

ALMANACCO 2007

N°19

Impronte fdp



ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA.
Fo di pe

“LA FORMAZIONE 2007”

VENGO COL TEMPO
(SEGRETARIO RESPONSABILE)
FORVEZETA
(SEGRETARIO ORGANIZZATIVO)
KARESTIA
(SEGRETARIO AMMINISTRATIVO)

ALDO
COMPRABENE
COSCIA PALLIDA
FERRO
FIGARO
FRANCESCA
GIGIONE
PAM
PANNOCCIA
PENDOLINO

PICCOLO BUDDHA
QUATTROPRIMI
SEI SECONDI
VALVOLA D'ACCIAIO
VELO DEVO DIRE
VENTESIMO
VOGLIO MORIRE
TUONO
WALTER



WWW.FODIPE.IT

Complessivo competizioni fdp

		1989	1990	1991	1992	1993	1994	1995	1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	tot.pers.
LUCIO	BAZZANA	1	4	10	20	16	26	19	12	13	22	17	17	19	22	28	29	27	22	-	324
PAOLO	BRIGNOLI	0	3	6	17	19	25	10	4	8	12	11	10	11	15	15	16	15	25	26	248
ADELIO	PICENNI	0	1	5	5	14	8	4	1	0	0	3	0	-	-	-	-	-	-	-	41
CLAUDIO	BRIGNOLI	0	1	6	11	23	15	5	2	3	8	10	6	5	0	1	2	3	6	4	111
STEFANO	D'ADDA	-	-	-	11	12	19	12	8	11	12	1	0	1	0	0	-	-	-	-	87
GERRY	TOGNI	-	-	-	-	15	10	14	6	13	4	0	0	-	-	-	-	10	23	16	111
GIUSY	POMA	-	-	-	-	1	8	7	2	3	6	6	0	-	-	-	-	-	-	-	33
ROBY	PIROLA	-	-	-	-	-	8	9	14	13	3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	47
BEPPE	MILESI	-	-	-	-	-	1	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6
PIERO	MAFFEIS	-	-	-	-	-	-	1	1	8	8	6	0	-	-	-	-	-	-	-	24
ALFONSO	DI SIRIO	-	-	-	-	-	-	-	7	10	12	8	13	10	0	0	0	0	1	0	61
FABIO	MANGIOVINI	-	-	-	-	-	-	-	2	6	0	2	-	-	-	-	-	-	-	-	10
LUIGI	LOCATELLI	-	-	-	-	-	-	-	-	7	9	7	7	8	7	1	1	4	17	10	78
DARIO	FINAZZI	-	-	-	-	-	-	-	-	6	10	7	4	4	9	9	3	5	14	12	83
GRAZIANO	PELUCCHI	-	-	-	-	-	-	-	-	7	0	4	0	0	-	-	-	-	-	-	11
MARINO	POLINI	-	-	-	-	-	-	-	-	3	8	2	0	-	-	-	-	-	-	-	13
LUCA	SAVOLDI	-	-	-	-	-	-	-	-	3	7	0	0	-	-	-	-	-	-	-	10
FABIO	CROTTI	-	-	-	-	-	-	-	-	2	5	1	1	6	4	0	0	0	8	9	36
SIMON	ARGAW	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2
LUIGI	PEREGO	-	-	-	-	-	-	-	-	11	16	13	14	25	44	27	28	26	31	235	
GIOVANNA	BELLINI	-	-	-	-	-	-	-	-	5	0	0	0	-	-	-	-	-	-	-	5
MARCO	BAGGI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	15	21	26	27	23	25	28	167
ROBERTO	PIAZZI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	12	13	18	21	64
DONATO	SACCO	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4	0	13	16	33
IVO	CORTI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	31	19	52
STEFANO	PIROVANO	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	9	6	15
CLAUDIO	GAMBA	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	21	32	54
FERRUCCIO	GAMBA	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	12	34	47
PAOLO	SILVA	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	15	18
PAMELA	CARMINATI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	0
ROBERTO	ROTA	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	24	24
WALTER	BONAZZI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	12	12
GIORGIO	ROTA	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	5
FRANCESCA	PELLEGRINI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6	6
ALDO	BERTULETTI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	2
		1	9	27	64	100	120	86	59	116	144	101	73	93	103	124	121	132	274	328	2075

“ la partecipazione n.2000 è di Walter Bonazzi - 16 settembre mezza maratona di Monza”

ultimo aggiornamento 31 dicembre 2007

CLASSIFICA FINALE - CAMPIONATO SOCIALE 2007

		5000 metri	10000 metri	10000 metri	½ maratona	½ maratona	½ maratona	maratona	maratona	100 chilometri	tot. punti	CLASS.
Voglio morire	tempo	17' 12"	35' 42"	38' 44"	1 18' 55"	1 19' 24"	1 26' 55"	3 20' 19"	3 24' 31"	8 50' 18"	1985	1
	punteggio	215	217	205	222	221	206	185	181	213		
	bonus	40	20	0	0	0	0	0	0	60		
	data	06-giu	11-mar	29-set	25-mar	25-feb	18-nov	15-apr	09-dic	27-mag		
	luogo	Bergamo	Milano	Chiuro	Vigevano	Treviglio	Crema	Torino	Reggio E.	Faenza		
Velodevochire	tempo	18' 32"	37' 08"	39' 50"	1 21' 05"	1 22' 35"	1 25' 37"	2 59' 29"	3 01' 35"	9 55' 02"	1939	2
	punteggio	199	211	200	217	214	208	206	204	200		
	bonus	0	0	0	0	0	0	60	0	20		
	data	13-set	04-nov	30-ago	07-ott	25-mar	16-set	09-dic	11-nov	27-mag		
	luogo	Rezzato	Idrorun	Guanzate	Mantova	Vigevano	Monza	Reggio E.	Livorno	Faenza		
Gigione	tempo	19' 15"	38' 47"	38' 44"	1 24' 52"	1 24' 55"	1 26' 15"	3 04' 12"	3 05' 00"	11 57' 12"	1845	3
	punteggio	191	204	205	210	210	207	201	201	176		
	bonus	0	0	0	0	0	0	40	0	0		
	data	06-giu	11-mar	29-set	11-nov	21-ott	01-apr	02-dic	28-ott	27-mag		
	luogo	Bergamo	Milano	Chiuro	Busto A.	Cremona	Milano	Milano	Venezia	Faenza		
Vengo col tempo	tempo	18' 51"	38' 51"	39' 17"	1 26' 13"	1 29' 10"	1 43' 22"	3 12' 38"	3 14' 08"	9 31' 29"	1831	4
	punteggio	195	204	202	207	201	173	193	191	205		
	bonus	0	0	0	0	0	0	20	0	40		
	data	01-lug	04-nov	30-ago	21-ott	16-set	18-nov	11-nov	09-dic	27-mag		
	luogo	Milano	Idrorun	Guanzate	Cremona	Monza	Crema	Livorno	Reggio E.	Faenza		
Walter	tempo	18' 30"	36' 48"	37' 36"	1 24' 05"	1 22' 37"		3 14' 41"	3 25' 50"		1417	5
	punteggio	200	212	209	211	214	0	191	180	0		
	bonus	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
	data	06-giu	11-nov	30-ago	16-set	18-nov		09-dic	23-set			
	luogo	Bergamo	Brugherio	Guanzate	Monza	Crema		Reggio E.	Garda			
Forvezeta	tempo	20' 11"	42' 26"		1 25' 23"	1 25' 36"	1 28' 09"	3 15' 26"	3 18' 49"		1366	6
	punteggio	179	190	0	209	208	203	190	187	0		
	bonus	0	0		0	0	0	0	0	0		
	data	06-giu	29-apr		07-ott	21-ott	16-set	09-dic	11-nov			
	luogo	Bergamo	Brescia		Mantova	Cremona	Monza	Reggio E.	Livorno			
Piccolo Buddha	tempo	15' 55"	32' 50"		1 12' 44"	1 12' 49"	1 13' 08"				1340	7
	punteggio	231	228	0	234	234	233	0	0	0		
	bonus	60	60		60	0	0					
	data	06-giu	17-giu		22-apr	27-mag	30-set					
	luogo	Bergamo	Grumello		Cernusco	Toscolano	Novi L.					
Ferro	tempo	17' 18"	34' 54"		1 16' 13"	1 17' 36"	1 17' 59"				1209	8
	punteggio	214	220	0	227	224	224	0	0	0		
	bonus	20	40		40	0	0					
	data	06-giu	28-ott		21-ott	07-ott	27-mag					
	luogo	Bergamo	Milano		Cremona	Mantova	Toscolano					
Ventesimo	tempo	19' 38"	41' 08"		1 25' 36"	1 27' 14"	1 27' 37"				998	9
	punteggio	186	195	0	208	205	204	0	0	0		
	bonus	0	0		0	0	0					
	data	01-lug	29-apr		18-nov	04-nov	21-ott					
	luogo	Milano	Brescia		Crema	Cesano B.	Cremona					
Quattroprimi	tempo				1 27' 27"	1 29' 13"		3 15' 27"	3 26' 37"	11 12' 59"	960	10
	punteggio	0	0	0	205	201	0	190	179	185		
	bonus				0	0		0	0	0		
	data				21-ott	25-mar		11-nov	15-apr	27-mag		
	luogo				Cremona	Vigevano		Livorno	Torino	Faenza		
Pannocchia	tempo	20' 45"	43' 08"		1 33' 37"	1 34' 56"	1 35' 53"				930	11
	punteggio	173	187	0	192	190	188	0	0	0		
	bonus	0	0		0	0	0					
	data	09-mag	29-apr		07-ott	21-ott	18-nov					
	luogo	Pioltello	Brescia		Mantova	Cremona	Crema					
Coscia pallida	tempo	19' 35"			1 26' 53"	1 27' 34"	1 27' 37"				801	12
	punteggio	187	0	0	206	204	204	0	0	0		
	bonus	0			0	0	0					
	data	06-giu			18-nov	04-nov	21-ott					
	luogo	Bergamo			Crema	Cesano B.	Cremona					

