

La Gazzetta dell'Atletica 5 Cerchi

Stagione agonistica 2010



Il Presidente Garganese: "stagione ricca di successi individuali e di squadra"

Al 3° anno di attività la società piacentina raggiunge i vertici regionali e nazionali

LA 5 CERCHI C'E'

Un 2010 da incorniciare per il sodalizio piacentino

IL COMMENTO TECNICO DI

TIZIANA BIGNAMI

Il 2010 è l'anno della consacrazione della nostra società ai vertici regionali e nazionali. Ormai siamo conosciuti e riconosciuti da tutti. I nostri atleti sono guardati con timore dagli avversari e con ammirazione dagli altri tecnici. Con grande emozione e gioia ho ricevuto dal comitato regionale il riconoscimento quale miglior tecnico giovanile del 2010 che avvalorava maggiormente tutto il lavoro svolto fino ad oggi. Sono stati abbattuti importanti primati sociali e primati provinciali di grande spessore. Nomi nuovi si sono aggiunti alla nostra squadra e che in un solo anno ci riempiono di soddisfazioni. Diversi atleti hanno lasciato il segno .. segue all'interno



Federica ROBERTO: trionfa ai Campionati Italiani categoria cadette conquistando il bronzo nel Salto Triplo con 11.48 metri. Il 2010 è stato per Federica l'anno dell'ascesa nell'elite italiana. Ha conquistato 6 Titoli regionali e 5 argenti, si è aggiudicata 3 convocazioni regionali in 3 diverse specialità. Ha già staccato il biglietto per i campionati italiani allieve sia di Prove Multiple che di Individuali.

All'interno il racconto dell'esperienza di Federica

Le interviste ai nostri campioni regionali e le medaglie d'argento



1° TITOLO REGIONALE DI SOCIETA' DI PENTATHLON

Tanto sofferto quanto amato il primo Titolo Regionale di squadra della storia dell'Atletica 5 Cerchi lo conquistano Federica Roberto, Sara Ziliani e Valentina Rubini impegnate su 5 specialità: 80 ostacoli, salto in lungo, salto in alto, giavellotto e 600 metri ed è stato proprio solo dopo questa ultima prova che le 3 ragazze con un grande cuore e la determinazione di correre e crederci fino all'ultimo metro che ha permesso la conquista del podio regionale.





Il Presidente Garganese: "Stagione ricca di successi individuali e di squadra!"

Il lavoro paga. Il 2010 è stato l'anno della consacrazione della nostra società con la prima medaglia ai Campionati Italiani Cadette ed il Titolo regionale di Società Cadette nelle Prove Multiple a dimostrazione che il lavoro impostato nel 2007 comincia a dare i suoi frutti non solo a titolo individuale ma di gruppo.

Con Tiziana abbiamo percorso quest'anno 20.000 km su e giù per la penisola, ma siamo arrivati al traguardo vittoriosi ottenendo anche il più alto riconoscimento regionale quale miglior tecnico giovanile del 2010.

14 Titoli Regionali Individuali e uno di Squadra; 9 argenti e 3 bronzi.

Abbiamo conquistato la finale tra le 8 migliori società emiliane nella categoria cadette e l'onore di essere l'unica società regionale a piazzare sul podio 8 atleti nelle 4 diverse categorie aggiudicandosi il primato nel settore ostacoli con 3 ori (80 hs cadette, 60 Hs ragazzi e ragazze e argento nei 300 hs cadetti) Abbiamo stabilito ben 8 primati provinciali. 2 atlete hanno ottenuto il minimo per i Campionati Italiani vestendo così i colori della rappresentativa emiliana.

Bronzo regionale indoor anche la staffetta assoluta femminile che fa suo il primato provinciale. I master conquistano il Titolo Italiano nei 60 metri piani categoria F35 e ben 4 ori regionali.

La mia politica condivisa con i tecnici e dirigenti è, e sarà sempre, di dare a tutti la possibilità di provarci. Guardare avanti è indispensabile per programmare gli obiettivi futuri, ma è importante che la base si allarghi, producendo sempre elementi di qualità non legandosi definitivamente ad un atleta per quando bravo esso sia.

Il talento durerà nel tempo solo se avrà un gruppo a stimolarlo e al tempo stesso il gruppo avrà un modello a cui far riferimento per la crescita tecnica individuale.

Ho sempre creduto nella preparazione e specializzazione dei nostri tecnici oltre che l'esperienza personale fatta sulla pista come atlete e ringrazio Simona, Elisa e Tiziana per il grande contributo umano e tecnico.

Guardando al 2011 con la stagione indoor ormai alle porte saremo presenti a 3 Campionati Italiani che si svolgeranno ad Ancona: individuali e di prove multiple allieve e ai Campionati Master.

Concludo ringraziando tutti coloro che hanno fiducia in noi e ci permettono di portare avanti questo piccolo scrigno augurandomi che nella prossima stagione riveli gioie ancor più grandi di quelle appena vissute.

Grazie a tutti.

Lorenzo Garganese

LA 5 CERCHI C'E'

Un 2010 da incorniciare per il sodalizio piacentino

ROBERTO Federica: classe 1995: Medaglia di Bronzo ai Campionati Italiani Cadette; 1° in graduatoria regionale cat. Cadette nel salto Triplo 11.48 m e Primato Provinciale; 1° nei 80 ostacoli 12"38 e primato provinciale; 2° nel Salto il Lungo 5.14 metri; 2° nel Pentathlon con 3715 punti e primato provinciale. Campionessa regionale indoor e outdoor nel salto Triplo, Campionessa Regionale pure nel 80 metri ostacoli e nel Salto in Lungo. Campionessa Regionale di Società e individuale nelle Pentathlon.

3 Convocazioni Regionali in 3 diverse specialità (Promoindoor: Salto in Lungo; Ceresini: 80 ostacoli; Criterium: Salto Triplo). Campionessa Regionale Camp. Studenteschi Salto in Lungo;

MANZINI Martina: classe 1997: 1° in graduatoria regionale cat. Ragazze 60 ostacoli con 9"58 e primato provinciale; 1° nel Triathlon con 2109 punti e Primato Provinciale; 2° nel Tetrathlon B con 3018 punti e Primato Provinciale; Campionessa regionale Indoor e Outdoor nei 60 metri ad ostacoli; Vice Campionessa Regionale nel Tetrathlon B e negli 80 ostacoli gruppo studentesco con 12"42 Primato Provinciale.

MICHELOTTI Giovanni: classe 1997: 1° in graduatoria regionale cat. Ragazzi nel 60 metri ad ostacoli con 9"16; Campione Regionale nei 60 metri ad ostacoli e vice campione regionale indoor.

