



*News letter d'informazione delle attività svolte dall'Associazione
Sportiva Dilettantistica NUOVA ATLETICA LASTRA
News Letter n. 47 – Luglio 2013*

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

Numero 47 – Luglio 2013

Presentazione

Dopo quasi 2 mesi di "buio" finalmente siamo tornati visibili sul web! Per il momento solamente con una pagina di cortesia, ma prossimamente sarà attivato il nostro nuovo sito web. In tempo per l'apertura della stagione agonistica 2013/2014 a settembre!. Intanto seguitemi su Facebook al gruppo Nuova Atletica Lastra.

Nella stagione estiva le occasioni per fare del sano sport non mancano di certo e l'atletica è una di quella che si presta meglio. In questo periodo ci sono corse tutti i giorni e per tutti i gusti, corse brevi in pianura, lunghe, corse in salita, trail, sky race, notturne nel bosco da correre con la lampada frontale e chi più ne ha più ne metta. La Nuova Atletica Lastra per luglio e agosto ha in serbo 2 corse podistiche. Più avanti potete leggere i resoconti de *Su Pè* *è Poggi cò è Leo*, qui cogliamo l'occasione per ringraziare tutti i partecipanti che sono accorsi in gran numero e a tutti coloro che in qualche modo ci hanno aiutato nell'organizzazione. Primo appuntamento da segnare in agenda, in notturna, il 18 luglio con la quarta edizione di "Corri Lastra" e terzo trofeo "Il Cuore si scioglie", continua la nostra collaborazione con l'UNICOOP Firenze nel progetto "Il Cuore si scioglie" dedicato 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. Ultimo appuntamento sempre in notturna, sarà la corsa voluta dagli amici del circolo ARCI Le Cascine in occasione della loro festa. Giovedì 1 agosto si terrà, infatti, la corsa non competitiva di 8 km sul già te-

stato 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 e per tutti i partecipanti un buono da 4€ da consumarsi al ristorante della festa.

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

Le iniziative dell'associazione dello scorso mese

20 Giugno 2013 - Malmantile - Frazione di Lastra a Signa. 5 TROFEO "SU PE' I POGGICCO' I LEO"

La primavera piovosa ha lasciato spazio a delle belle giornate di sole e fresche serate, compresa quella del 20 giugno, le condizioni per correre erano ottimali e infatti, nonostante la contemporaneità di altre corse nelle vicinanze, molti podisti sono giunti a Malmantile. Dopo le prime edizioni, *Su pè i poggi cò i Leo* ha ripetuto il successo organizzativo e di partecipanti, ben 168 competitivi e un centinaio di non competitivi. Anche quest'anno l'organizzazione è stata curata dall'*Associazione Leonardo Alderighi* e dal gruppo AVIS di Malmantile con la collaborazione dell'ASD Nuova Atletica Lastra. Un'organizzazione che di anno in anno, ha risolto vari problemi logistici e, ha permesso che la corsa si svolgesse in tutta sicurezza offrendo ai partecipanti dei bellissimi scorci lungo le ridenti colline chiantigiane al tramonto. La salita finale è rimasta impressa a tutti i partecipanti per la difficoltà e per il nome "*La salita del cimitero*". La corsa ha visto trionfare Gesi Andrea del Team Cell Food seguito da Bianchi Filippo della Podistica Il Ponte Scandicci che aveva trionfato lo scorso anno, e da De Vico Cristiano dell'Atletica Castello. In campo femminile la vittoria è andata a Fiaschi Laura dell'Atletica Signa seguita da Mohamud Hodan della Polisportiva Oltrarno e da Martini Barbara della Casa Culturale San Miniato. Quest'anno, infine, abbiamo voluto organizzare un traguardo volante al km 2 circa in memoria del nostro amico podista Claudio Falteri scomparso lo scorso febbraio. Il traguardo volante era collocato all'altezza dell'abitazione di Claudio e sono transitati come primo uomo e prima donna gli stessi che poi hanno raggiunto come primi classificati il traguardo finale. Per loro una targa celebrativa e una bottiglia di vino, consegnati ai