almanacco n. 19

Comprabene	tempo	17' 40"			1 18' 32"	1 18' 55"						674	13
	punteggio	210	0	0	222	222	0	0	0	0			
	bonus	0			20	0							
	data	09-mag			21-ott	18-nov							
	luogo	Pioltello			Cremona	Crema							
Tuono	tempo				1 31' 33"	1 38' 48"				11 13' 00"	563	14	
	punteggio	0	0	0	196	182	0	0	0	185			
	bonus				0	0				0			
	data				25-mar	16-set				27-mag			
	luogo				Vigevano	Monza				Faenza			
Francesta	tempo		53' 23"		1 50' 05"	1 54' 05"					516	15	
	punteggio	0	166	0	179	171	0	0	0	0			
	bonus		0		0	0							
	data		29-apr		25-mar	01-apr							
	luogo		Brescia		Vigevano	Milano							
Valvola	tempo				1 35' 28"	1 36' 22"					376	16	
	punteggio	0	0	0	189	187	0	0	0	0			
	bonus				0	0							
	data				16-set	18-nov							
	luogo				Monza	Bergamo							
Alto	tempo		44' 19"		1 44' 24"						353	17	
	punteggio	0	182	0	171	0	0	0	0	0			
	bonus		0		0								
	data		29-apr		25-mar								
	luogo		Brescia		Vigevano								
Figaro	tempo				1 40' 54"			4 14' 03"			309	18	
	punteggio	0	0	0	178	0	0	131	0	0			
	bonus				0			0					
	data				21-ott			02-dic					
	luogo				Cremona			Milano					
Sei secondi	tempo				1 31' 49"						196	19	
	punteggio	0	0	0	196	0	0	0	0	0			
	bonus				0								
	data				16-set								
	luogo				Monza								
Karestia	tempo				1 43' 56"						172	20	
	punteggio	0	0	0	172	0	0	0	0	0			
	bonus				0								
	data				25-mar								
	luogo				Vigevano								

Albo d'Oro

	1 class.	2 class.	3 class.
Anno 1996	Cav. Millemosche	Gambadilegno	Karestia
Anno 1997	Gambadilegno	Cav. Millemosche	Forvezeta
Anno 1998	Cav. Millemosche	Gambadilegno	Karestia
Anno 1999	Gipsy	Cav. Millemosche	Karestia
Anno 2000	Cav. Millemosche	Gigione	Tuono
Anno 2001	Cav. Millemosche	Tuono	Gigione
Anno 2002	Cav. Millemosche	Vengo Col Tempo	Gigione
Anno 2003	Cav. Millemosche	Gigione	Vengo Col Tempo
Anno 2004	Cav. Millemosche	Gigione	Vengo Col Tempo
Anno 2005	Cav. Millemosche	Vengo Col Tempo	Gigione
Anno 2006	Vengo Col Tempo	Gigione	Voglio Morire
ANNO 2007	Voglio Morire	Velo devo Dire	Gigione

Impronte fdp



Cominciano ad intravedersi delle impronte.

Orme sempre più numerose indicano la strada.

Perdersi lungo il tragitto è sempre una possibilità; ma è gratificante vederle trasformarsi in calchi oramai ben definiti, a testimonianza della “bontà” del cammino fin qui fatto.

Né ha fatta di strada l'Associazione; stimolata dal progetto che persegue da ben tre anni, è divenuta, indiscutibilmente, una realtà riconosciuta nel panorama provinciale del podismo amatoriale.

Un'attendibilità in costante crescita anche per questo 2007; tutte le Iniziative Sociali messe in campo nell'anno, “**Flores**”, **Valbrembo al Galoppo**, **Corsa sulla Quisa**, hanno avuto un riscontro di partecipazione non indifferente; per di più, è risultata assai apprezzata dagli atleti, la qualità del nostro lavoro.

Continua il rapporto di collaborazione con altre realtà, come per esempio, la “Valetudo”, con cui abbiamo organizzato una Skirace (nello specifico svolgendo compiti di segreteria e di cronometraggio).

Altri organizzatori hanno chiesto la Nostra collaborazione per altre manifestazioni podistiche.

Inevitabilmente la nostra struttura organizzativa dovrà rafforzarsi per poter affrontare vecchie e nuove incombenze, alleviando di conseguenza il lavoro di “alcuni”.

Il potenziale umano a nostra disposizione è più che sufficiente; nuovi adepti stanno ingrossando le file.

Il resto dipenderà dalla partecipazione che ognuno di Noi metterà a disposizione dell'Associazione.

Grandi prove dei “Fo’ di pe”, a conferma di un lodevole spirito di Gruppo, nelle Competizioni di Squadra: secondo posto nella **100Km del “Passatore”**, ancora un Podio a Ciserano, col il terzo posto nella 24 h a staffetta, quarti nella 12 h in pista, sempre a staffetta, in quel di Curno.

Un'impronta alla propria stagione l'hanno data: **Voglio Morire**, con la vittoria del Campionato Sociale, a conferma, nonostante i suoi atavici problemi fisici, di essere un atleta completo; **Velo Devo Dire**, che oltre ad “abbattere” il muro delle tre ore in maratona, si migliora in tutte le specialità, divenendo di fatto, uno dei nostri atleti di punta.