RUBINI Valentina: classe 1995: Vice campionessa regionale nel lancio del disco con 28.12 metri e 2 Bronzi regionali nel Lancio del Giavellotto con 34.55 metri. 12° ai Campionati Italiani Cadette nel Lancio del Disco. Campionessa regionale di società di Prove Multiple e Bronzo a titolo individuale.

FONTANA Leonardo: classe 1995: Vice campione regionale indoor cat. Cadetti nel Salto triplo con 11"41 metri e Vice Campione Regionale nei 300 ostacoli con 42"24

FONTANA Edoardo: classe 1996: Vice Campione Regionale indoor e outdoor cat. Cadetti nel salto con l'asta con 3.00

DAVERIO Alessandro: classe 1991: Campione Regionale cat. Junior nel Getto del Peso kg 6 con 12.30 metri e vice-campione regionale del Lancio del Disco con 38.12 m

ZILIANI Sara: classe 1996: Campionessa regionale a Squadre di Pentathlon cat. Cadette; 4° Campionati regionali di società nei 300 metri ad ostacoli con 49"80 e nei 300 m con 43"6

RINALDI Sara: classe 1993: Vice Campionessa Regionale nei 400 metri ad ostacoli cat. Allieve. Bronzo ai Campionati regionali assoluti Indoor nella Staffetta 4x1 giro

BIGNAMI Tiziana: classe 1972: Campionessa Italiana 60 m indoor categoria MF35. Bronzo ai Campionati regionali assoluti Indoor nella Staffetta 4x1 giro e primatista provinciale m 60 e staffetta assoluta

CAVIGLIA Elisa: classe 1992: Bronzo ai Campionati regionali assoluti Indoor nella Staffetta 4x1 giro e primatista provinciale staffetta 4x1 giro

RATTI Simona: classe 1992: Bronzo ai Campionati regionali assoluti Indoor nella Staffetta 4x1 giro e primatista provinciale staffetta 4x1 giro



IL COMMENTO TECNICO DI TIZIANA BIGNAMI

Il 2010 è l'anno della consacrazione della nostra società ai vertici regionali e nazionali. Ormai siamo conosciuti e riconosciuti da tutti. I nostri atleti sono guardati con timore dagli avversari e con ammirazione dagli altri tecnici. Con grande emozione e gioia ho ricevuto dal comitato regionale il riconoscimento quale miglior tecnico giovanile del 2010 che avvalora maggiormente tutto il lavoro svolto fino ad oggi. Sono stati abbattuti importanti primati sociali e primati provinciali di grande spessore. Nomi nuovi si sono aggiunti alla nostra squadra e che in un solo anno ci riempiono di soddisfazioni. Diversi atleti hanno lasciato il segno sia nella storia della nostra società sia nella storia dell'atletica piacentina.

Sono molto orgogliosa dei miei ragazzi. Conosco tutti i sacrifici che devono fare tutti i giorni sia per essere in campo, sia durante gli allenamenti. So bene che non è facile alla loro età dire: "scusate amici io non posso perché ho allenamento" oppure trascorrere i sabati e le domeniche sui campi di atletica leggera gareggiando. Ma il sacrificio viene sempre ripagato e tutti gli atleti dell'atletica 5 cerchi quest'anno sono migliorati e hanno raggiunto tutti gli obiettivi prefissati. Quest'anno compio 25 anni di vita atletica. Per chi non lo sapesse sono nata vestendo i colori dell'atletica Farnese dove mi sono temprata fisico anima e cuore. Ho vinto titoli italiani e ho indossato la maglia azzurra fino ai 23 anni in occasione della Coppa Europa. Da Master ho 2 vinto Titoli Mondiali indoor (60 e 200 m) 2 titoli Europei (100 e 200 m) detengo la miglior prestazione italiana di sempre nei 200 metri indoor: insomma mi ritengo molto soddisfatta della mia carriera agonistica. Spero che la mia lunga esperienza personale oltre al bagaglio tecnico costruito durante tutti questi anni porti i miei atleti molto più in alto di dove sono arrivata io. Mi ritengo fortunata in quanto avendo ottenuto tanto come atleta non ho smania di emergere come tecnico a scapito della salute e della psiche dei miei atleti "spingendo sull'acceleratore" nelle categorie giovanili.

Facile far andar forte quattordicenni che al massimo devono fare 4 allenamenti settimanali portandoli alla massima specializzazione e lavorando unicamente sulla pura tecnica. Il mio obiettivo è avere bravi ragazzi e cadetti ed allievi capaci, ma soprattutto portare ad alti livelli atleti delle categorie Promesse e Assoluti.

Ci vuole pazienza e occhio lungo, bisogna insegnare ai ragazzi di saper aspettare perché il frutto va colto ben maturo, innaffiando, concimando e potando la pianta ogni qualvolta che ce n'è bisogno in base alla crescita biologica. Continuerò a perseguire l'idea che nel gruppo crescono i grandi atleti ed il gruppo continuerà a crescere tecnicamente e numericamente solo se non avrà fretta di "bruciare le tappe".

La varietà di atleti mi permette osservazioni più ampie e posso cogliere specificità che non emergerebbero avendo un'unica espressione tecnica e direi anche umana, l'allenatore è un mezzo artigiano, conosce la materia, la plasma, alcune volte sbaglia, ma rimedia. Nella finale olimpica dei 100 metri ci sono 8 corsie occupate dagli 8 atleti migliori al mondo e non ce n'è uno uguale all'altro, per espressione di forza, di rapidità, insomma otto differenti modi di correre 100 metri.

Ho raffinato nel tempo il mio modo di avvicinarmi agli atleti durante le gara: c'è chi ha bisogno solo di un supporto morale e c'è invece chi ha bisogno di essere spronato con un ripasso veloce e completo del gesto, c'è chi deve essere "svegliato" o chi nel panico da gara deve ricordarsi di togliersi la calzamaglia. Vi è anche una differenza sostanziale di espressione tecnica fra uomini e donne, sembra siano due sport molto diversi, ma se mi occupassi di un unico campione avrei una visione parziale.

Spero che la mia grande tenacia come atleta ed ora come tecnico arrivi ai miei ragazzi e li aiuti a perseguire i sogni che si sono prefissati.

