



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

News Letter n. 67 – Marzo 2015

[www.nuovaatleticalastra.it](http://www.nuovaatleticalastra.it) – E-mail [posta@nuovaatleticalastra.it](mailto:posta@nuovaatleticalastra.it)

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

## Numero 67 – Marzo 2015

### Presentazione

Come lo scorso anno abbiamo riconsegnato giovedì 26 febbraio presso il Comune di Calci l' VIII Trofeo Gran Premio del Monte Serra Ragazzi del Vega 10, che avevamo conquistato per la seconda volta lo scorso anno, con una cerimonia in cui eravamo presenti insieme ad alcuni rappresentanti dei familiari delle vittime e autorità locali. Chiudiamo il mese di

febbraio proprio  
Trofeo avvenuta  
Ragazzi del Vega è  
salita di 9,266 km  
Calci per arrivare al  
Ceragiola (Monte  
ragazzi caduti il 3



con la riconquista del  
sabato 28 marzo. Il Trofeo  
una corsa competitiva in  
che parte dalla Certosa di  
monumento-faro in Prato  
Serra), ed è dedicata ai 44  
marzo 1977 con il C-130

'Vega 10' dell'aeronautica militare. Dopo la separazione dal Trofeo per soli 3 giorni continueremo a custodirlo gelosamente fino al prossimo anno, quando riproveremo per la quarta volta consecutiva ad aggiudicarcelo!!

Domenica prossima ci sarà la trentaquattresima edizione della nostra corsa di punta "La... Strapazza"!!!. Già diverse volte vi abbiamo parlato del percorso e della storia della nostra manifestazione di punta. Per chi ancora non ne è sazio può rinfrescarsi la memoria sul nostro sito internet, dove può trovare anche il volantino e tutti i dettagli sulla corsa.

Quest'anno la nostra corsa sarà valida come Campionato Regionale UISP di 10.000 mt di corsa su strada.

Come lo scorso anno ogni partecipante avrà in dotazione un *chip TDS* con il quale verrà registrato il proprio tempo e per questo motivo, per snellire le operazioni di registrazione, le iscrizioni alla corsa competitiva termineranno entro le ore 24 di venerdì 6 marzo. La

mattina della corsa verranno effettuate soltanto le iscrizioni alla non competitiva. Inutile aggiungere che vi vogliamo tutti, o come concorrenti o come collaboratori. A questo proposito chi è disposto a darci una mano, ci contatti a [posta@nuovaatleticalastra.it](mailto:posta@nuovaatleticalastra.it).

Una grossa novità che consideriamo atipica e unica almeno nella zona è il **triplo gemellaggio** che abbiamo voluto creare con altre 2 gare amiche che si svolgono lo stesso week end nell'area fiorentina. Queste corse sono:

- La 30° edizione della *RosaMimosa* corsa competitiva per sole donne organizzata dal GS Le Torri che si correrà a Firenze con partenza dal Campo del Filarete alle ore 16 il sabato 7 marzo. Questa è una manifestazione esclusivamente rivolta all'universo femminile per festeggiare la festa delle donne.
- La prima edizione del *Firenze Urban Trail* corsa non competitiva che prevede vari percorsi e chilometraggi da Firenze in Piazza Santa Croce, con partenze sia il sabato sera che la domenica mattina. Questi tipi di percorsi sono rivolti prevalentemente ai trail runners.
- Infine la nostra "La...Strapazza" con partenza dal Campo Sportivo di Lastra Signa la domenica mattina alle ore 9.30. La nostra è una corsa veloce, pianeggiante, competitiva ideale per chi vuole migliorarsi sulla distanza classica dei 10.000 metri e magari provare a rientrare tra gli oltre 200 premi messi in palio. Anche quest'anno confermata la presenza del chip TDS, inoltre la corsa sarà valida come Campionato Regionale UISP 2015 di 10.000 mt su strada.

Insomma tre competizioni diverse ma accomunate dallo svolgersi nello stesso week end nell'area fiorentina. Questo "*trimellaggio*" è nato dalla voglia di sostenersi a vicenda, non litigandosi gli iscritti ma anzi dar l'opportunità a tutti di far conoscere le manifestazioni che si corrono nello stesso week end dando ai podisti vasta scelta e perché no volendo provare a gareggiare magari il sabato sera alla Firenze Urban Trail o alla RosaMimosa e la mattina a La...Strapazza!! Insomma un semplice gesto dall'alto valore simbolico!