Da menzionare, la stagione di **Forvezeta**, tornato a livelli agonistici di tutto rispetto.

Il “vecchietto”, finalmente, s'è dedicato più alla corsa che alla fotografia: atleta quasi del tutto ritrovato!

Un'impronta indelebile l'ha data sicuramente il compagno che ci allietta il dopo corsa, spesso lo tracanniamo avidamente, senza apprezzarne il gusto e la gloriosa Storia: il Vino.....

Vengo Col Tempo

La vigna è una condizione inaccettabile per l'uomo d'oggi, per questo educativa. Ci sono tanti “yes men” al mondo che pensano che la strada del successo risieda solo in se stessi, e alla fine non s'accorgono neppure di essere in balia dell'apparire e del loro stesso successo. La vigna invece ti riporta alla dimensione che tutto è dato, ma che anche questo dato va custodito dentro a un ordine. Bisogna essere vignaioli per sentire dentro le pulsioni della primavera. I vignaioli sono dei pazzi, che parlano alle viti, certe volte, che cominciano a conoscere i germogli, a memorizzarli. Quei tralci vengono guardati chissà quante volte. E sulla loro crescita si fanno i conti. Poesia? Sì anche questa, perché poi c'è un'altra storia della vigna che è più sofferta e partecipata ed è quella della crescita e del raccolto, senza tante storie. Ma qui stiamo parlando giusto del “mestiere”, che ha in sé quella passione che nel tempo diventa elemento di saggezza. Non direi così, non scriverei queste righe soggettabili alla ridicolizzazione se non avessi visto mia nonna vivere quell'attesa che si diceva. L'attesa che ti fa uscire di casa per stare il più possibile dentro la vigna. Anche non fare nulla, magari solo ad osservare, facendo le prove di quel rapporto tra due esseri della natura: l'uomo e la vigna. E poi le condizioni del tempo, la tensione che crea il freddo, o meglio la primavera che ritarda. Ogni risveglio è un calcolo. Il mestiere è esattamente questo.

Esige un rapporto intenso con la natura, non ha gli orari dell'ufficio. Ed a seconda di come il tempo la veda, uno si sente felice o preoccupato. E' come una partita a scacchi alle prime mosse: come andrà a finire, quali interventi saranno necessari, non è dato da sapere. L'unica cosa certa è che li occorre mettersi in gioco.

Paolo Massobrio (scrittore di enogastronomia)

Tratto dal libro “il Vignaiolo” mestiere d'arte. (2006)

Piccolo Glossario del vino

Barrique: termine francese che indica un contenitore in legno preferibilmente di quercia a forma di botte.

Ha una capacità che normalmente arriva a 225 litri.

Cru: è un termine francese molto utilizzato nel mondo che indica uno specifico vigneto o anche una piccola parte ben precisa, in una determinata zona.

Millesimato: bottiglia di vino che porta l'indicazione dell'annata di raccolta sull'etichetta.

Mosto: succo ottenuto dalla pigiatura dell'uva fresca, non ancora fermentato.

Perlage: (termine utilizzato soprattutto in Italia), è quel fenomeno caratteristico degli spumanti, dovuto alla liberazione di anidride carbonica, per cui le bollicine partendo dal fondo del bicchiere formano lunghe “catenelle” o “colonnine” o “fontanelle” che salgono verso l'alto esaurendosi poi alla superficie del liquido. La lunga persistenza della spuma e/o perlate è sinonimo di qualità per gli spumanti.

Solfitazione: tecnica di protezione microbiologica e chimica contro l'ossidazione, operata esponendo uve, i mosti o i vini ad anidride carbonica solforosa (solfiti).

Tannino: classe di composti fenolici, astringenti, che legano in bocca, sono indice di buona conservazione in un vino, poiché gli donano qualità antisettiche. I tannini derivano dalle bucce e dalle vinacce, o dal legno delle botti durante l'invecchiamento.

BEST 100 KM

atleta	tempo	denominazione competizione	data	anno	luogo
Millemosche	7 55 40	Intermelia 100 km Track	08/04/2001	2001	Camporosso
Forvezeta	8 41 44	100 Km del Passatore	30/05/1998	1998	Firenze-Faenza
Voglio	8 50 18	100 Km del Passatore	27/05/2007	2007	Firenze-Faenza
Vengo	8 53 20	100 Km - La Notte dei Leoni	19/07/2003	2003	Jesi
Picchio	9 19 39	100 Km del Passatore	29/05/1993	1993	Firenze-Faenza
Velo	9 55 2	100 Km del Passatore	27/05/2007	2007	Firenze-Faenza
Gigione	10 19 40	100 Km del Passatore	29/05/2004	2004	Firenze-Faenza
Quattroprimi	10 45 55	100 Km del Passatore	28/05/2006	2006	Firenze-Faenza
Tuono	11 0 2	100 Km del Passatore	28/05/2006	2006	Firenze-Faenza
Tarèl	15 27 41	100 Km del Passatore	29/05/1999	1999	Firenze-Faenza

BEST MARATONA

atleta	tempo	denominazione competizione	data	anno	luogo
Millemosche	2 39 38	Gold Marathon	08/11/1992	1992	Cesano Boscone
Forvezeta	2 41 28	Turin Marathon	24/04/1994	1994	Avigliana-Torino
Piccolo Budda	2 47 9	Firenze Marathon	26/11/2006	2006	Firenze
Tuono	2 55 5	Maratona di Milano n° 0	01/12/2000	2000	Milano
Voglio	2 55 39	Firenze Marathon	26/11/2006	2006	Firenze
Gambadilegno	2 56 16	Gold Marathon	07/11/1993	1993	Cesano Boscone
Karestia	2 56 38	Venice Marathon	09/10/1994	1994	Strà-Venezia
Gigione	2 56 54	Tris Milano City Marathon	30/11/2003	2003	Milano
Vengo	2 58 46	Brescia Marathon	14/03/2004	2004	Brescia
Quattroprimi	2 59 27	Firenze Marathon	25/11/2001	2001	Firenze
Velo	2 59 29	Maratona di Reggio Emilia	09/12/2007	2007	Reggio Emilia
Nappo	3 0 40	Maratona di Torino	24/04/1995	1995	Torino
Sei Secondi	3 3 11	Firenze Marathon	25/11/2001	2001	Firenze
Picchio	3 7 7	Maratona di Torino	29/09/1991	1991	Torino
Pannocchia	3 8 9	Gold Marathon Internazionale	06/11/1994	1994	Cesano Boscone
Michelin	3 22 22	Maratona di Reggio Emilia	15/12/1996	1996	Reggio Emilia
Comprabene	3 22 36	Maratona del Custoza	14/05/2006	2006	Sommacampagna
Muscoletto	3 22 58	Maratona Internazionale di Bergamo	20/09/1998	1998	Bergamo
Conte jena	3 23 2	Maratona Internazionale di Bergamo	20/09/1998	1998	Bergamo
Ferro	3 28 45	Firenze Marathon	26/11/2006	2006	Firenze
Tarèl	3 29 41	Venice Marathon	27/10/1996	1996	Strà-Venezia
Gipsye	3 43 34	Maratona di Praga	23/05/1999	1999	Prague
Pendolino	3 50 28	Gold Marathon Internazionale	19/10/1997	1997	Cesano Boscone
Fabio Mangiovini	3 57 30	Maratona di Bergamo	01/06/1997	1997	Bergamo
Figaro	4 14 3	Milanocity Marathon	02/12/2007	2007	Milano