DAL 2007 L'ATLETICA 5 CERCHI VIAGGIA A PASSI DA GIGANTE

Questi sono i dati della notevole crescita non solo numericamente passando da 67 unità nel 2009 a quasi il doppio nel 2010, ma anche qualitativamente sfociata con ben 29 medaglie regionali

Numero Tesserati	2007	2008	2009	2010
Centri Avviamento	19	26	41	76
Ragazzi-Cadetti M/F	3	6	11	26
Allieve	0	1	1	1
Assoluta M/F	1	2	5	8
Master M/F	2	4	9	16
TOTALE TESSERATI	25	39	67	128

Medagliere Regionale	2008	2009	2010
	Oro Argento Bronzo	Oro Argento Bronzo	Oro Argento Bronzo
Ragazzi-Cadetti M/F	3 1	2 2 1	9 8 3
Allieve			1
Assoluta M/F		1	1 1 1
Master M/F		3 1 1	4 1
TOTALE MEDAGLIE Regionali	4	11	29
Medagliere Nazionale	2008	2009	2010
	Oro Argento Bronzo	Oro Argento Bronzo	Oro Argento Bronzo
Ragazzi-Cadetti M/F			1
Allieve			
Assoluta M/F			
Master M/F		2 1 1	1
TOTALE MEDAGLIE Nazionali		4	2

L'ESPERIENZA E LE EMOZIONI DELLA PLURI CAMPIONESSA REGIONALE E MEDAGLIA DI BRONZO AGLI ITALIANI CADETTE:

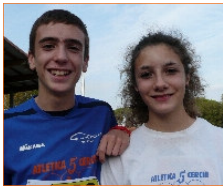
FEDERICA ROBERTO

È stata una delle esperienze più belle della mia vita, che sicuramente non dimenticherò mai. Parlo della gara più attesa dell'anno in cui ho vinto la mia prima medaglia importante, quella di bronzo ai campionati italiani individuali della mia categoria. La medaglia l'ho vinta in una disciplina non molto facile: il salto triplo. Circa 5 giorni prima della gara iniziavo a salire la tensione, ma cercavo di controllarla. Sapevo di potercela fare e per me era già importante essere arrivata fin lì, non mi aspettavo di salire sul podio. La mezzora prima della gara è quella in cui raggiungi il massimo della tensione, l'allenatrice ti ripete le ultime solite cose, ma tu le sai già a memoria, pensi a vincere, a dare il meglio di te, poi la gara si avvicina sempre più, il tempo passa velocemente e ti ritrovi dentro al campo pronta a spaccare. Arrivando in pedana e vedendo le altre atlete con una predisposizione fisica più favorevole della mia (data la mia statura) saliva un po' di paura, ma la voglia di fare una bella gara e di far contento chi credeva in me era più forte. Dopo una bellissima sequenza crescente di salti mi sentivo davvero soddisfatta, avevo dato il massimo e quasi non ci credevo. Salire su quel podio mi ha fatto scoprire il bello dell'atletica, mi ha fatto sentire importante e forte, mi è servito a crescere e a capire quanto il duro allenamento fatto possa essere servito veramente a qualcosa. Certo il mio percorso da atleta non è sempre stato brillante, non tutte le gare sono andate come avrei voluto, ma piano piano ho imparato a credere in me stessa e a migliorarmi sempre di più. Ci sono periodi in cui non riesco a dare il massimo e la voglia cala un po', ma riesco a riprendermi ogni volta e a crescere sempre di più, perché credo in quello che faccio.



Per l'atletica ho rinunciato a molte cose che tutti i miei coetanei possono fare nel tempo libero, ma ho sempre preferito gli allenamenti e non mi sono pentita di questa mia scelta, infatti ho avuto i risultati desiderati! Ho sempre più voglia di dare di più e di vincere, sia contro gli avversari, che contro me stessa. L'atletica è una scuola di vita e regala emozioni bellissime, mi ha fatto capire i miei sbagli e mi ha reso più forte, mi ha insegnato tante cose e sono sicura che con il tempo ne apprenderò ancora di più. Queste cose mi aiuteranno a formare sia la mia vita da atleta che quella fuori dal campo. Ho capito che la testa è essenziale, se manca quella, è inutile provare a allenare il fisico. Gli allenamenti diventeranno sempre più duri e stancanti ma se la tua vera passione è questo sport, non ci farai neanche più caso. La cosa più importante da fare, secondo me, è crederci fino in fondo, come ho fatto io; solo così i sogni si realizzeranno. Spero che tutti provino l'emozione che ho provato io e che a me è servita a molto e non si lascino abbattere dagli ostacoli che sicuramente incontreranno nella loro carriera da atleta.

Federica Roberto



L'INTERVISTA DOPPIA AI NOSTRI CAMPIONI REGIONALI CATEGORIA RAGAZZI NEI 60 OSTACOLI:

GIOVANNI MICHELOTTI & MARTINA MANZINI

Giovanni Michelotti classe 1997. Si è imposto nel 2010 con l'oro regionale nei 60 ad ostacoli. Bronzo invece nella stagione indoor alla sua prima gara. Seconda miglior prestazione piacentina all-time. Nel 2011 passerà alla categoria cadetti.

Martina Manzini classe 1997. Si è imposta nel 2010 con 2 ori regionali nei 60 ostacoli (indoor e outdoor). Argento nelle prove multiple e argento negli 80 ostacoli studenteschi. Ha abbattuto 4 primati provinciali. Nel 2011 passerà alla categoria cadette.

Come e perché hai iniziato a fare atletica.

Ho iniziato per puro caso: io vengo dalla ginnastica artistica e nell'ottobre 2009 ho smesso per motivi fisici e morali. Così, seguendo il consiglio di mia sorella più piccola che praticava già atletica, ho provato. Ed è iniziato tutto così.

Ho iniziato per caso e dopo aver provato la prima volta ho continuato perché ho capito che era lo sport giusto per me.

Raccontaci le emozioni che hai provato quando hai vinto il Titolo Regionale nei 60 ostacoli e se hai qualche aneddoto divertente riguardo i tuoi avversari o durante la gara.

Ho provato un'emozione strana e curiosa. Sul momento non mi sono accorto che avevo vinto. Solo dopo aver visto il video ci ho creduto. Un aneddoto? Quel giorno non credevo che finalmente avevo battuto il campione regionale in carica, ma il fatto che mi ha colpito è che lui era distrutto tanto da scoppiare e piangere.

Ero agitata ma nello stesso tempo ero sicura di me stessa perché mi ero allenata parecchio.

Tensione e tante emozioni. Spesso prima di partire per correre un 60 o un 600 mi tremano le gambe e le dita delle mani, ma appena il giudice spara..parto e non ci penso più.

Sono molto concentrata alla gara e sono molto tesa.

Sei scaramantico/a: hai dei rituali che segui prima di una gara

L'unico "rituale" che ho è che non voglio mia mamma alle gare, solo per il fatto che la prima gara che ho fatto davanti a lei, ho perso. Ma lo dico solo per scherzare e ridere un po' con gli altri.

No, non ho dei rituali particolari, anche se però mi concentra molto ascoltare la musica sull'ipod.

