



News letter d'informazione delle attività svolte dall'Associazione Sportiva Dilettantistica NUOVA ATLETICA LASTRA

News Letter n. 63 – Novembre 2014

www.nuovaatleticalastra.it – E-mail posta@nuovaatleticalastra.it

Distribuzione gratuita via email a tutti gli associati e a chi ne ha fatto richiesta.

Numero 63 – Novembre 2014

Presentazione

Carissime amiche e amici si avvicinano **due classici eventi** dell'atletica lastrigiana. A Dicembre, infatti, si terranno: **1)** il 6 dicembre ci sarà la nostra consueta classica corsa podistica su strada "*Il Giro delle Antiche Mura di Lastra*" riservata al settore giovanile che quest'anno è arrivata alla XVI° edizione. Invitiamo tutti i nostri giovani atleti, dagli esordienti nati dal 2008 fino ai cadetti nati nel 1999, a partecipare numerosi.

2) il 12 dicembre sarà la volta della cena sociale che anche quest'anno si terrà presso il circolo ARCI "Le Cascine" in via del Prato 1, tutti gli atleti, soci, tecnici, dirigenti, allenatori, genitori e simpatizzanti sono invitati a partecipare. È un'occasione per conoscerci e familiarizzare, per scambiarci opinioni e fare quattro chiacchiere insieme. Durante la serata saranno proiettate le foto dei nostri atleti alle varie competizioni a cui hanno partecipato nel corso dell'anno e verranno presentati gli atleti per la nuova stagione agonistica 2014/2015, anche quest'anno organizzeremo anche una lotteria con alcuni premi.

Maggiori dettagli vi saranno comunicati e pubblicati nel nostro sito e alla nostra pagina facebook a cui vi invitiamo sempre di dare una cliccata!!

Lo scorso 14 ottobre si è svolta l'assemblea dei soci dell'associazione che ha eletto il nuovo Consiglio Direttivo, di cui più sotto v'indichiamo i nomi dei Consiglieri. Un "in bocca al lupo" pertanto per il nuovo Consiglio Direttivo e Buon Lavoro per il prossimo quadriennio!!

Vi aspettiamo domenica mattina alla corsa podistica non competitiva organizzata in collaborazione con gli amici della palestra Dimafit, partenza ore 9.30 da Piazza Matteotti per un percorso molto bello lungo le colline lastrigiane che domenica saranno baciata da un bel sole, sarà freschino ma comunque una bella giornata da trascorrere insieme.

Le iniziative dell'associazione dello scorso mese

14 Ottobre 2014 - Lastra a Signa. Assemblea del Consiglio direttivo aperta a tutti i tesserati ASD Nuova Atletica Lastra. Rinnovo del consiglio per il successivo triennio.

L'Assemblea dei soci riunitasi il 14 ottobre scorso ha eletto il nuovo Consiglio Direttivo che resterà in carica per il prossimo quadriennio. Ecco i risultati delle votazioni a scrutinio concluso:

Aulisa Giuseppe: voti ottenuti n. 16

Cenci Filippo: voti ottenuti n. 15

Colzi Sabrina: voti ottenuti n. 11

Lisci Roberto: voti ottenuti n. 7

Fusi Andrea : voti ottenuti n. 12

Marrucchi Marco: voti ottenuti n. 15

Masi Massimiliano: voti ottenuti n. 4

Mazzoni Federico: voti ottenuti n. 14

Monti Giampiero: voti ottenuti n. 12

Ranfagni Enrico: voti ottenuti n. 13

Sanesi Michele: voti ottenuti n. 6

Non essendoci alcun candidato oltre a Giampiero Monti alla carica di Presidente, è stato riconfermato il Presidente uscente nella persona di Giampiero Monti.

La prima riunione del Consiglio si è tenuta il 20 ottobre scorso ed in quell'occasione è stato deciso di portare da 7 a 11 il numero dei consiglieri attingendo alle riserve. Nella stessa riunione sono state poi assegnate le cariche societarie che di seguito riportiamo.