vincitori da Omar il piccolo figlio di Claudio. Sul palco, per illustrare le finalità della serata, si sono alternati il Presidente dell'associazione *Leonardo Alderighi*, la Presidente dell'associazione *Trisomia21 di Firenze*, il vice - Sindaco di Lastra a Signa Angela Bagni e le nostre splendide *miss* che hanno premiato i vincitori. La serata, vale la pena ricordarlo, aveva come fine oltre a quello del correre anche una nobile causa, l'associazione *Leonardo Alderighi* ha, infatti, quale suo principale obiettivo quello di far conoscere la Sindrome di Down, le sue patologie ma anche e soprattutto la potenzialità nelle persone che ne sono affette. L'intero ricavato della manifestazione, che è stato di 2.001,50€, una considerevole cifra per una manifestazione del genere, è stato devoluto all'associazione " *trisomia 21 onlus Firenze* " volta a migliorare la qualità della vita dei bambini affetti da Trisomia 21. Alla fine i podisti si sono rintanati presso lo stand della sagra della ficattola a rimpinzarsi e trascorrere un'allegra serata tra amici. Ringraziamo queste associazioni e diamo a tutti gli amici podisti appuntamento alla prossima edizione per passare un'altra piacevole serata tra podismo, solidarietà e ficattole!!.

Le prossime iniziative dell'associazione

18 Luglio 2013 - Lastra a Signa. 4° TROFEO "CORRILASTRA" - 3° TROFEO IL CUORE SI SCIOGLIE.

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 SCIOGLIE. 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 SCIOGLIE per il finanziamento del progetto sull'adozione a distanza.

01 Agosto 2013 - Lastra a Signa. 4° 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 las-

trigiane 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 Giugno 2013 - Montecatini Terme (PT) - Terme di sera run. 8,1 km

3° cat. Argento: [Iacopetti Giuseppe](#); 3° cat. Oro: [Salvadori Bruno](#).

02 Giugno 2013 - Isola Santa Terrinca (LU) - 12° Trofeo Parco Alpi Apuane. Campionato toscano di corsa in montagna. 6 km

1° cat. Veterani: [Torracchi Aldo](#).

07 Giugno 2013 - Tavarnelle Vaò di Pesa (FI) - Corri e mangia a Tavarnelle. 9,450 km

1° cat. Veterani: [Fusi Andrea](#);

07 Giugno 2013 - Agliana (PT) - Stranotturna di Agliana. 10 km

2° cat. Veterani: [Torracchi Aldo](#); 2° cat. Argento femminile: [Sarchielli Rossana](#).

09 Giugno 2013 - Signa (FI) - 1° Trofeo Andrea Catarzi. 12,5 km

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

12 Giugno 2013 - Cenaia (PI) - Corri a Cenaia.

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

14-15-16 Giugno 2013 - Campi Bisenzio (FI) - Stadio comunale. Campionato nazionale individuale su

pista UISP.

1° cat. Esordienti c masch specialità 50mt: **Savioli Andrea**; 2° cat. Esordienti c masch specialità salto in lungo: **Savioli Andrea**; 2° cat. Assoluti femm, specialità staffetta 4x100mt: **Ladovali/Rossi/Chiari/Pellinacci**; 2° cat. veterani, specialità 3000mt: **Fusi Andrea**;

16 Giugno 2013 - Barberino di Mugello (FI) - 10° Trofeo Corri Lago. 10 km

3° cat. Argento: **Losco Roberto**; 3° cat. Argento femminile: **Sarchielli Rossana**.

16 Giugno 2013 - Santomoro (PT) - 16° Strasantomoro. 12 km

2° cat. Argento: **Iacopetti Giuseppe**.

19 Giugno 2013 - Montale (PT) - Sudatina Montalese. 9 km

2° cat. Veterani: **Torracchi Aldo**

20 Giugno 2013 - Malmantile - Frazione di Lastra a Signa. 5 TROFEO "SU PE' I POGGI CO' I LEO". 8km.

1° cat. Veterani: **Torracchi Aldo**; 2° cat. Veterani: **Fusi Andrea**; 2° cat. Argento femminile: **Sarchielli Rossana**.

22 Giugno 2013 - Spazzavento (PT) - 5° Trofeo Don Valerio Menichetti. 10,3 km

1° cat. Veterani: **Torracchi Aldo**

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

Le nostre proposte

Luglio

13 Luglio 2013 - Il Pinone - Carmignano (PO) - 3° Ecomaratona di Solidarietà Fonte di Pietramarina. Maratona trail competitiva di 42,195km e non competitiva di 5,3; 10 e 25km.

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!!*)

14 Luglio 2013 - Reggello (FI). 37° REGGELLO-VALLOMBROSA Ore 09.00. Partenza da P.za Garibaldi a Reggello e arrivo a Vallombrosa. Corsa su strada competitiva di Km 13 in salita . (La nostra opinione: *corsa impegnativa in salita da Reggello fino ai boschi secolari di Vallombrosa, il percorso e l'arrivo nell'Abbazia appagano della fatica provata durante la dura salita, buona organizzazione e ottimo ristoro all'arrivo!!*).