Quanti allenamenti fai alla settimana

Tre. Vorrei farne di più ma ho tantissimi impegni

A volte tre, ma tra poco inizierò con quattro.

Cosa fanno Giovanni e Martina quando non si allenano e/o non gareggiano

Prima di tutto studio e poi ascolto musica, esco con gli amici, suono con il gruppo, vado a lezioni di canto ed in parrocchia

Faccio lo stesso attività fisica.

Qual è il tuo atleta preferito

Usain Bolt

Quale musica ascolti e il tuo cantante e gruppo preferito

Ascolto quasi tutta la musica tranne il punk e la musica classica, ma il resto la ascolto tutta intera. La mia cantante preferita è Katy Perry e il mio gruppo sono i Muse

Ascolto molti generi di musica e il mio cantante preferito è David Guetta e Avril Lavigne

Concludendo, raccontaci il tuo sogno nel cassetto del 2011:

Nel 2011 vorrei arrivare ai nazionali senza problemi e chissà, arrivare sul podio. Quest'anno sarà più difficile, però, perché passo di categoria e sono il più piccolo.

Di rivincere il titolo regionale nei 80 ostacoli e di migliorare i miei risultati.

L'INTERVISTA TRIPLA AI NOSTRI VICE CAMPIONI REGIONALI SALTO CON L'ASTA, TRIPLO, DISCO E 300 OSTACOLI:

EDOARDO E LEONARDO FONTANA & VALENTINA RUBINI

Edoardo Fontana: classe 1996. Vice campione regionale indoor e outdoor di Salto con l'asta. Cadetto

Leonardo Fontana : classe 1995. Vice campione regionale di Salto triplo indoor e Vice campione regionale nei 300 ostacoli. Nel 2011 passerà alla categoria allievi

Valentina Rubini: classe 1995. Vice campionessa regionale lancio del disco, bronzo nel giavellotto e prove multiple. Ha ottenuto i minimi di partecipazione nel giavellotto e nel disco per i campionati italiani dove è arrivata 12° nel disco. Oro regionale di società nel Pentathlon. Nel 2011 passerà alla categoria allieve.

Come e perché hai iniziato a fare atletica:

Valentina: perché avevo smesso pallavolo e una mia amica mi aveva detto di provare atletica

Leonardo: in 1° media perché volevo alternare il calcio con un altro sport e lo sport più utile mi sembrava l'atletica.

Edoardo: ho iniziato a fare atletica facendo una gara e ho iniziato perché ho fatto questa gara

Raccontaci le emozioni che hai provato quando hai vinto le tue medaglie regionali:

Valentina: Felicità, orgoglio, soddisfazione

Leonardo: ero molto felice anche se, soprattutto, nei 300 hs avrei potuto fare sicuramente meglio se avessi saltato la partita che era in programma il venerdì prima della gara

Edoardo: dopo aver superato i 3 metri mi sentivo gasato e che potevo fare tutto

Cosa provi prima di una gara: hai dei rituali, sei scaramantico/a?

Valentina: provo agitazione e non sono scaramantica

Leonardo: prima di una gara, ovviamente, sono sempre un po' "teso", ma secondo me è giusto così perché questa tensione pre-gara ti permette di ottenere i risultati che vuoi. Scaramantico, no. Credo che la fortuna centri poco con lo sport, è solo una questione di allenamento i risultati che ottieni.

Edoardo: sono sempre agitato. Dato che non sono scaramantico non ho dei rituali

Qual è il tuo atleta preferito

Valentina: nessuno

Leonardo: per l'atletica: Usain Bolt; per il calcio: Wayne Rooney

Edoardo: al momento non ho nessun atleta preferito

Un tuo pregio e un tuo difetto

Valentina: Leale: pregio; se vado male mi demoralizzo: difetto.

Leonardo: Dare tutto quello che ho, sempre! Difetto: non capire quando è ora di fermarsi.

Edoardo: un mio pregio è di imparare abbastanza in fretta i movimenti. Un mio difetto è che sono supponente e credo di saper far tutto

I tuoi avversari: amici o nemici. Hai qualche aneddoto

Valentina: No, sono abbastanza amica con tutti (o quasi)

Leonardo: Penso che i miei avversari siano un po' uno e un po' l'altro, perché da una parte devo combatterli, sconfiggerli, d'altra invece mi aiutano a superare i miei limiti

Edoardo:

Sogno nel cassetto (sportivamente parlando):

Valentina: raggiungere gli obiettivi che mi pongo quest'anno sono riuscita a raggiungerli, spero di fare lo stesso nella prossima stagione.

Leonardo: riuscire a giocare in serie A o comunque a livelli professionistici.

Edoardo: il mio sogno è di arrivare ad una posizione modesta agli italiani. Però prima ci devo arrivare

GRADUATORIE SOCIALI ALL TIME

RAGAZZI

60 METRI PIANI

Fontana Leonardo	95	8"3	RE	2008
Michelotti Giovanni	97	8"70 i	MO	2010
Subacchi Simone	95	9"30	AL	2008
Fontana Edoardo	96	9"62	AL	2009
Benedetti Diego	98	9"7	PC	2010
Daverio Pietro	95	10"18	CR	2008
Fontana Edoardo	96	10"21	PC	2009
Groppi Claudio	96	10"86	CR	2009

60 OSTACOLI

Michelotti Giovanni	97	9"16	MO	2010
Fontana Edoardo	96	10"0	Cogoleto	2009
Subacchi Simone	95	11"28	CR	2008
Fontana Edoardo	96	11"32	CR	2009
Fontana Leonardo	95	11"3	PC	2007
Fontana Norberto	98	11"7	PC	2010
Rinaldi Marcello	97	11"8	PC	2010
Benedetti Diego	98	12"0	PC	2010

SALTO IN LUNGO

Michelotti Giovanni	97	4,50	Busseto	2010
Fontana Edoardo	96	4,17	Cattolica	2009
Rinaldi Marcello	97	3,77	PC	2010
Fontana Leonardo	95	3,72	PC	2007
Fontana Norberto	98	3,70	PC	2010
Groppi Claudio	96	3,50	BO	2009
Benedetti Diego	98	3,45	PC	2010
Daverio Pietro	95	3,01	AULLA	2008

SALTO IN ALTO

Michelotti Giovanni	97	1,40	PC	2010
Fontana Edoardo	96	1,34	CR	2009
Fontana Edoardo	96	1,30	RE	2008
Fontana Leonardo	95	1,15	PC	2007