Anche per La...Strapazza, come per "*Il giro delle antiche mura di lastra*" dello scorso 6 dicembre, abbiamo confermato la sponsorizzazione con il nuovo negozio Decathlon Lastra a Signa con il quale siamo entrati nel Gruppo DecaClub. Per questo chiediamo a tutti i

nostri lettori una cosa molto semplice. Innanzitutto di fare la tessera personale Decathlon per i vostri acquisti e poi, oppure se la avete già, di recarvi in negozio all'accoglienza e dire di voler associare la vostra tessera al DecaClub Nuova Atletica Lastra. Operazione molto semplice, che al nostro club consentirà l'accredito della metà dei punti che voi normalmente accumulate con i vostri acquisti sulla vostra tessera. A voi non cambierà niente ed alla nostra associazione consentirà nel tempo di far qualche acquisto agevolato di materiale occorrente per la normale attività con le categorie giovanili.

## *Le prossime iniziative dell'associazione*

**08 Marzo 2015 - Lastra a Signa - Stadio Comunale - Ore 09.30. "34° La...Strapazza"  
Corsa Nazionale competitiva su strada di 10 km e non competitiva di 10 e 5 km.**

Questa è la trentaquattresima edizione di quella che nel panorama podistico toscano nel corso degli anni è diventata una Competizione con la C maiuscola!! Percorso anche quest'anno confermato di 10km esatti e interamente pianeggiante. Anche quest'anno ci avvaleremo del servizio chip della TDS pertanto ogni concorrente avrà la sicurezza del proprio tempo effettuato. Quest'anno la corsa sarà valida come Campionato Regionale UISP di 10.000 mt su strada. Novità importante è che le iscrizioni alla corsa competitiva termineranno entro le ore 24 di venerdì 6 marzo. La mattina della corsa verranno effettuate soltanto le iscrizioni alla non competitiva. Sul nostro sito internet potete vedere il volantino dettagliato, a scheda di iscrizione ed il regolamento completo del Campionato UISP.

## *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](http://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.

## Febbraio

08 Febbraio - Torri - Fucecchio (FI). Campionato Regionale UISP di Corsa Campestre.

1° cat. Esordienti B: **Savioli Andrea**  **CAMPIONE REGIONALE UISP DI CORSA CAMPRESTRE 2015**; 2° cat. Esordienti A: **Bacci Dario**; 2° cat. cat. Ragazzi O: **Ramalli Lorenzo**; 3° cat. Ragazzi O: **Nicastro Pietro**; 1° cat. G-50: **Torracchi Aldo**  **CAMPIONE REGIONALE UISP DI CORSA CAMPRESTRE 2015**; 1° cat. L-65.: **Sarchielli Rossana**  **CAMPIONE REGIONALE UISP DI CORSA CAMPRESTRE 2015**.

15 Febbraio - Empoli (FI) - Campionato individuale e di società FIDAL di Corsa Campestre.

2° cat. SF-40: **Colantuono Debora**; 1° cat. SM-50: **Torracchi Aldo**; 1° cat. SF-65.: **Sarchielli Rossana**; 1° cat. SM-65 **Cernicchiaro Nicola**.

28 Febbraio - Calci (PI) - IX GP Del Monte Serra.9,266 km

3° cat. Veterani: **Torracchi Aldo**; 3° argento: **Cernicchiaro Nicola**; classifica Società: 1° società vincitrice del Gran Premio Monte Serra Ragazzi del Vega 10: **ASD Nuova Atletica Lastra**.

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

## *Le nostre proposte*

### **Marzo**

08 Marzo - Lastra a Signa - Stadio Comunale - Ore 09.30. "34° La...Strapazza" Corsa Nazionale competitiva su strada di 10 km e non competitiva di 10 e 5 km, valida come Campionato regionale 10.000 mt su strada UISP 2015.

Vedi sopra.