**Forvezeta:
il ritorno di
un atleta**

Velo Devo Dire : un'annata da incorniciare la sua

BEST MEZZA MARATONA

atleta	tempo	denominazione competizione	data	anno	luogo
Piccolo Budda	1 12 44	Maratonina di Cernusco Lombardone	22/04/2007	2007	Cernusco Lombardone
Millemosche	1 14 40	Maratonina città di Treviglio	15/10/1995	1995	Treviglio
Forvezeta	1 15 10	Maratonina di Busto Arsizio	26/09/1993	1993	Busto Arsizio
Ferro	1 16 13	Maratonina città di Cremona	21/10/2007	2007	Cremona
Comprabene	1 18 32	Maratonina città di Cremona	21/10/2007	2007	Cremona
Voglio	1 18 55	Scarpa d'oro half marathon	25/03/2007	2007	Vigevano
Gambadilegno	1 20 50	Mezza Maratona di Monza	05/10/1997	1997	Monza
Velo	1 21 5	Maratonina d'autunno	30/09/2007	2007	Novi Ligure
Pannocchia	1 21 45	Maratonina di Busto Arsizio	26/09/1993	1993	Busto Arsizio
Karestia	1 22 58	Maratonina di Busto Arsizio	26/09/1993	1993	Busto Arsizio
walter bonazzi	1 22 37	Maratonina di Crema	18/11/2007	2007	Crema
Picchio	1 23 4	Maratonina di Busto Arsizio	26/09/1993	1993	Busto Arsizio
Gigione	1 23 5	Maratonina di Busto Arsizio	05/10/2003	2003	Busto Arsizio
Vengo	1 23 37	Maratonina città di Mantova	08/10/2006	2006	Mantova
Tuono	1 25 15	Maratonina della città di Bergamo	22/04/2001	2001	Bergamo
Quattroprimi	1 25 0	Maratonina dei due Comuni	01/11/2004	2004	Tradate
Conte jena	1 26 12	Maratonina città di Como	12/10/1997	1997	Como
Coscia	1 26 53	Maratonina di Crema	18/11/2007	2007	Crema
Michelin	1 28 11	Maratonina città di Como	05/06/1994	1994	Como
Sei Secondi	1 29 33	Maratonina città di Cremona	15/10/2006	2006	Cremona
fabio mangiovini	1 34 49	Stramilano	13/04/1997	1997	Milano
Tarèl	1 35 19	Sudtirolo half marathon	05/04/1999	1999	Egna
Valvola	1 35 28	Mezza Maratona di Monza	16/09/2007	2007	Monza
Muscoletto	1 35 40	Maratonina di Mantova	06/06/1998	1998	Mantova
Pendolino	1 40 17	Maratonina di Mantova	21/05/2000	2000	Mantova
Gipsye	1 40 18	Stramilano	02/04/1995	1995	Milano
Figaro	1 40 54	Maratonina città di Cremona	21/10/2007	2007	Cremona
aldo bertuletti	1 44 24	Scarpa d'oro half marathon	25/03/2007	2007	Vigevano
francesca pellegrini	1 50 3	Scarpa d'oro half marathon	25/03/2007	2007	Vigevano

Francesca



il ritorno del "gentil sesso" con la casacca fdp

Walter



nuova (e imponente) linfa per l'Associazione

Il 2006 è stato l'anno dove abbiamo avuto più problemi con la partecipazione alle gare Fidal. L'ingresso di atleti giovani e veloci, ci aveva portato spesso ad evidenziare quanto era diventato penalizzante non essere tesserati alla federazione. Sempre più ritenevamo indispensabile rientrare ed a fine stagione abbiamo tentato con il progetto Fidal Milano, per non andare a bussare agli strozzini nostri. Una soluzione in apparenza irrealizzabile si è invece dimostrata percorribile e tutti insieme abbiamo votato per espatriare nella sede legale di Vimercate ed avere il pass per il comitato meneghino. Come abbiamo presentato la domanda di affiliazione le riserve sull'accettazione a livello regionale sono subito emerse e dopo varie verifiche e contro verifiche è arrivata la risposta positiva. Non poteva essere altrimenti, sarebbero andati incontro a controversie senza scampo. Con soddisfazione siamo andati a ritirare le agognate tesserine pensando che finalmente ci eravamo liberati dei Merighi di turno e dei lecchini che lo circondano. Anche come Uisp abbiamo dovuto espatriare, magari a malincuore, visto che comunque con loro il rapporto era buono. Dopo un anno la soddisfazione e l'appartenenza al comitato di Milano non sono certamente al massimo, anzi direi che abbiamo avuto la conferma che tutto il mondo è paese e che gli struzzi quando devono mettere la testa sotto terra lo fanno in egual

maniera. Con il comitato regionale abbiamo avuto occasione di chiarirci con il caso Ferro e con la premiazione di Vengo all'Athletic Gala e le figuracce ...o l'ignoranza premeditata, ci hanno dato il termometro di quanto siamo ben visti in federazione. Quando parlo di federazione, accomuno Bergamo a Milano ed al Lombardo, tutti della stessa razza pronti a fare facciata ed a mostrarsi in presenza di riflettori ed a brandire invece il fardello quando i ragazzini occupano la pista al campo coni. Questi sono i nostri governanti che operano per il bene dello sport e tendono la mano per incassare l'obolo annuale o giornaliero, per il diritto di affiliazione in nome del silenzio o della forza del comando. In nome dell'euro si arriva persino alla pretesa di annullare una maratona in calendario nazionale e bene è stato che un'organizzazione seria come la Marengo Marathon abbia disatteso il comitato ed abbia comunque organizzato la gara. A metà dicembre ai partecipanti è



arrivata la diffida fidal, come minacciato ripetutamente ed è il segnale che forse ci deve far riflettere. I nostri se hanno intenzione di puntarci, lo possono fare in occasione delle gare che organizziamo e che danno fastidio. Due manifestazioni come il Galoppo o la Quisa, con oltre 300 partecipanti, senza egida Fidal, non possono passare sempre inosservate ed arriverà il giorno che le diffide viaggeranno anche a livello provinciale toccando appuntamenti di richiamo. E chi se ne frega, mi vien da dire, come gli amici Alessandrini saremo noi a decidere cosa fare, se continuare, se smettere, se trasformare la gara in non competitiva per aggirare l'ostacolo mantenendo classifica e tempo o se sfidare il potere fregandocene di tutto. Dobbiamo essere consci che non siamo graditi al tavolo grasso, che prima o poi ci vorranno spennare e mettere sulla griglia. Non dobbiamo temere solo le gare, possiamo essere minacciati di diffida, espulsione, forse ci vietano il tesseramento, chiameranno i ...gendarmi per non farci gareggiare. E chi se ne frega, possono solo chiuderci il loro harem, torneremo ad essere solo Uisp, lo siamo stati per tanto tempo. Oppure se vogliamo farci qualche risata cambiamo la denominazione sociale e rientriamo dalla finestra. Ci riaffiliamo come nuova società ASD FO' DI PE' così almeno non sbaglieranno le targhe. Scherzo, la metteremo giù dura, cosa abbiamo da temere, non