LANCIO DEL VORTEX

Fontana Edoardo	96	48,52	Castelfra	2009
Rinaldi Marcello	97	41,74	Busseto	2010
Fontana Norberto	98	40,87	PC	2010
Daverio Pietro	95	37,35	Forlì	2008
Michelotti Giovanni	97	35,11	Forlì	2010
Subacchi Simone	95	33,04	AULLA	2008
Groppi Claudio	96	30,44	CR	2009
Fontana Leonardo	95	28,74	PC	2008
Benedetti Diego	98	25,97	PC	2010

600 METRI

Fontana Edoardo	96	1'46"7	Cattolica	2009
Michelotti Giovanni	97	1'50"6	Forlì	2010
Fontana Leonardo	95	1'55"5	PC	2007
Fontana Norberto	98	2'04"4	PC	2010
Rinaldi Marcello	97	2'20"9	PC	2010

1000 METRI

Fontana Edoardo	96	3'25"4	Cogoleto	2009
Fontana Leonardo	95	3'47"6	PC	2007
Fontana Norberto	98	3'50"3	PC	2010
Benedetti Diego	98	4'04"5	PC	2010

TETRATHLON

Michelotti Giovanni	97	2454	Forlì	2010
Fontana Edoardo	96	2442	Cattolica	2009
Fontana Leonardo	95	1630	PC	2007
Fontana Norberto	98	1597	PC	2010
Rinaldi Marcello	97	1399	PC	2010
Benedetti Diego	98	1072	PC	2010

GETTO DEL PESO

Fontana Edoardo	96	10,68	Cogoleto	2009
Fontana Norberto	98	10,00	CR	2010
Rinaldi Marcello	97	9,02	CR	2010
Subacchi Simone	95	8,63	CR	2008

GRADUATORIE SOCIALI ALL TIME

RAGAZZE

60 METRI PIANI

Roberto Federica	95	8"52	RA	2008
Manzini Martina	97	8"70	MO	2010
Rubini Valentina	95	9"08	Forlì	2008
Viola Maria Isabella	96	9"09	AL	2009
Albertelli Alessia	98	9"9	PC	2010
Benedetti Fanny	96	10"60	PC	2009
Giardino Ilaria	98	10"8	PC	2010

60 OSTACOLI

Manzini Martina	97	9"58	BO	2010
Roberto Federica	95	9"4	PC	2009
Manzini Martina	97	9"88	MO	2010
Rubini Valentina	95	10"7	AULLA	2008
Albertelli Alessia	98	11"8	PC	2010
Ceci Alessia	98	12"71	MO	2010
Giardino Ilaria	98	12"79	MO	2010
Benedetti Fanny	96	15"32	PC	2009

SALTO IN LUNGO

Roberto Federica	95	4,59	Castelfr	2008
Manzini Martina	98	4,51	PC	2010
Viola Maria Isabella	96	3,71	RA	2009
Albertelli Alessia	98	3,44	PC	2010
Giardino Ilaria	98	2,93	MO	2010
Benedetti Fanny	96	2,89	CR	2008
Ceci Alessia	98	2,66	MO	2010

GETTO DEL PESO

Roberto Federica	95	8,62	AULLA	2008
Pradelli Camilla	98	7,40	PC	2010
Rubini Valentina	95	6,63	AULLA	2008
Pradelli Alice	98	6,5	PC	

Marcia Km 2

Spagnolo Sofia	98	15'47"5	PC	2010
----------------	----	---------	----	------

SALTO IN ALTO

Roberto Federica	95	1,30	AULLA	2008
Rubini Valentina	95	1,25	AULLA	2008
Spagnolo Sofia	98	1,10	PC	2010
Albertelli Alessia	98	1,10	PC	2010
Ceci Alessia	98	1,00	PC	2010
Giardino Ilaria	98	1,00	PC	2010

LANCIO DEL VORTEX

Rubini Valentina	95	43,74	RA	2008
Manzini Martina	97	33,82	Forlì	2010
Roberto Federica	95	25,98	AULLA	2008
Pradelli Camilla	97	25,04	PC	2010
Albertelli Alessia	98	19,4	PC	2010
Pradelli Alice	98	18,75	PC	2010
Viola Maria Isabella	96	16,37	CR	2009
Benedetti Fanny	96	11,48	AULLA	2008

600 METRI

Manzini Martina	97	1'50"1	PC	2009
Roberto Federica	95	1'55"7	AULLA	2008
Rubini Valentina	95	1'57"5	AULLA	2008
Albertelli Alessia	98	2'14"5	PC	2010

1000 METRI

Manzini Martina	97	3'29"6	PC	2009
Albertelli Alessia	98	4'17"0	PC	2010

TETRATHLON

Manzini Martina	97	3018	Forlì	2010
Roberto Federica	95	2795	AULLA	2008
Rubini Valentina	95	2345	AULLA	2008
Albertelli Alessia	98	1664	PC	2010

STAFFETTA 4X100 METRI

Benedetti-Rubini-Viola-Roberto		1'02"86	CR	2008
--------------------------------	--	---------	----	------

80 ostacoli G. Studentesco

Manzini Martina	97	12"42	Comacchio	2010
Roberto Federica	95	12"81	Comacchio	2008

1/2 MIGLIO

Manzini Martina	97	2'43"7	PC	2009
-----------------	----	--------	----	------

GRADUATORIE SOCIALI ALL TIME

ESORDIENTI M

50 METRI PIANI

Rebecchi Leonardo	98	7"8	PC	2008
Fernando Kusal	oo	8"1	PC	2009
Benedetti Diego	98	8"56	AULLA	2008
Fontana Norberto	98	8"83	AULLA	2008
Villa Davide	99	9"50	CR	2009
Monno Marcello	98	9"52	CR	2009
Giulivo Vincenzo	o1	9"8	PC	2009
Repetti Daniel	99	10"13	PC	2009
Roberto Simone	o3	10"22	CR	2009

40 OSTACOLI

Villa Davide	99	9"64	CR	2008
--------------	----	------	----	------

50 OSTACOLI

Fontana Norberto	98	9"7	Cogoleto	2009
Bozzo Michele	99	9"7	PC	2010
Senise Fabrizio	99	9"7	PC	2010
Valdonio Matteo	oo	9"9	PC	2010
Tagliaferri Lorenzo	99	10"0	PC	2010
Benedetti Diego	98	10"57	PC	2009
Arrivabene Gianni	99	10"7	PC	2010
Fulgosi Nicolò	oo	10"7	PC	2010
Villa Davide	99	10"8	PC	2009