**22 Marzo - Pistoia - 17° Mezza Maratona Città di Pistoia** - Ore 09.30 corsa competitiva nazionale di 21,097 km e non competitiva di 11 km. *(La nostra opinione: è una mezza maratona sempre più partecipata, percorso pianeggiante e veloce, con alcuni passaggi nel centro storico della bella Pistoia. Ottima organizzazione!!).*

**29 Marzo - La Romola (Firenze).** « 29° Corri alla Romola». Competitiva di km 14,500 e non competitiva di km 7/1,500 con partenza ore 9.30. *(La nostra opinione: è una corsa sempre più partecipata, la classica della Domenica delle Palme, percorso collinare molto piacevole.).*

## **Aprile**

**12 Aprile - Firenze - 32° Vivicittà Half Marathon Firenze** - Ore 09.30 corsa competitiva di 21.097 km e non competitiva di 11 km. *(La nostra opinione: partenza da Piazza Santa Croce per la mezza fiorentina che si snoda tutta nel centro storico con due passaggi favolosi in Piazza Signoria, Piazza del Duomo e l'attraversamento del Ponte Vecchio!!).*

## **E inoltre ricordate le lunghe distanze**

**30-31 Maggio - Firenze-Faenza (RA) - 42° 100 km del Passatore** - Ultra maratona di 100 km.

**28 Giugno - Pistoia - 40° Pistoia-Abetone** - Ultra maratona di 50, 30 e 14 km.

*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](http://www.fratreslastra.org). Donazioni presso il centro fisso di Lastra a Signa (Misericordia) Vicolo della Misericordia, 75 - Lastra a Signa (Fi) info: 0558725123. i seguenti giorni:

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

**Domenica 5 Aprile (Pasqua) = 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.

**VI RICORDIAMO CHE IL PRIMO DONATORE E LA PRIMA DONATRICE CHE ARRIVERANNO PER PRIMI ALLA NOSTRA CORSA COMPETITIVA LA...STRAPAZZA 2015 RICEVERANNO UN PREMIO OFFERTO DAL GRUPPO FRATRES G. NESI. AL MOMENTO DELL'ISCRIZIONE SEGNALACELO SE SEI DONATORE.**

**Novità: Prenota la tua donazione dal sito [www.fratreslastra.org](http://www.fratreslastra.org) ed eviterai di fare la fila!!**

## *Spazio ragazzi*

Carissime ragazze e ragazzi i nostri complimenti per aver difeso i nostri colori lastrigiani al campionato toscano di corsa campestre a Fucecchio. É stata una bella giornata di sport, vissuta tutti insieme. Sono queste le occasioni in cui si fraternizza e si lenisce la tensione pre-gara oltre a confrontarsi con chi ha qualche annetto di esperienza in più!! Un Bravo anche a tutti voi ragazzi che avete partecipato alle altre varie competizioni sparse per la Toscana, ma vi vogliamo sempre più numerosi... Sappiamo che spesso non dipende da voi partecipare o meno ad una gara, ma dai vostri genitori che a volte non vi portano alle competizioni la domenica mattina, ma certo voi non fate molto per convincerli e ne approfittate per rimettervi sotto le coperte !! e invece dovete insistere, cercare di convincerli, perché ricor-

date ogni competizione che farete vi farà crescere e maturare. Allora coraggio vi aspettiamo tutti alle prossime gare, tra l'altro siamo prossimi all'apertura della stagione della gare su pista.

## *La foto del mese*

### MARZO 2015



**Titolo:** *...La...Strapazza 2015!!*

**Soggetto:** *Nuovo Logo per La...Strapazza.*

**Luogo:** *Lastra a Signa, logo stilizzato con il Portone di Baccio sullo sfondo*

**Data:** *08/03/2015*

**Fotografo:** *Su progetto di Giuseppe Aulisa.*

## *Appuntamento al prossimo numero di Aprile 2015*

Questa News letter è spedita gratuitamente via email, chiunque voglia iscriversi o cancellarsi lo comunichi a: [posta@nuovaatleticalastra.it](mailto:posta@nuovaatleticalastra.it). La News Letter n. 67 del mese di marzo 2015 è stata postata a n. 90 indirizzi email. Le News Letter dei mesi precedenti le potete trovare sul sito [www.nuovaatleticalastra.it](http://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.