sarà così facile mandarci in esilio, succederà solo se lo vorremo noi. E perché dovremmo volerlo, per farli contenti, per non affrontarli? No qualsiasi cosa vorranno farci ci opporremo, non ci faremo mettere i piedi sulla testa e non ci abbasseremo al loro volere. Siamo rientrati per correre ed è un diritto che vogliamo esercitare. Mi viene da pensare male ma magari invece andremo incontro ad un periodo dove avremo più considerazione. Vengo col tempo verrà riconvocato in nazionale e sarà il capitano, porterà la bandiera Italiana e salirà sul podio. All'Athletic Gala 2008 sarà incensato e la società fò di pe, tra gli applausi e le congratulazioni del presidente Castelli, riceverà il piatto d'argento senza errori sulla denominazione. Arriveranno pubblicamente le scuse per l'errore 2007 ed il nuovo presidente del comitato di Bergamo, ci inviterà a ritornare in via Monte Gleno. Ferro vincerà la gara di Gromo, sarà in classifica e la categoria TM avrà il giusto riconoscimento. Le nostre gare, Valbrembo al galoppo e Quisa, supereranno i 350 concorrenti e G. Carlo Gneccchi, collante universale, sarà lo speaker ufficiale. Avremo richieste continue di tesseramento ed arriveremo al numero chiuso con lista d'attesa per aderire negli anni a venire. Il presidente Fidal Lombardia diventa collaboratore del sito fodipe e tiene settimanalmente una rubrica dove promuove l'attività amatoriale e si propone per risolvere i problemi federali. Baggianate, illusioni, ipotesi futuristiche, chissà, c'è però una cosa che è radicata, la voglia di correre. Aggrappiamoci a quella e chi se ne frega se andrà in un modo o nell'altro, correre è bello (frase rubata) e non saranno gli uomini e gli atteggiamenti a fermarci. Auguriamoci di stare sempre bene, di essere in salute e di avere la possibilità di condividere la passione con persone che meritano il nostro tempo.

FORVEZETA

Voglio Morire "Campione Sociale 2007". Il primo "Trofeo Bracadeoss" è nelle sue mani



TEORIA - Pannocchia

L'essere umano, per la struttura scheletrica, per la modalità di consumo energetico, per la capacità di smaltire il calore prodotto è un efficiente corridore nato per la lunga distanza.



L'efficienza è spesso compromessa dalla tipologia di vita che svolge.

La corsa aumenta il tono muscolare, innalza il metabolismo, migliora la circolazione sanguigna e il buon umore, controlla il peso corporeo e rafforza la memoria.



All'inizio della attività sportiva, consumiamo le scorte di zuccheri poi, via via che la corsa si prolunga, bruciamo anche i grassi producendo residui chetotici e, se il ritmo si fa sostenuto, accumuliamo acido lattico.



A questo punto abbiamo creato le condizioni per dare carburante alternativo al cervello.



In caso di carenza di glucosio, il cervello del corridore funziona perfettamente perchè può ricorrere ai lattati e ai chetoni.



L'atleta, anche in situazione di stress psicofisico o lontano dai pasti, riesce a mantenere la concentrazione e sopportare i carichi di lavoro elevati.



.....diversi modi d'intendere l'Associazione

“Il Gruppo podistico Fo' di Pe è stato fondato da quattro podisti dilettanti il 6 gennaio 1989, con lo scopo di dare uno spazio adeguato e alternativo a tutti coloro che faticano a riconoscersi nei Gruppi podistici "tradizionali" del panorama bergamasco.

Il nome, senza alcun dubbio inusuale, significa che i soci si pongono come principio di essere "fuori dai piedi" (fo' di pe, appunto) cioè di voler gettare uno sguardo anche al di là del semplice correre a piedi, di essere protagonisti anche di iniziative non necessariamente correlate al mondo dello sport in senso stretto.

Anche da qui nasce la scelta e la passione di praticare uno sport che è popolare in senso stretto, cioè a basso costo e senza impatto sull'organizzazione della vita quotidiana: l'attrezzatura indispensabile per correre è ridotta alle sole calzature, non è necessario affittare campi o pagare abbonamenti o biglietti d'ingresso, si può praticare in ogni momento della giornata, svincolandosi dagli orari imposti dai gestori degli impianti....”

dalla presentazione del Gruppo Fo' di Pe (1993)

PAGHERETE CARO

Le associazioni padronali non sono enti morali, l'unica etica che conoscono è quella del profitto. Detta così, sembra una sparata ideologica, un rigurgito di odio di classe fuori stagione.

Eppure, a sostenerla, sono proprio i leader delle suddette associazioni, che a Torino hanno reagito con sdegno alla proposta del presidente del consiglio comunale di Torino al presidente di Confindustria, Luca Montezemolo: perché non espellete le aziende che violano le leggi sulla sicurezza? Perché non riservate a chi tra di voi uccide o danneggia i lavoratori per lucro lo stesso trattamento applicato in Sicilia a chi se la rifà con la mafia?

I presidenti dell'Unione industriale, dell'Api e dei costruttori della città colpita dalle fiamme della ThyssenKrupp s'indignano e gridano che le loro associazioni hanno altri scopi: “il nostro mestiere è fornire servizi, non fare giustizia”, ha detto a “Repubblica” il capo degli industriali.

Claudia Torchietto, dall'alto della sala comandi dell'Associazione piccole imprese aggiunge che un modo per ridurre gli infortuni ci sarebbe. “Perché non pensare a sgravi fiscali per aiutare le imprese a migliorare la sicurezza”? L'impresa ha l'imperativo morale di fare utili. Se la collettività pretende che per raggiungere tale scopo non vengano uccisi, feriti o avvelenati gli operai che quegli utili all'impresa producono, se ne faccia carico. Lo stato paghi dunque i costi necessari a mettere in sicurezza gli impianti moltiplicando gli sgravi fiscali ai padroni. I quali, poveracci, non possono dilapidare per scopi umanitari il maltolto (o plusvalore), già prosciugato dalle tasse.

Una riprova di questa etica d'impresa? Nelle trattative per il rinnovo del contratto, Federmeccanica ha respinto la richiesta di Fim, Fiom e Uilm di un'ora l'anno di assemblea per discutere di sicurezza del lavoro. Ma forse i padroni non sono così cattivi e sarebbero anche disposti a concederla quell'ora.

Sempre che lo stato sia disposto a farsi carico dei costi.

Loris Campetti
dal “Manifesto” del 4 gennaio 2008

Karestia

Comici, Spaventati, Guerrieri - Pannocchia



TRATTO DAL CORRIERE DELLA SERA DEL 19-12-2007

IL 400ENTISTA SUDAFRICANO NON GAREGGERA' A PECHINO CON GLI ATLETI PRIVI DI HANDICAP

Le protesi aiutano troppo Pistorius

L'esperto della IAAF dopo i test dichiara: «Dispone di un vantaggio considerevole rispetto ai normodotati»

COLONIA (GERMANIA) - Le sue protesi gli danno un vantaggio troppo grande. E quindi con ogni probabilità Oscar Pistorius, il quattrocentista sudafricano privo di parte delle gambe, non potrà correre all'Olimpiade di Pechino con i cosiddetti normodotati.

TEST - «Pistorius, in base a dei test, dispone di un vantaggio considerevole rispetto ad atleti senza protesi». A confermarlo, al quotidiano tedesco Die Welt, è Gert Peter Bruggemann, l'esperto incaricato dalla Federazione internazionale di atletica (Iaaf) di sottoporre l'atleta sudafricano a una serie di analisi, anche nell'ottica di un'eventuale autorizzazione a poter gareggiare all'Olimpiade di Pechino, come richiesto dallo stesso Pistorius. Bruggemann, professore di biomeccanica all'Università di Colonia, lo scorso mese ha svolto con Pistorius una batteria di test dal quale l'atleta disabile risulta avvantaggiato dalle sue protesi. Pistorius, 21 anni, vorrebbe partecipare ai Giochi Olimpici di Pechino 2008, ma dati i risultati dei test effettuati su di lui, questo potrebbe rimanere solo un sogno. I test dimostrano che le protesi in fibra di carbonio, fissate sotto il ginocchio di Pistorius, restituiscono meglio l'energia: «Abbiamo esaminato lui e altri cinque quattrocentisti che hanno tempi simili ai suoi: Oscar ha una capacità aerobica inferiore rispetto a loro e una capacità anaerobica uguale, il che significa che se ha fatto gli stessi risultati è perché è stato favorito dalle protesi. Queste sono in fibra di carbonio e, ad ogni appoggio, restituiscono il 90% dell'energia trasmessa alla pista anziché il 60% come un piede umano» ha spiegato Bruggemann.