60 OSTACOLI

Fontana Edoardo	96	12"7	PC	2007
-----------------	----	------	----	------

SALTO IN LUNGO

Tagliaferri Lorenzo	99	3,90	PC	2010
Fontana Norberto	98	3,62	Busseto	2009
Rebecchi Leonardo	98	3,60	PC	2008
Fontana Norberto	98	3,47	CR	2009
Fernando Kusal	oo	3,41	PC	2009
Bozzo Michele	99	3,35	PC	2010
Arrivabene Gianni	o	3,31	PC	2010
Rusu Vasyl	99	3,30	RE	2009
Fontana Edoardo	96	3,26	PC	2007
Benedetti Diego	98	3,23	AULLA	2008

LANCIO DEL VORTEX

Fontana Norberto	98	35,71	Busseto	2009
Arrivabene Gianni	99	31,49	PC	2010
Manzini Mattia	99	29,38	Busseto	2009
Senise Fabrizio	99	28,86	PC	2010
Valdonio Matteo	oo	28,26	PC	2010
Villa Davide	99	26,40	CR	2009
Fulgosi Nicolò	oo	25,51	PC	2010
Fernando Kusal	oo	24,62	PC	2009
Tagliaferri Lorenzo	oo	23,84	PC	2010
Monno Marcello	98	23,37	PC	2009

600 METRI

Fontana Norberto	98	2'05"7	PC	2009
Tagliaferri Lorenzo	99	2'08"8	PC	2010
Bozzo Michele	99	2'10"9	PC	2010
Senise Fabrizio	99	2'12"8	PC	2010
Fontana Edoardo	96	2'16"4	PC	2007
Valdonio Matteo	oo	2'17"4	PC	2010
Fulgosi Nicolò	oo	2'31"4	PC	2010
Villa Davide	99	2'34"5	PC	2009
Repetti Daniel	99	2'47"4	PC	2009
Arrivabene Gianni	99	2'47"9	PC	2010

SALTO IN ALTO

Villa Davide	99	0,95	CR	2009
Monno Marcello	98	0,95	CR	2009

GRADUATORIE SOCIALI ALL TIME

ESORDIENTI FEMMINE

50 METRI PIANI

Manzini Martina	97	7"8	RE	2008
Viola Maria Grazia	O1	8"3	PC	2010
Giardino Ilaria	98	8"6	PC	2008
Osti Carlotta	OO	8"7	PC	2009
Schiavi Pastorelli Elisa	OO	8"7	PC	2009
Faccioli Alice	98	8"94	PC	2009
Viola Maria Carla	OO	8"8	PC	2008
Cammarata Anna	O1	8"9	PC	2010
Benedetti Greta	OO	9"27	PC	2009
Rinaldi Elisa	99	9"1	Busseto	2009

40 OSTACOLI

Giardino Ilaria	98	8"94	CR	2008
Schiavi Pastorelli Elisa	OO	9"40	CR	2008
Subacchi Cecilia	99	10"16	CR	2008
Viola Maria Grazia	O1	10"20	CR	2008
Cammarata Anna	O1	10"52	CR	2008
Viola Maria Carla	OO	11"16	CR	2008

50 OSTACOLI

Marubbio Valeria	99	9"7	PC	2010
Scrocchi Clarissa	99	9"9	PC	2010
Romanini Giorgia	99	10"1	PC	2010
Osti Carlotta	OO	10"1	PC	2010
Ambiveri Anita	OO	10"1	PC	2010
Giardino Ilaria	98	10"2	PC	2009
Faccioli Alice	98	10"3	PC	2009
Schiavi Pastorelli Elisa	OO	10"3	PC	2010
Rinaldi Elisa	99	10"4	PC	2010
Zazzera Gaia	OO	10"6	PC	2010

SALTO IN LUNGO

Viola Maria Isabella	96	3,39	PC	2007
Rinaldi Elisa	99	3,32	PC	2010
Giardino Ilaria	98	3,31	PC	2009
Spagnolo Sofia	98	3,31	PC	2009
Osti Carlotta	OO	3,28	PC	2009
Viola Maria Grazia	O1	3,19	PC	2010
Viola Maria Carla	OO	3,18	PC	2009
Marubbio Valeria	99	3,14	PC	2010
Faccioli Alice	98	3,10	PC	2009
Manzini Martina	97	3,09	CR	2008

LANCIO DEL VORTEX

Romanini Giorgia	99	25,52	PC	2010
Scrocchi Beatrice	99	25,51	PC	2010
Rinaldi Elisa	99	22,97	PC	2010
Spagnolo Sofia	98	22,14	PC	2009
Scrocchi Clarissa	99	19,54	PC	2010
Gandolfi Susanna	OO	18,47	PC	2010
Viola Maria Grazia	O1	18,24	PC	2010
Marubbio Valeria	99	18,09	PC	2010
Cammarata Anna	O1	17,57	PC	2010
Manzini Martina	98	17,43	CR	2008

600 METRI

Manzini Martina	97	2'00"4	PC	2008
Rinaldi Elisa	99	2'14"7	PC	2010
Marubbio Valeria	99	2'20"5	PC	2010
Schiavi Pastorelli Elisa	OO	2'25"9	PC	2010
Romanini Giorgia	99	2'26"0	PC	2010
Rebecchi Daria	98	2'30"1	PC	2008
Zazzera Gaia	OO	2'31"6	PC	2010
Osti Carlotta	OO	2'31"9	PC	2010
Dilillo Gaia	99	2'36"5	PC	2010
Viola Maria Carla	OO	2'38"	PC	2010

SALTO IN ALTO

Giardino Ilaria	98	0,95	CR	2009
Schiavi Pastorelli Elisa	OO	0,95	CR	2009
Subacchi Cecilia	99	0,90	CR	2009
Viola Maria Carla	OO	0,85	CR	2009
Viola Maria Grazia	O1	0,80	CR	2009
Osti Carlotta	OO	0,80	CR	2009

I PRIMATI SOCIALI RAGAZZE

60 metri	8"52	Roberto Federica	1995	RA	2008
Vortex	43,74	Rubini Valentina	1995	RA	2008
Salto in Lungo	4,59	Roberto Federica	1995	Castelfra	2008
Salto in Alto	1,30	Roberto Federica	1995	AULLA	2008
60 ostacoli	9"3	Martina Manzini (Primato Provinciale)	1997	Busseto	2010
60 ostacoli (elettrico)	9"58	Manzini Martina (Primato Provinciale)	1997	BO	2010
60 ostacoli Indoor	9"88	Manzini Martina (Primato Provinciale)	1997	MO	2010
60 metri Indoor	8"70	Manzini Martina	1997	MO	2010
600 metri	1'50"1	Manzini Martina	1997	PC	2009
1000 metri	3'29"6	Manzini Martina	1996	PC	2009
80 Hs GSS	12"42	Manzini Martina (Primato Provinciale)	1997	Comacchio	2010
Getto del Peso	8,62	Roberto Federica	1995	AULLA	2008
Marcia 2 Km	15'47"5	Spagnolo Sofia	1998	PC	2010
4x100 metri	1'02"86	Benedetti-Rubini-Viola-Roberto		CR	2008
Tetrathlon (60 Hs-Alto-Peso-600 m)	2795	Roberto Federica 9"6 - 1,30 - 8,62 -1'55"7	1995	AULLA	2008
Tetrathlon B (60 Hs-Lungo-Vortex-600 m)	3018	Manzini Martina (Primato Provinciale) 9"5 - 4,43 - 33,82 -1'51"4	1997	FO	2010
Triathlon (60 m-Lungo-600 m)	2109	Manzini Martina 8"8 - 4,35 -1'51"1	1997	Biella	2010

