



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

News Letter n. 69 – Maggio 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 69 - Maggio 2015

## Presentazione

Con il mese di maggio le giornate raggiungono il loro culmine di luce e possiamo permetterci di allenarci fino a tardi, iniziano inoltre, le prime notturne. In questo periodo dell'anno sono molte le persone che si cimentano nella corsa per essere pronti alla prova "costume" e che puntualmente abbandoneranno non appena giungeranno i primi caldi. Bhè noi non ci scoraggiamo e vi abbiamo già predisposto delle interessanti iniziative per i prossimi mesi, che potrete vedere più avanti. Intanto vi aspettiamo grandi (per aiutarci) e piccini (per correre) all'ultima prova del grand prix riservato alle categorie esordienti, che ci sarà venerdì prossimo con ritrovo dalle 17.30 presso lo stadio comunale lastrigiano. Un'edizione questa che entra nelle iniziative per la decima edizione della "Festa dello Sport di Lastra a Signa".

Siamo poi pronti per la stagione delle notturne lastrigiane: si parte il 18 giugno con "Sù Pè ì Poggi cò ì Leo" corsa competitiva in notturna a Malmantile cui l'intero ricavato andrà a Trisomia 21 associazione che si occupa della Sindrome di Down, poi tutti alla sagra della ficattola. Il 14 luglio sarà la volta di un'altra corsa in notturna questa volta non competitiva con partenza dalla Coop di Lastra a Signa, anche qui raccolta fondi a favore di una bella iniziativa quale quella di "Regalami un Sorriso" per l'adozione a distanza di bimbi nel terzo mondo. Si prosegue il 21 luglio con la Prima edizione de "La Pontigiana", corsa non competitiva serale al Ponte a Signa in occasione della Festa di Sant'Anna. Si chiude il 28 luglio con la corsa serale presso il Circolo ARCI Le Cascine nel capoluogo Lastrigiano. Vi terremo informati su questi e altri appuntamenti!!

# ***Le prossime iniziative dell'associazione***

**08 Maggio 2015 - Lastra a Signa - ore 17.30 Stadio comunale. 6° Prova del GRAND PRIX. Manifestazione riservata alle categoria esordienti maschile e femminile.**

Torna anche quest'anno presso il campo sportivo di Lastra a Signa il GRAND PRIX, riservato alla categoria esordienti per i nati dal 2004 al 2009. Programma sul nostro sito internet. La manifestazione è inserita all'interno della Festa dello Sport di Lastra a Signa. Ragazzi non mancate!!!

**11-12-13-14 Maggio 2015 - Lastra a Signa - Stadio comunale 20° Tetrathlon "Città di Lastra" manifestazione di Atletica Leggera su pista riservata alle classi 4° e 5° Elementare del Circolo Didattico di Lastra a Signa. Premiazioni sabato 6 giugno presso il palazzetto dello sport.**

Prosegue anche per l'anno scolastico 2014/15, nonostante i ripetuti tagli alla scuola su tutti i fronti ed in particolar modo alle attività sportive, la nostra collaborazione con il circolo didattico di Lastra a Signa. Questa collaborazione prevede lo svolgimento in classe di alcune lezioni teoriche a cura dei nostri allenatori e culmina con la prova sul campo. Infatti, a turnazione gli atleti aderenti al progetto si misureranno in quattro prove che decreteranno una classifica a punteggio. Premiazioni il sei giugno presso il palazzetto dello sport. Anche quest'anno l'ASD Nuova Atletica Lastra si è accollata le intere spese del progetto. Questo per perseguire lo scopo dell'associazione di educare i giovani lastrigiani all'atletica facendo conoscere più approfonditamente questo sport individuale che rimane sempre più e ingiustamente nell'ombra.

**18 Giugno 2015 - Malmantile - Frazione di Lastra a Signa. 7° TROFEO "SU PE' IPOGGI CO' I LEO". Ore 20.30. Partenza dalla piazza centrale di Malmantile. Corsa su strada competitiva di Km 8 e camminata ludico motoria di km 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 che il ricavato sarà interamente devoluto in beneficenza all'associazione Onlus *Trisomia21* di Firenze che ha come scopo primario favorire il migliore sviluppo possibile delle persone con Sindrome di Down e una loro reale integrazione sociale, per far conoscere a più persone possibili l'immenso potenziale di queste persone.

## ***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 2015 ". Raccolta ed elaborazione dati a cura di Marco Marrucchi e Filippo Cenci.