IL MIO COMMENTO:

Al di là dell'aspetto sportivo e agonistico, dei quali non voglio entrare nel merito, credo che una persona così deve essere presa ad esempio per tante persone, anche meno fortunate di lui. La volontà con la quale affronta i problemi della vita e li supera, l'atletica (con i risultati di livello ottenuti) e tutto il resto, è un esempio per tutti (anche per quelli che, fortunatamente per loro, non hanno un handicap).

Marco Innominato

Correre per crescere - Pannocchia

Le gare non iniziano con il colpo di pistola o con il segnale di via e non terminano una volta passato il traguardo. Le competizioni iniziano ben prima con la scelta, tra le numerose proposte, di gare che per caratteristiche, soddisfino le aspettative di chi corre. E' meditata la lunghezza e la difficoltà del percorso; sono condivise, con i compagni di squadra, la destinazione e gli orari.

Una volta arrivati sul posto si procede con le iscrizioni per poi lasciarsi a compiere i riti più o meno soliti e comuni con la sistemazione del pettorale sulla maglietta, del controllo del cartellino o del chip, dell'allacciamento delle stringhe delle scarpette, non troppo strette ma nemmeno che si sleghino come accade ai pivelli. Ci si guarda intorno per vedere chi c'è, ci si scambia le ultime battute e poi si inizia a trotterellare per riscaldare i muscoli ed entrare definitivamente nel clima gara.

Le dita sono pronte sul cronometro mentre si ricerca la posizione migliore affiacandosi a "quelli" che hanno gli stessi ritmi. Si parte e, bene o male, si dà sempre il massimo. Questo ci insegna questo sport, a dare sempre il massimo; all'arrivo si pensa che più di così non si poteva fare e che il risultato è il frutto della condizione di quel momento generata non solo dagli allenamenti.

Il successo del podio è per pochi, ma non importa; il successo di ognuno sta nel suo tempo e nella serenità che anche nella stanchezza fisica si riesce a possedere.

Vivere questo sport nelle sue differenti espressioni di ritmi e di luoghi, di compagnia e di solitudini, di esaltazioni e di sconforti, aiutano la persona a crescere; farlo all'interno di un gruppo sportivo dove l'individuo può partecipare all'organizzazione e alla condivisione, aprono questa persona al dialogo e alla tolleranza, arricchendola di esperienze e di senso civile.

E la gara continua anche dopo l'arrivo ... buona corsa !

Remiamo - Pannocchia

Remate, più siamo a remare, più riusciamo a prendere il largo. Più siamo a remare più riusciamo a resistere al mare aperto, anche lontano dalle coste e dai porti sicuri.

La nostra, come altre, è una barca che va. Va da anni con una rotta non sempre delineata ma va; dipende dalla forza, dalla volontà e dal numero dei rematori e dai suoi dirigenti. Ogni tanto troviamo burrasca e qualcuno cade in mare (col salvagente) o preferisce scendere armi e bagaglio al primo scalo (haimè Cavallier).

Remate, perchè i mari sono solcati da una nave ben più grande della nostra; una nave corsara che fa bottino di quello che trova, imbarca tutti e tutto. Nave corsara perchè coperta e funzionale alla politica dominante della Federazione (leggi fidal). E' l'impero che per alimentarsi deve avere sempre più sudditi perchè sono i numeri che contano; no, non i numeri dei tempi impegnati a chiudere una gara o non solo quelli; i numeri a cui faccio riferimento sono quelli delle tessere. Più tessere hai, più conti. Più conti, più puoi stare a fianco di chi decide veramente, accontentandosi di quel che cade dal tavolo.

I più tra di voi avranno capito a chi mi riferisco ed alla situazione che viviamo in provincia di Bergamo.

Lo specchietto per le allodole, una nave grande, potente, tutta blu (scuro). A bordo c'è tutto, anche i contatti con la stampa e alla cassa di risonanza del grande pubblico; a bordo puoi far tutto, anche delegare qualsiasi scelta.

Remate, più siamo a remare più riusciamo a cambiare direzione, a essere imprevedibili e inafferrabili.

E non è questione di gelosia ma della consapevolezza che sulla nostra barchetta le decisioni sono prese all'interno della stanzetta di via Roma e ognuno è responsabile delle proprie scelte anche per gli altri.

Remiamo, remiamo.

Se desideri vincere qualcosa puoi correre i 100 metri.

Se vuoi goderti una vera esperienza corri una maratona.



Emil Zatopek



MARATONE

NOME	DATA	DENOMINAZIONE	PARTENZA	ARRIVO	KM	TEMPO			media perc.	class.	n° part.	CAT.	class.
						h	min	sec					
Luigi Perego	04/03/2007	12 ^a Piacentia marathon	Piacenza	Piacenza	42,195	3	5	42	13,63327948 s	61	471	FIDAL B	28° / 110
Roberto Piazzì	15/04/2007	21 ^a Turin Marathon	Torino	Torino	42,195	3	12	26	13,15624459 s	156	1393	MM45	25° / 238
Donato Sacco	15/04/2007	21 ^a Turin Marathon	Torino	Torino	42,195	3	20	19	12,63848906 s	246	1393	TM	34° / 117
Dario Finazzi	15/04/2007	21 ^a Turin Marathon	Torino	Torino	42,195	3	26	37	12,25312576 s	329	1393	MM50	35° / 180
Walter Bonazzi	23/09/2007	1 ^a Lake Garda Marathon	Limone Malcesine	Limone Malcesine	42,195	3	25	50	12,29975709 s	278	1571		
Luigi Perego	28/10/2007	22 ^a Venicemarathon	Sira Venezia	Sira Venezia	42,195	3	5	0	13,68486486 s	320	5292	MM35	64° / 813
Roberto Piazzì	11/11/2007	27 ^a maratona Livorno	Livorno Livorno	Livorno Livorno	42,195	3	1	35	13,94235888 s	48	199	MM45	3° / 18
Marco Baggi	11/11/2007	27 ^a maratona Livorno	Livorno Livorno	Livorno Livorno	42,195	3	12	38	13,14258522 s	60	199	MM40	4° / 10
Dario Finazzi	11/11/2007	27 ^a maratona Livorno	Livorno Livorno	Livorno Livorno	42,195	3	15	27	12,95318496 s	68	199	MM50	3° / 17
Gerry Togni	11/11/2007	27 ^a maratona Livorno	Livorno Livorno	Livorno Livorno	42,195	3	18	49	12,7338419 s	76	199	MM50	5° / 17
Luigi Perego	02/12/2007	Milano city Marathon	Milano Milano	Milano Milano	42,195	3	4	12	13,74429967 s	434	4462	MM35	78° / 435
Giorgio Rota	02/12/2007	Milano city Marathon	Milano Milano	Milano Milano	42,195	4	14	3	9,965361149 s	3416	4462	MM35	386° / 435
Roberto Piazzì	09/12/2007	12° Maratona di Reggio E.	Reggio E. Reggio E.	Reggio E. Reggio E.	42,195	2	59	29	14,10548797 s	143	1920		
Marco Baggi	09/12/2007	12° Maratona di Reggio E.	Reggio E. Reggio E.	Reggio E. Reggio E.	42,195	3	14	8	13,04103709 s	335	1920		
Walter Bonazzi	09/12/2007	12° Maratona di Reggio E.	Reggio E. Reggio E.	Reggio E. Reggio E.	42,195	3	14	41	13,00419485 s	339	1920		
Gerry Togni	09/12/2007	12° Maratona di Reggio E.	Reggio E. Reggio E.	Reggio E. Reggio E.	42,195	3	15	26	12,95428961 s	348	1920		
Donato Sacco	09/12/2007	12° Maratona di Reggio E.	Reggio E. Reggio E.	Reggio E. Reggio E.	42,195	3	24	31	12,37894222 s	524	1920		