I PRIMATI SOCIALI CADETTE

60 metri indoor	8"23	Roberto Federica	1995	PR	2010
80 metri	10"42	Roberto Federica	1995	Reggiolo	2010
80 m ostacoli	12"38	Roberto Federica (Primato Provinciale)	1995	Castelnuovo M,	2010
Salto in Alto	1,51	Roberto Federica	1995	CR	2010
S. in Lungo Indoor	5,16	Roberto Federica	1995	MO	2010
Salto in Lungo	5,14	Roberto Federica	1995	Castelnuovo M	2010
Salto Triplo (indoor)	11,41	Roberto Federica (Primato Provinciale)	1995	MO	2010
Salto Triplo	11,48 (+0,8W)	Roberto Federica (Primato Provinciale)	1995	Clés TN	2010
150 metri	20"00	Roberto Federica	1995	Fidenza	2009
300 metri	43"6	Roberto F/Ziliani S	95/96		
300 metri indoor	46"38	Roberto Federica	1995	PR	2010
300 m Hs	49"02	Roberto Federica	1995	RA	2009
600 metri	1'44"86	Roberto Federica	1995	CastelN	2010
1000 metri indoor	3'32"16	Ziliani Sara	1996	PR	2010
Getto del Peso	9,20	Rubini Valentina	1995	PC	2010
Lancio del Disco	28,12	Rubini Valentina	1995	CR	2010
Giavellotto	34,55	Rubini Valentina	1995	Biella	2010
Pentathlon	3715	Roberto Federica (Primato Provinciale) 12"38 - 5,14 - 21,46 - 1,43 - 1'44"86	1995	Castelnuovo M	2010
Marcia 3 Km	20'50"15	Benedetti Fanny	1996	BO	2010
2000 metri	10'35"5	Benedetti Fanny	1996	PC	2010
4x100 metri	52"43	Viola-Ziliani-Roberto-Rubini		Lugo	2010

I PRIMATI SOCIALI ALLIEVE

60 metri Indoor	8"59	Rinaldi Sara	1993	09/01/2010	MO
80 metri	10"9	Rinaldi Sara	1993	17/04/2010	PC
100 metri	13"69	Rinaldi Sara	1993	24/04/2010	CR
200 metri	26"9	Rinaldi Sara	1993	02/07/2010	Biella
300 metri	47"4	Rinaldi Sara	1993	17/04/2010	PC
400 metri	1'03"69	Rinaldi Sara	1993	01/06/2010	PR
100 metri Ostacoli	17"82	Rinaldi Sara	1993	03/10/2010	CR
400 metri indoor	1'07"96	Rinaldi Sara	1993	30/01/2010	PR
400 metri ostacoli	1'14"43	Rinaldi Sara	1993	02/06/2010	PR
200 metri ostacoli	35"09	Rinaldi Sara	1993	01/05/2010	AL
Salto in Lungo	4,04	Rinaldi Sara	1993	09/05/2009	CR

I PRIMATI SOCIALI JUNIOR F

100 metri	13"30	Caviglia Elisa	1992	24/04/2010	CR
200 metri	27"92	Caviglia Elisa	1992	01/05/2010	AL

I PRIMATI SOCIALI RAGAZZI

60 metri	8"3	Fontana Leonardo	1995	05/10/2008	RE
60 ostacoli	8"9	Michelotti Giovanni	1997	03/10/2010	FO
60 ostacoli elett.	9"16	Michelotti Giovanni	1997	18/10/2010	MO
Salto in Lungo	4,50	Michelotti Giovanni	1997	25/09/2010	BO
Salto in Alto	1,40	Michelotti Giovanni	1997	08/05/2010	PC
Getto del Peso	10,68	Fontana Edoardo	1996	25/10/2009	Cogoleto
Vortex	48,52	Fontana Edoardo	1996	18/10/2009	Castefr E.
600 metri	1'46"7	Fontana Edoardo	1996	04/10/2009	Cattolica
1000 metri	3'25"2	Fontana Edoardo	1996	25/10/2009	Cogoleto
60 metri Indoor	8"72	Michelotti Giovanni	1997	14/02/2010	MO
60 ostacoli Indoor	9"75	Michelotti Giovanni	1997	14/02/2010	MO
Tetrathlon (60 Hs-Lungo-Vortex-600)	2454	Michelotti Giovanni 8"9 - 4,43 - 35,11 - 1'50"6	1997	03/10/2010	FO

I PRIMATI SOCIALI CADETTI

60 metri	8"11	Fontana Leonardo	1995	30/01/2010	PR
80 metri	9"9	Fontana Leonardo	1995	09/05/2010	PR
300 metri	38"9	Fontana Leonardo	1995	02/07/2010	Biella
300 m indoor	42"11	Fontana Leonardo	1995	16/01/2010	PR
100 ostacoli	14"96	Fontana Leonardo	1995	10/07/2010	Desenzano
300 Hs	42"24	Fontana Leonardo	1995	26/09/2010	BO
1000 metri	3'07"9	Fontana Leonardo	1995	05/06/2010	PC
Getto del Peso	7,65	Daverio Pietro	1995	15/05/2010	PC
Lancio del Disco	21,19	Daverio Pietro	1995	08/05/2010	PC
Salto in Lungo	5,27	Fontana Leonardo	1995	05/06/2010	PC
Salto Triplo	11,43	Fontana Leonardo	1995	28/02/2010	MO
Salto in Alto	1,50	Fontana Leonardo	1995	05/06/2010	PC
Giavellotto 600 g.	32,87	Fontana Edoardo	1996	17/10/2010	MO
Salto con l'asta	3,00	Fontana Edoardo	1996	03/07/2010	BS
Pentathlon	2537	Fontana Leonardo 15"6 - 5,27 - 24,24 - 1,50 - 3'07"9	1995	05/06/2010	PC
4x100 metri	51"43	Daverio-Fontana L.-Fontana E.- Subacchi		02/05/2010	Lugo