18 Luglio 2013 - Lastra a Signa. 4° TROFEO "CORRILASTRA" - 3° TROFEO IL CUORE SI SCIOGLIE. Ore 20.15.

Vedi sopra.

21 luglio 2013 - Cutigliano (PT) - 8° Corsa dei Capitani - Ore 09.30 corsa competitiva di 13 km, e non competitiva di 5,2km Per info Davide 335/6537330, partenza dalla P.za principale di Cutigliano. (La nostra opinione: *corsa organizzata da amici con un bellissimo percorso attraverso i boschi di Cutigliano, tutta salita e discesa e pochissimi tratta asfaltati, impegnativa ma da provare, se le avete usate le scarpe da trail!!Ottimo ristoro all'arrivo!*).

Agosto

01 Agosto 2013 - Lastra a Signa. 4° Trofeo Festa alle Cascine. Ore 20.15

Vedi sopra.

E inoltre ricordate le lunghe distanze

21 Settembre - Borgo San Lorenzo (FI) - 39° 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!! Anche quest'anno passaggio all'interno dell'Autodromo del Mugello!! Buona organizzazione ma percorso parzialmente aperto al traffico.*

20 Ottobre - CastelNuovo Berardenga (SI) - 7° 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.*)

27 Ottobre - Lucca - 5° 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.*)

24 Novembre - Firenze- XXX° 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, quest'anno poi festeggia il suo trentesimo compleanno!!*).

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 28 Luglio 2013 = 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, le scuole son chiuse e le vacanze iniziate!! Venite qualche volta a trovarci al campo sportivo e cercate, tra un tuffo al mare e un gelato al cioccolato di tenervi in forma. Vi aspettiamo poi più pimpanti di prima a settembre per la nuova stagione. Seguiteci sul nostro sito e su Facebook per essere sempre aggiornati sulle nostre iniziative e per sapere quando ripartano i corsi. In ogni modo allegato alla email troverete il volantino con tutte le info per la nuova stagione agonistica 2013/2014 con le date d'inizio dei nuovi corsi.

Buone vacanze e corse a tutti!!!

La foto del mese

Luglio 2013

BANCA DI CREDITO COOPERATIVO DI SIGNA
BCC Signa
Piazza Michelangelo, 14 - 50025 Signa - Firenze
Tel. 0577/211111 - Fax 0577/211112
C.C. 0577/211113 - C.C. 0577/211114
C.C. 0577/211115 - C.C. 0577/211116
C.C. 0577/211117 - C.C. 0577/211118
C.C. 0577/211119 - C.C. 0577/211120
C.C. 0577/211121 - C.C. 0577/211122
C.C. 0577/211123 - C.C. 0577/211124
C.C. 0577/211125 - C.C. 0577/211126
C.C. 0577/211127 - C.C. 0577/211128
C.C. 0577/211129 - C.C. 0577/211130

LETTERA DI ADDEBITO ED ACCREDITO IN CONTO CORRENTE
Gli assegni e i tagli presentati per l'accantonamento in c/c d'ordine accettati con riserva di valuta e salvo bonifici. Gli importi accreditati non sono disponibili che l'Azienda abbia effettuato la verifica e l'incasso dei titoli la quale applica all'accantonamento, determinando unicamente la decorrenza degli interessi. Una volta che l'anticipata disponibilità degli importi accreditati, in caso di mancato buon esito il presentatore si incarica di effettuare immediatamente il rimborsamento.

05/07/2013

N. TRANSAZIONE	DATA	VALUTA	IMPORTO	A. VS.	CAUSALE CONTABILE
87950200348	05.07.2013		2.000,00		Debito 26-Vs disposizione a favore
87950200348	05.07.2013		1,50		Debito 16-Commissioni su bonifico
Totale debito :					2.001,50

Spettabile
ASSOCIAZIONE LEONARDO ALDERIGHI
VIA VECCHIA PISANA 315
50055 MALMANTILE LASTRA A SIGNA (FI)

Distinti saluti

Titolo:...Nel segno della Solidarietà!!...

Soggetto: Bonifico di 2.001,50€ a favore della Onlus Trisomia 21 di Firenze, quale ricato dela corsa podistica Su Pè ì Poggi Cò ì Leo.

Luogo: Malmantile

Data: 20/06/2013

Fotografo: *fonte Associazione Leonardo Alderighi.*

Appuntamento al prossimo numero di Agosto

Questa News letter è spedita gratuitamente via email, chiunque voglia iscriversi o cancellarsi lo comunichi a: posta@nuovaatleticalastra.it. La News Letter n. 47 del mese di Luglio 2013 è stata postata a n. 95 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.