### **Aprile**

Per problemi tecnici non abbiamo potuto raccogliere i dati in tempo per l'uscita della news letter. Ma non vi preoccupate recupereremo il prossimo mese ;-)

## ***Le nostre proposte***

### **Maggio**

**05 Maggio - Firenze - 13° Trofeo S. Ariani** - Ore 20.30 dal circolo Le Panche in Via Caccini, corsa competitiva a coppie di 7 km. (La nostra opinione: *Per passare una piacevole serata in allegria, i due amici podisti dovranno correre insieme, aspettarsi e supportarsi a vicenda ed arrivare insieme!! Inoltre il percorso si svolge lungo le ripide e bellissime stradine di Carreggi alto con una vista mozzafiato su Firenze e Monte Morello!!*).

**09 Maggio - Lastra a Signa - Stadio comunale. 6° Prova del GRAND PRIX. Manifestazione riservata alle categoria esordienti maschile e femminile.** Vedi sopra.

**10 Maggio - Firenze - 43° Guarda Firenze** - Ore 09.30 partenza e arrivo a Piazza del Duomo corsa non competitiva di 10 km. (La nostra opinione: *la classica di primavera, una non competitiva di gran classe!!*).

**11-12-13-14 Maggio - Lastra a Signa - Stadio comunale 20° Tetrathlon "Città di Lastra"** manifestazione di Atletica Leggera su pista riservata alle classi 4° e 5° Elementare del Circolo Didattico di Lastra a Signa. Vedi sopra.

**17 Maggio - Calenzano - 38° Trofeo Podisti Calenzano** - Ore 09.00 dalla casa del popolo di Calenzano, corsa competitiva di 13 km e non competitiva di 13 e 5 km.

**17 Maggio - Firenze - DeeJayTeen-** Ore 09.30 da Piazza Signoria, corsa competitiva di 10 km e non competitiva di 5km. (La nostra opinione: *da Milano la DeeJay Teen ha traslocato a Firenze, che a parole di Linus, presente anche lui, è una città perfetta per correre. Corsa in pieno centro storico che quest'anno parte e arriva sul Lungarno della Zecca Vecchia ad un passo da Piazza santa Croce*).

**30-31 Maggio - Firenze-Faenza (RA) - 43° 100 km del Passatore** - Ultra maratona di 100 km. (La nostra opinione: *sicuramente l'ultramaratona più famosa in Italia e in Europa, 100 km faticosi ma allo stesso tempo emozionanti, solo per podisti esperti e con notevoli doti di resistenza!! Però passare tutta la notte a correre ha certamente il suo fascino... anche se cento chilometri sono tanti... ma vedrete che passano...*).

## **Giugno**

**18 Giugno 2015 - Malmantile - Frazione di Lastra a Signa. 7° TROFEO "SU PE' IPOGGI CO' I LEO"**. Ore 20.30. Partenza dalla piazza centrale di Malmantile. Corsa su strada competitiva di Km 8 e camminata ludico motoria di km 5.

Vedi sopra.

## E inoltre ricordate le lunghe distanze

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

# 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](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 31 Maggio = Lastra a Signa ore 8-11, sangue e plasma.** (presso la Misericordia, vicolo della Misericordia, 75).

**Domenica 28 Giugno = 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](http://www.fratreslastra.org) ed eviterai di fare la fila!!**

## Spazio ragazzi

Carissimi ragazzi, nel mese di aprile avete preso d'assalto i campi sportivi e le piste d'atletica della nostra bella provincia!! Bravi!! Siamo fieri di voi, avete dato il vostro meglio!! Queste sono esperienze che rimarranno dentro di voi e vi faranno crescere. Vi aspettiamo ancora numerosi ai prossimi appuntamenti che in questo scorcio di primavera non mancheranno. Soprattutto vi attendiamo tutti venerdì prossimo al campo sportivo, se siete della categoria

esordienti (dal 2004 al 2009) potrete difendere i colori lastrigiani altrimenti potrete fare il tifo per i vostri compagni o aiutarci nell'organizzazione. Vi terremo aggiornati via email per quanto riguarda i programmi, voi in ogni modo ogni tanto date una cliccata sul nostro sito e su Facebook. Un imbrocchio al lupo a tutti!!.

## La foto del mese

MAGGIO 2015



**Titolo:**...Come back soon "Sù Pè ì Poggi cò ì Leo" !!

**Soggetto:** Associazione Leonardo Alderighi.

**Luogo:** Lastra a Signa, Malmantile - logo stilizzato

**Data:** 18/06/2015

**Fotografo:** Su progetto dell'Associazione Leonardo Alderighi.

## Appuntamento al prossimo numero di

## Giugno 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. 69 del mese di maggio 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.