I PRIMATI SOCIALI ALLIEVI

100 metri	12"35	Daverio Alessandro	1991	25/04/2008	MO
80 metri	9"96	Daverio Alessandro	1991	27/04/2008	AULLA
Getto del Peso	11,70	Daverio Alessandro	1991	07/09/2008	RE
Lancio del Disco	29,76	Daverio Alessandro	1991	14/09/2008	CR

I PRIMATI SOCIALI JUNIOR M

60 metri Indoor	7"46	Daverio Alessandro	1991	23/01/2010	MO
80 metri	9"4	Daverio Alessandro	1991	17/04/2010	PC
100 metri	11"66	Daverio Alessandro	1991	12/06/2010	MO
100 metri	11"41 (+3,0)	Daverio Alessandro	1991	12/06/2010	MO
200 metri	23"97	Daverio Alessandro	1991	01/05/2010	AL
Getto del Peso 6 kg	12,30	Daverio Alessandro	1991	18/09/2010	CR
Getto del Peso 7,260 kg	11,06	Daverio Alessandro	1991	01/05/2010	AL
Lancio Disco 1,750 kg	38,16	Daverio Alessandro	1991	03/10/2010	CR
Lancio del Disco 2 kg	36,23	Daverio Alessandro	1991	04/09/2010	RE
Salto in Lungo	5,00	Daverio Alessandro	1991	09/05/2009	CR

I PRIMATI SOCIALI SENIOR M

100 metri	10"97 (+2.7)	Alario Gianluigi	1982	10/07/2010	Donna s
100 metri	11"70	Cassinari Marco	1982	03/10/2010	CR

I PRIMATI SOCIALI MASTER

MASTER MM35

60 metri l.	8"15	Roberto Luigi	1970	28/02/2009	AN
100 metri	13"20	Roberto Luigi	1970	20/06/2009	Cattolica
200 metri	27"86	Roberto Luigi	1970	21/06/2009	Cattolica
Giavellotto	49,13	Mutti Francesco	1975	08/05/2010	PC
Salto in Lungo	4,24	Roberto Luigi	1970	21/06/2009	Cattolica

MASTER MM40

60 metri l.	7"80	Garganese Lorenzo	1968	20/02/2010	AN
100 metri	12"28	Garganese Lorenzo	1968	03/10/2010	CR
200 metri	25"61	Garganese Lorenzo	1968	21/06/2009	Cattolica
Peso 7,26 kg	10,37	Garganese Lorenzo	1968	28/02/2009	AN
Disco 2 Kg	36,79	Garganese Lorenzo	1968	12/06/2010	MO
Marcia 5 Km	29'25"70	Rossini Silvio	1968	21/06/2009	Cattolica
4x100 metri	52"78	Fontana Roberto Rossini Garganese	1968	10/06/2009	MO

MASTER MM45

100 metri	12"14	Mazzocconi Paolo	1965	03/10/2010	CR
Getto del Peso	6,74	Fontana Uberto	1962	20/06/2009	Cattolica

I PRIMATI SOCIALI MASTER FEMMINILI

MASTER

MF35

60 metri l.	8"09	Bignami Tiziana	1972	20/02/2010	AN
60 metri HS l.	12"91	Ratti Simona	1973	28/02/2009	AN
100 metri	12"99	Bignami Tiziana	1972	12/06/2010	MO
200 metri	31"54	Ratti Simona	1973	21/06/2009	Cattolica
400 metri l.	1'10"34	Ratti Simona	1973	28/02/2009	AN

MASTER

MF 40

60 metri indoor	10"96	Ponzini Elisabetta	1966	20/02/2010	AN
100 metri	18"06	Ponzini Elisabetta	1966	20/06/2009	Cattolica



1° Campionato Sociale TRIATHLON 2010

TRIATHLON MASCHILE ATLETICA 5 CERHI

<i>Classifica</i>		<i>60 m</i>	<i>Lungo</i>	<i>Peso</i>	<i>TOTALE</i>
1	Alessandro Daverio J	7"08 -854	4,64 -392	11,55 -559	1805
2	Giovanni Michelotti R	8"05 -712	4,49 -636	8,94 - 434	1782
3	Filippo Schembari P	7"60 -681	5,02 -475	8,53 -409	1565
4	Klaudio Petonjic C	8"10 -581	4,52 -388	10,12- 530	1499
5	Leonardo Fontana C	7"85 -654	4,45 -371	8,17 -382	1407
6	Marco Cassinari S	7"25 -796	4,34 -323	6,90 -263	1382
7	Edoardo Fontana C	8"30 -526	4,34 -344	9,43 -478	1348
8	Marcello Rinaldi R	9"50 -304	3,75 -477	10,60- 561	1342
9	Pietro Daverio C	8"33 -518	4,48 -378	8,86 -434	1330
10	Giuseppe Benedetti MM35	8"28- 637	4,35 -376	6,49 -224	1237
11	Francesco Niccolai MM40	8"70 -507	4,05 -360	6,85 -275	1142
12	Claudio Groppi C	8"91 -374	4,10 -285	8,54 -410	1069
13	Matteo Pagani MM35	8"95 -440	4,43 -394	6,35 -210	1044
14	Alex Niccolai R	10"50-112	2,94 -310	8,60 -407	829

TRIATHLON FEMMINILE ATLETICA 5 CERHI

<i>Classifica</i>		<i>60 m</i>	<i>Lungo</i>	<i>Peso</i>	<i>TOTALE</i>
1	Federica Roberto C	8"07 -824	4,40 -619	7,15 -449	1892
2	Martina Manzini R	8"50 -760	4,14 -659	6,63 -338	1757
3	Valentina Rubini C	8"70 -667	3,92 -473	8,65 -606	1746
4	Gaia Sironi C	8"45 -723	4,10 -527	6,69 -399	1649
5	Sara Ziliani C	8"35 -749	3,95 -482	6,81 -412	1643
6	Elisa Caviglia J	8"18 -794	4,54 -438	6,50 -303	1535
7	M.Isabella Viola C	8"60 -687	4,16 -545	4,70 -179	1411
8	Sara Rinaldi A	8"40 -729	4,06 -322	5,53 -242	1293
9	Francesca Coppolino C	9"50 -510	3,40 -324	6,05 -329	1163
10	Simona Ratti MF35	9"25 -609	3,40 -214	6,01 -286	1109
11	Fanny Benedetti C	9"35 -539	3,49 -349	4,33 -137	1025
12	Camilla Pradelli R	11"30- 228	2,55 -283	6,76 -350	861
13	Martina Gazzola J	9"70 -400	NN - 0	4,88 -201	601

*...un grazie sincero a chi ci
ha permesso tutto questo:*

