
SPORT SANO
UNO SPORT PER FAR PARTECIPARE TUTTI

Le lezioni si
svolgeranno
durante
la settimana
dalle ore
17 alle 19
presso lo Stadio
Comunale
di Lastra a Signa

Iscrizioni e
informazioni
Stadio Comunale
di Lastra a Signa

www.nuovaatleticalastra.it
posta@nuovaatleticalastra.it
www.facebook.com/nuovaatleticalastra

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 Settembre

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

La News Letter n. 36 del mese di Agosto 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.