MEZZE MARATONE

almanacco n. 19

NOME	DATA	DENOMINAZIONE	PARTENZA	ARRIVO	KM	TEMPO			media perc.	class.	n°part.	CAT.	class.	
						h	min	sec						
Claudio Gamba	25/02/2007	6^ maratona Treviglio	Treviglio	Treviglio	21,097	1	14	32	16,9832737	s	19	566	FIDAL	fidal
Donato Sacco	25/02/2007	6^ maratona Treviglio	Treviglio	Treviglio	21,097	1	19	24	15,94231738	s	58	566	TM	5°
Ferruccio Gamba	25/02/2007	6^ maratona Treviglio	Treviglio	Treviglio	21,097	1	24	22	15,00379297	s	113	566	TM	10°
Luigi Perego	25/02/2007	6^ maratona Treviglio	Treviglio	Treviglio	21,097	1	26	18	14,66767092	s	144	566	MM35	20°
Roberto Rota	25/02/2007	6^ maratona Treviglio	Treviglio	Treviglio	21,097	1	30	46	13,94586853	s	245	566	MM40	25°
Paolo Silva	25/02/2007	6^ maratona Treviglio	Treviglio	Treviglio	21,097	1	39	36	12,70903614	s	393	566	TM	53°
Donato Sacco	25/03/2007	Scarpa d'oro half mar.	Vigevano	Vigevano	21,097	1	18	55	16,03995776	s	30	938	TM	43°
Roberto Piazzini	25/03/2007	Scarpa d'oro half mar.	Vigevano	Vigevano	21,097	1	22	35	15,32779011	s	62	938	MM45	6° / 52
Roberto Rota	25/03/2007	Scarpa d'oro half mar.	Vigevano	Vigevano	21,097	1	28	48	14,25472973	s	167	938	MM40	10° / 122
Dario Finazzi	25/03/2007	Scarpa d'oro half mar.	Vigevano	Vigevano	21,097	1	29	13	14,18815617	s	182	938	MM50	40° / 142
Luigi Locatelli	25/03/2007	Scarpa d'oro half mar.	Vigevano	Vigevano	21,097	1	31	33	13,82654287	s	236	938	MM45	11° / 84
Paolo Brignoli	25/03/2007	Scarpa d'oro half mar.	Vigevano	Vigevano	21,097	1	35	54	13,19937435	s	353	938	MM45	33° / 122
Claudio Brignoli	25/03/2007	Scarpa d'oro half mar.	Vigevano	Vigevano	21,097	1	43	56	12,1791533	s	562	938	MM45	51° / 122
Aldo Bertuletti	25/03/2007	Scarpa d'oro half mar.	Vigevano	Vigevano	21,097	1	44	24	12,12471264	s	582	938	MM50	86° / 122
Francesca Pellegrini	25/03/2007	Scarpa d'oro half mar.	Vigevano	Vigevano	21,097	1	50	3	11,50222626	s	722	938	TF	55° / 84
Claudio Gamba	01/04/2007	Stramilano	Milano	Milano	21,097	1	16	49	16,4784552	s	97	4560	AM m	9° / 12
Ferruccio Gamba	01/04/2007	Stramilano	Milano	Milano	21,097	1	19	20	15,95571429	s	159	4560	AM m	15° / 755
Luigi Perego	01/04/2007	Stramilano	Milano	Milano	21,097	1	26	15	14,67617391	s	480	4560	MM35	28° / 755
Francesca Pellegrini	01/04/2007	Stramilano	Milano	Milano	21,097	1	54	5	11,09557341	s	3333	4560	AM w	100° / 755
Roberto Rota	15/04/2007	2^ mezza della Barona	Milano	Milano	21,097	1	44	59	12,05734244	s	172	285	H	47° / 120
Claudio Gamba	22/04/2007	6^ maratona Cernusco	Cernusco L.	Cernusco L.	21,097	1	12	44	17,4035747	s	3	486		1°
Ferruccio Gamba	22/04/2007	6^ maratona Cernusco	Cernusco L.	Cernusco L.	21,097	1	18	32	16,11825127	s	32	486		8°
Claudio Gamba	27/05/2007	22^ maratona del garda	Tosciano	Tosciano	21,097	1	12	49	17,38365759	s				1°

MEZZE MARATONE

NOME	DATA	DENOMINAZIONE	PARTENZA	ARRIVO	KM	TEMPO	media perc.	class.	n°part.	CAT.	class.
Ferruccio Gamba	27/05/2007	22° maratona del garda	Tosciano	Tosciano	21,097	1 17 59	16,2319299 s				7°
Luigi Perego	29/07/2007	8ª Stralivigno	Livigno	Livigno	21,097	1 44 39	12,09574773 m	139	581		
Claudio Gamba	16/09/2007	4ª mezza di Monza	Monza	Monza	21,097	1 16 33	16,53585892 s	14	2005	G	6° / 406
Walter Bonazzi	16/09/2007	4ª mezza di Monza	Monza	Monza	21,097	1 24 5	15,05435084 s	92	2005	H	27° / 570
Ferruccio Gamba	16/09/2007	4ª mezza di Monza	Monza	Monza	21,097	1 25 13	14,85413651 s	116	2005	G	48° / 406
Roberto Piazzì	16/09/2007	4ª mezza di Monza	Monza	Monza	21,097	1 25 37	14,78473817 s	124	2005	H	41° / 570
Gerry Togni	16/09/2007	4ª mezza di Monza	Monza	Monza	21,097	1 28 9	14,35984118 s	178	2005	I	16° / 253
Luigi Perego	16/09/2007	4ª mezza di Monza	Monza	Monza	21,097	1 28 17	14,33815367 s	185	2005	G	74° / 406
Marco Baggi	16/09/2007	4ª mezza di Monza	Monza	Monza	21,097	1 29 10	14,19611215 s	219	2005	H	68° / 570
Fabio Crotti	16/09/2007	4ª mezza di Monza	Monza	Monza	21,097	1 31 49	13,78638591 s	306	2005	H	99° / 570
Roberto Rota	16/09/2007	4ª mezza di Monza	Monza	Monza	21,097	1 33 16	13,57205147 s	360	2005	H	115° / 570
Stefano Pirovano	16/09/2007	4ª mezza di Monza	Monza	Monza	21,097	1 35 28	13,25928771 s	477	2005	H	163° / 570
Paolo Brignoli	16/09/2007	4ª mezza di Monza	Monza	Monza	21,097	1 37 23	12,99832278 s	575	2005	H	193° / 570
Luigi Locatelli	16/09/2007	4ª mezza di Monza	Monza	Monza	21,097	1 38 48	12,81194332 s	658	2005	H	219° / 570
Claudio Gamba	30/09/2007	Maratona d'autunno	Novi Ligure	Novi Ligure	21,097	1 13 8	17,30838651 s	7	411	AM	4° / 40
Ferruccio Gamba	30/09/2007	Maratona d'autunno	Novi Ligure	Novi Ligure	21,097	1 19 56	15,83594662 s	35	411	AM	13° / 40
Ferruccio Gamba	07/10/2007	Maratona di Mantova	Mantova	Mantova	21,097	1 17 36	16,3121134 s	15	506		
Roberto Piazzì	07/10/2007	Maratona di Mantova	Mantova	Mantova	21,097	1 21 5	15,61134635 s	41	506		
Gerry Togni	07/10/2007	Maratona di Mantova	Mantova	Mantova	21,097	1 25 23	14,82514152 s	94	506		
Paolo Brignoli	07/10/2007	Maratona di Mantova	Mantova	Mantova	21,097	1 33 37	13,52131031 s	213	506		
Claudio Gamba	21/10/2007	6ª Maratona Cremona	Cremona	Cremona	21,097	1 14 14	17,0519084 s	34	1972	TM	2° / 106
Ferruccio Gamba	21/10/2007	6ª Maratona Cremona	Cremona	Cremona	21,097	1 16 13	16,60817844 s	57	1972	TM	5° / 106
Ivo Corti	21/10/2007	6ª Maratona Cremona	Cremona	Cremona	21,097	1 18 32	16,11825127 s	89	1972	TM	9° / 106
Luigi Perego	21/10/2007	6ª Maratona Cremona	Cremona	Cremona	21,097	1 24 55	14,90661433 s	244	1972	MM35	53° / 199
Gerry Togni	21/10/2007	6ª Maratona Cremona	Cremona	Cremona	21,097	1 25 36	14,78761682 s	273	1972	MM50	17° / 149