Il nuovo Consiglio Direttivo è pertanto così composto:

Presidente: *Monti Giampiero.*

Vice Presidente: *Ranfagni Enrico.*

Segretario: *Cenci Filippo.*

Cassiere: *Mazzoni Federico.*

Responsabile sito Internet: *Cenci Filippo; Marrucchi Marco.*

Responsabile del Magazzino: *Aulisa Giuseppe; Colzi Sabrina,*

Responsabile Tecnico: *Prof. Del Fante Claudio (esterno al Consiglio)*

Responsabile Settore Giovanile: *Aulisa Giuseppe; Marrucchi Marco; Masi Massimiliano.*

Responsabile Settore Amatori: *Fusi Andrea; Lisci Roberto; Ranfagni Enrico; Sanesi Michele.*

Ufficio Stampa: *Cenci Filippo*

News Letter: *Cenci Filippo*

Dottore: *Dott. Becucci Paolo (esterno al Consiglio)*

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 2014 ". Raccolta ed elaborazione dati a cura di Marco Marrucchi e Filippo Cenci.

Ottobre

06 Ottobre - Signa (FI) - 28° Demie Marathon. 21,097km.

1° cat. Assoluto: [Quinzi Giuseppe](#); 3° cat. Argento: [Nobile Antonio](#).

06 Ottobre - Signa (FI) - 28° Demie Marathon. 11km.

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

06 Ottobre -Pieve a Nievole (PT) - 5° Trofeo Spazio Festa. 16,8km.

2° cat. Oro: [Salvadori Bruno](#)

12 Ottobre - Firenze -31° Scarpinata Ecologica. 10km.

3° cat. Argento: [Nobile Antonio](#).

19 Ottobre - Calenzano (FI) - 14° Trofeo Atletica Calenzano. 13,1km.

1° cat. Argento: **Nobile Antonio**.

19 Ottobre -Valenzatico (PT) - 5° Trofeo 5 Frantoi. 13,6 km.

2° cat. Veterani: **Torracchi Aldo**.

19 Ottobre -Montelupo F.no (FI) - 9° StraMontelupo. 14km

3° cat. Veterani: **Bouzid Ridha**.

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

Le prossime iniziative dell'associazione

2 Novembre 2014 - Lastra a Signa - Per...Corri Salute. Ore 9.30. Partenza da Piazza Matteotti, c/o palestra DIMAFIT. Corsa non competitiva di 10, 4km e family run di 2km.

In collaborazione con gli amici della palestra DIMAFIT siamo ad organizzare una corsa non competitiva che si svolgerà lungo le suggestive colline lastrigiane per un percorso di 10 e 4 km oltre ad una camminata per tutta la famiglia di circa 2km. Ulteriori info nel volantino allegato e sul nostro sito internet.

6 Dicembre 2014 - Lastra a Signa. 16° TROFEO "SAGRA DEGLI ANTICHI SAPORI". Ore 15 circolo ARCI Le Cascine via del Prato 1.

Il *Giro delle Antiche Mura di Lastra*, è rimasta una delle pochissime gara su strada riservate al settore giovanile. Quest'anno grazie all'interesse della nuova amministrazione comunale siamo riusciti a mettere in programma il percorso originario, ossia il giro delle Antiche Mura di Lastra, un giro di quasi 800 metri da ripetere a seconda della categoria di appartenenza. Categorie partecipanti: dagli esordienti nati dal 2008 fino ai cadetti nati nel 1999. Chi è più "grandicello" non si senta esente da questa manifestazione, ma venga a darci una mano nell'organizzazione,

sarà poi un modo diverso per passare un sabato pomeriggio!! Quest'anno premieremo tutti i partecipanti alla manifestazione. Contattate Giampiero al 348/9308614 o Filippo al 339/6346031.

12 Dicembre 2014 - Lastra a Signa - Circolo ARCI via del Prato 1 CENA SOCIALE. Ore 19

Qui non si corre, né si salta o lancia ma ... SI MANGIA!!!!!! Dateci conferma della vostra partecipazione entro i primi di dicembre, potete portare anche amici e familiari. Contattate Giampiero al 348/9308614 o Filippo al 339/6346031 o mandateci una email a posta@nuovaatleticalastra.it.

Le nostre proposte

Novembre

01 Novembre - Firenze - 22° Trofeo Bertoletti - Ore 09.00 Campo d'Atletica "ASSI", corsa non competitiva di 14/5 km. (La nostra opinione: *corsa organizzata dall'AVIS di Firenze, il ritrovo è presso il campo sportivo degli ASSI mentre la partenza è dal Piazzale Michelangelo. Nonostante sia una non competitiva è molto apprezzata dai podisti, infatti, se il tempo ci assiste, il percorso è veramente bello con degli scorci su Firenze che sembrano delle cartoline, da brividi...*).

2 Novembre 2014 - Lastra a Signa - Per...Corri Salute. Ore 9.30. Partenza da Piazza Matteotti, c/o palestra DIMAFIT. Corsa non competitiva di 10, 4km e family run di 2km.

Vedi sopra.

09 Novembre - Prato - 22° Scarpirampi + 4° Trail della Calvana - Ore 08.30 partenza da santa Lucia di Prato e arrivo a Vernio, corsa competitiva a coppie di cui uno in bicicletta e uno a piedi di 30 km, oltre corsa trail competitiva di 30 km sullo stesso percorso ma partenza alle ore 8.20. (La nostra opinione: *corsa impegnativa sui sentieri della Calvana, da effettuarsi in*

coppie uno in bici e l'altro a piedi, i due partecipanti si possono alternare sulla bici ma devono stare sempre insieme. Anche quest'anno poi c'è il trail della calvana sullo stesso percorso della scarpirampi, anche questo per podisti esperti e ben allenati).

09 Novembre - Livorno - XXXIV° edizione della Maratona Città di Livorno - Ore 09.00 corsa competitiva internazionale di 42,195 km; Maratona tradizionale ed a staffetta; 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).

09 Novembre - Castello - Firenze - 44° edizione trofeo Chiavacci. Circuito podistico tre ville - Ore 09.00 corsa semicompetitiva di 11 km e non competitiva di 5,5 km. *(La nostra opinione: percorso che si snoda tra i piacevoli paesaggi delle Ville Medicee di Castello).*

23 Novembre - Sesto Fiorentino (FI) - 13° Palio Fiorentino - Ore 09.15 corsa competitiva di 12,6 km e non competitiva di 6 km. *(La nostra opinione: si svolgeranno anche gare giovanili, quindi ragazzi partecipate!!).*

30 Novembre - Firenze- XXXI° 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!!).*

Dicembre

6 Dicembre 2014 - Lastra a Signa. 16° TROFEO "SAGRA DEGLI ANTICHI SAPORI". Ore 15 [circolo ARCI Le Cascine via del Prato 1.](#)

Vedi sopra.

12 Dicembre 2014 - Lastra a Signa - Circolo ARCI via del Prato 1 CENA SOCIALE. Ore 19

Vedi sopra.

E inoltre ricordate le lunghe distanze

21 Dicembre - Pisa - X° edizione della Pisa Marathon - Ore 09.00 corsa competitiva internazionale di 42,195 km e mezza maratona 21,097 km con partenza da Pisa, arrivo per tutti in P.za dei Miracoli, www.pisamarathon.it. (La nostra opinione: percorso rinnovato interamente svolto nel comune di Pisa, con passaggi nel lungomare di Marina di Pisa, piacevole atmosfera natalizia).

Donazione sangue  **FRATRES**



In accordo con il **Gruppo Donatori Sangue Fratres 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 30 novembre = 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.

Novità: Prenota la tua donazione dal sito www.fratreslastra.org ed eviterai di fare la fila!!

Spazio ragazzi

Sono appena iniziate le corse campestri. La campestre è una gara sana, dura, ideale per irrobustire i muscoli e temprare il carattere. Nelle campestri della stagione invernale appena aperta vi capiterà di correre in dei bellissimi prati bagnati dalla rugiada mattutina o ghiacciati, se poi è piovuto vi infangherete fino a mezza gamba. Non è un caso se in inglese questa gara è chiamata "Cross Country"!!. Una gara tosta ma anche bellissima e sicuramente vi divertirte anche se ai vostri genitori verrà un colpo vedervi all'arrivo pieni di terra e mota dalla testa ai piedi!! Ma anche questa è l'atletica!! ;-)

Preparatevi poi per la nostra casa dove difenderete i colori lastrigiani al Giro delle Antiche Mura di Lastra del prossimo 6 dicembre e vi vogliamo tutti presenti alla cena sociale del 12 dicembre per passare una bella serata in amicizia.

La foto del mese

NOVEMBRE 2014



Titolo: *...Prima corsa...Prima Vittoria!!!*

Soggetto: *Atleta cat. Esordienti
Nuova Atletica Lastra.*

Luogo: *Le Panche - Firenze*

Data: *ottobre 2014*

Fotografo: *Marco Marrucchi ASD
Nuova Atletica Lastra.*

Appuntamento al prossimo numero di Dicembre

Questa News letter è spedita gratuitamente via email, chiunque voglia iscriversi o cancellarsi lo comunichi a: posta@nuovaatleticalastra.it. La News Letter n. 61 del mese di Novembre 2014 è stata postata a n. 68 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.