MEZZE MARATONE

NOME	DATA	DENOMINAZIONE	PARTENZA	ARRIVO	KM	TEMPO		media perc.	class.	n°part.	CAT.	class.	
						h	min						
Marco Baggi	21/10/2007	6^ Maratonina Cremona	Cremona	Cremona	21,097	1	26	13	14,68184806	295	1972	MM40	54° / 249
Dario Finazzi	21/10/2007	6^ Maratonina Cremona	Cremona	Cremona	21,097	1	27	27	14,47478559	338	1972	MM50	21° / 149
Paolo Silva	21/10/2007	6^ Maratonina Cremona	Cremona	Cremona	21,097	1	27	37	14,44725128	346	1972	TM	43° / 106
Roberto Rota	21/10/2007	6^ Maratonina Cremona	Cremona	Cremona	21,097	1	27	37	14,44725128	347	1972	MM40	64° / 249
Paolo Brignoli	21/10/2007	6^ Maratonina Cremona	Cremona	Cremona	21,097	1	34	56	13,33377809	695	1972	MM45	69° / 171
Giorgio Rota	21/10/2007	6^ Maratonina Cremona	Cremona	Cremona	21,097	1	40	54	12,54529237	1035	1972	MM35	160° / 199
Roberto Rota	04/11/2007	Mezza maratona Cesano	Cesano B.	Cesano B.	21,097	1	27	14	14,51073749	64	260		
Paolo Silva	04/11/2007	Mezza maratona Cesano	Cesano B.	Cesano B.	21,097	1	27	34	14,45550057	66	260		
Luigi Perego	11/11/2007	16^ maratonina Busto A.	Busto A.	Busto A.	21,097	1	24	52	14,9153967	157	1116	MM35	45° / 208
Ferruccio Gamba	11/11/2007	16^ maratonina Busto A.	Busto A.	Busto A.	21,097	1	24	52	14,9153967	158	1116	AMM	38° / 160
Stefano Pirovano	18/11/2007	9^ Mezzamaratona di BG	Bergamo	Bergamo	21,097	1	36	22	13,13545486	269	599		
Ivo Corti	18/11/2007	1^ Maratonina di Crema	Crema	Crema	21,097	1	18	55	16,03995776	9	331		
Walter Bonazzi	18/11/2007	1^ Maratonina di Crema	Crema	Crema	21,097	1	22	37	15,32160581	22	331		
Roberto Rota	18/11/2007	1^ Maratonina di Crema	Crema	Crema	21,097	1	25	36	14,78761682	39	331		
Paolo Silva	18/11/2007	1^ Maratonina di Crema	Crema	Crema	21,097	1	26	53	14,5691924	53	331		
Donato Sacco	18/11/2007	1^ Maratonina di Crema	Crema	Crema	21,097	1	26	55	14,56360499	54	331		
Paolo Brignoli	18/11/2007	1^ Maratonina di Crema	Crema	Crema	21,097	1	35	53	13,20166869	147	331		
Marco Baggi	18/11/2007	1^ Maratonina di Crema	Crema	Crema	21,097	1	43	32	12,22620734	213	331		

100 KM

NOME	DATA	DENOMINAZIONE	PARTENZA	ARRIVO	KM	TEMPO		media perc.	class.	n°part.	CAT.	class.	
						h	min						
Donato Sacco	26/05/2007	35^ 100km Passatore	Firenze Faenza	Firenze Faenza	100,000	8	50	18	11,31435037	17	946	FIDAL	3°
Marco Baggi	26/05/2007	35^ 100km Passatore	Firenze Faenza	Firenze Faenza	100,000	9	31	29	10,49899385	39	946		8°
Roberto Piazzi	26/05/2007	35^ 100km Passatore	Firenze Faenza	Firenze Faenza	100,000	9	55	2	10,08346871	59	946		9°
Dario Finazzi	26/05/2007	35^ 100km Passatore	Firenze Faenza	Firenze Faenza	100,000	11	12	59	8,915525397	148	946		17°
Luigi Locatelli	26/05/2007	35^ 100km Passatore	Firenze Faenza	Firenze Faenza	100,000	11	13	0	8,915304606	149	946		32°
Luigi Perego	26/05/2007	35^ 100km Passatore	Firenze Faenza	Firenze Faenza	100,000	11	57	12	8,365867262	218	946		52°

Impegno Sociale



... chi troppo vuole



..... mangia poco ...



il portaborse



the dream team, ovvero: la mejo segreteria

Karestia

Il 23 gennaio 2008 ricorre il 60° anniversario della Costituzione della Repubblica Italiana

Il mio pensiero riconoscente va a coloro che ci hanno dato la possibilità di vivere da persone libere

LO AVRAI CAMERATA KESSELRING
IL MONUMENTO CHE PRETENDI DA NOI ITALIANI
MA CON CHE PIETRA SI COSTRUIRÀ
A DECIDERLO TOCCA A NOI
NON COI SASSI AFFUMICATI
DEI BORGHI INERMI STRAZIATI DAL TUO STERMINIO
NON COLLA TERRA DEI CIMITERI
DOVE I NOSTRI COMPAGNI GIOVINETTI
RIPOSANO IN SERENITÀ
NON COLLA NEVE INVIOLETA DELLE MONTAGNE
CHE PER DUE INVERNI TI SFIDARONO
NON COLLA PRIMAVERA DI QUESTE VALLI
CHE TI VIDE FUGGIRE
MA SOLTANTO COL SILENZIO DEI TORTURATI
PIÙ DURO D'OGNI MACIGNO
SOLTANTO CON LA ROCCIA DI QUESTO PATTO
GIURATO FRA UOMINI LIBERI
CHE VOLONTARI S'ADUNARONO
PER DIGNITÀ NON PER ODIO
DECI SI A RISCATTARE
LA VERGOGNA E IL TERRORE DEL MONDO
SU QUESTE STRADE SE VORRAI TORNARE
AI NOSTRI POSTI CI TROVERAI
MORTI E VIVI COLLO STESSO IMPEGNO
POPOLO SERRATO INTORNO AL MONUMENTO
CHE SI CHIAMA
ORA E SEMPRE
RESISTENZA

P. CALAMANDREI



**Almanacco 2007
Anno 19**

**Curato e realizzato da Karestia e Vengo Col Tempo
grazie al contributo di:**

Forvezeta, Karestia, Vengo Col Tempo, Pannocchia, Innominato

Finito di stampare il 25 gennaio 2008 – n. 35 copie